

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

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

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

3 МАТЧ! МАТЧ!

05.00 Все на Матч!
05.30 Лыжный спорт. Фристайл. Кубок мира. Акробатика 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... Москва водная 12+
07.05 Другие Романовы 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужюлка 0+

9 ОТР ОТР

03.25 АСИЗ АСОВ 12+
05.05 Хит-микс RU.TV 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

05.00 Слушай, Ленинград, я тебе спою... 12+
06.00 Настроение

4 НТВ НТВ

04.35 ПАСЕЧНИК 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ 16+

11 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 19.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

12 СПАС СПАС

04.15 Завет 6+
05.15 Я хочу ребенка 12+

13 СТС СТС

04.55 6 кадров 16+
05.15 Мультфильмы 0+

14 ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

04.05 МОЛОДАЯ ЖЕНА 12+
05.40 Знать будущее. Жизнь после ванги 16+

17 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.55 Другой атом 6+
05.40 Оружие Победы 6+

18 МИР МИР

04.50 Мультфильмы 0+
Перерыв в эфире с 06.00 до 14.00 в связи с профилактическими работами

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.25 ЛЕГАВЫЙ-2 16+
08.30 ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.15 Тайные знаки 16+
05.45 Мультфильмы 0+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Перезагрузка 16+

19 ТНТ ТНТ

04.20 Comedy Баттл 16+
05.10 Открытый микрофон 16+

МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ

Перерыв в эфире с 05.00 до 10.00 в связи с профилактическими работами

24 АБАКАН 24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердублевод) 6+

10 Ю Ю

Перерыв в эфире с 04.00 до 12.00 в связи с профилактическими работами

Хищение мелкое — ответственность полноценная

В 2020 году на территории Абакана произошел значительный рост числа преступлений, совершенных в сфере охраны собственности, предусмотренных ст. 158.1 Уголовного кодекса РФ, устанавливающей уголовную ответственность за повторное совершение лицом мелкого хищения.

ЗА 11 МЕСЯЦЕВ 2020 года на территории города совершено 106 подобных деяний, в 2019 году — 46 преступлений, рост их числа составил 130%. Основанием для возникновения уголовной ответственности является совершение мелкого хищения лицом, которое уже ранее было наказано в административном порядке за аналогичное деяние, предусмотренное ч. 2 ст. 7.27 Кодекса об административных правонарушениях РФ, а именно мелкое хищение чужого имущества стоимостью более 1 000 рублей, но не более 2 500 рублей путем кражи, мошенничества, присвоения или растраты. Субъектом преступления является достигшее 16-летнего возраста лицо, подвергнутое административному наказанию за мелкое хищение, предусмотренное ч. 2 ст. 7.27 КоАП РФ. Лицо, которому назначено наказание за совершение правонарушения, считается подвергнутому административному наказанию со дня вступления в законную силу постановления о назначении административного наказания до истечения

одного года со дня окончания исполнения данного постановления. Необходимо отметить, что мелким хищением является хищение на сумму от 1 копейки и не превышающую 2 500 рублей при отсутствии квалифицирующих признаков (к примеру, группой лиц) состава преступления, предусмотренного УК РФ. В соответствии с санкцией ст. 158.1 УК РФ ответственность за мелкое хищение (например, продуктов питания), совершенное лицом, ранее подвергнутым административному наказанию за аналогичное правонарушение, предусмотрено ч. 2 ст. 7.27 КоАП РФ, устанавливается следующая:

- штраф в размере до сорока тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до трех месяцев;
- обязательные работы на срок до восьмидесяти часов;
- исправительные работы на срок до шести месяцев;
- ограничение свободы на срок до одного года;
- принудительные работы на срок до одного года;
- арест на срок до двух месяцев;
- лишение свободы на срок до одного года.

А. РОМАНЧУГОВА,
помощник
прокурора Абакана

С 1 января 2021 года вступил в силу закон о регулировании дистанционной (удаленной) работы.

ТАК, ФЗ от 08.12.2020 № 407-ФЗ «О внесении изменений в Трудовой кодекс РФ в части регулирования дистанционной (удаленной) работы и временного перевода работника на дистанционную работу по инициативе работодателя в исключительных

случаях» вносит поправки в главу 49.1 Трудового кодекса РФ «Особенности регулирования труда дистанционных работников». На дистанционных работников в период выполнения ими работы дистанционно распространяется действие трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права, с учетом особенностей, установленных указанной главой. Закреплено определение понятия «дистанционная (удаленная) работа», под которой понимается выполнение определенной трудовой функцией вне места нахождения работодателя, его филиала, представительства, иного обособленного структурного подразделения, вне стационарного рабочего места, территории или объекта, прямо или косвенно находящихся под контролем работодателя, при условии использования для выполнения данной работы и для осу-

Удалёнка по-новому

трудоустройства взаимодействия между работодателем и работником по вопросам, связанным с ее выполнением, информационно-телекоммуникационных сетей, в том числе Интернета, и сетей связи общего пользования. Трудовым договором или дополнительным соглашением к нему может предусматриваться выполнение работником работы дистанционно на постоянной основе (в течение срока действия

трудоустройства) либо временно (непрерывно в течение определенного трудовым договором или дополнительным соглашением срока, не превышающего шести месяцев, либо периодически при условии чередования периодов выполнения сотрудником работы дистанционно и периодов выполнения им работы на стационарном рабочем месте). Предусмотрено, что выполнение сотрудником работы дистанционно не может являться основанием для снижения ему заработной платы. Установлены в том числе и дополнительные основания прекращения трудового договора с дистанционным работником, порядок временного перевода его на дистанционную работу по инициативе работодателя в исключительных случаях.

М. САНЧАЙ,
помощник прокурора Абакана

Понедельник, 18 января

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	че!	ИСТОРИЯ	DISNEY
04.05 ПРИЗРАК 16+ 06.10 КАК Я СТАЛ РУССКИМ 16+ 07.55 ЕХАЛИ ДВА ШОФЁРА 12+ 09.45 АНИСКИН И ФАНТОМАС/1с 12+ Двое злоумышленников ограбили сельского кассира. Расследование ведет участковый Анискин... 11.00 Ералаш 6+ 11.40 Принцесса и дракон. Полнометражный мультфильм 6+ 13.00 Крепость. Щитом и мечом. Полнометражный мультфильм 6+ 14.30 СВАТЫ 16+ 18.20 БАЛАБОЛ 16+ 19.15 УБОЙНАЯ СИЛА 16+ 23.15 СВАТЫ 16+ 03.00 8 ПЕРВЫХ СВИДАНИЙ 16+	05.55 ВУРДАЛАКИ 16+ 07.30 КРОВАВАЯ ЛЕДИ БАТОРИ 16+ 09.30 Снежная королева-3. Огонь и лёд. Полнометражный мультфильм 6+ 11.15 ТАРАС БУЛЬБА 16+ 13.45 КРОВАВАЯ ЛЕДИ БАТОРИ 16+ 15.45 ЛЕНИН. НЕИЗБЕЖНОСТЬ 16+ 17.45 МОСГАЗ/9-10с 16+ 19.35 ВУРДАЛАКИ 16+ 21.05 ОН — ДРАКОН 6+ Вразгар свадьбы княжну Мирославу похищает дракон, унося в свой замок на острове... 23.05 ПАЛАЧ/1-2с 16+ 01.05 ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД 16+ 03.00 СКИФ 18+	04.20 ЯЗЫЧНИКИ 16+ 05.55 ТРУША 16+ 06.20 В РОССИИ ИДЕТ СНЕГ 16+ 07.45 НАПАРНИК 12+ 09.10 ПРАКТИЧЕСКАЯ МАГИЯ 12+ 09.25 ПУТЕВКА В ЖИЗНЬ 12+ 11.05 ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ 16+ 12.25 ТРУДНО БЫТЬ МАЧО 16+ 14.20 ФАРТ 12+ 16.10 ЛЮБОВЬ ПОД ПРИКРЫТИЕМ 16+ 18.05 ОТЕЛЕЧ СЧАСТЛИВЫХ СЕДЦЕ/1-4с 16+ 21.50 ПРИШЕЛЕЦ 12+ 23.25 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+ 01.00 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+ 02.40 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+	04.10 ШЕДЕВР 16+ Перерыв в эфире с 06.00 до 14.00 в связи с профилактическими работами 14.00 ГОРОД БОГА 18+ 16.10 СУПЕРСТАР 16+ 18.05 ПЛАНЕТА КА-ПЭКС 12+ 20.10 ХОЛОДНЫМ ДНЕМ В ПАРКЕ 18+ Симпатичная, сдержанная и богатая незамужняя женщина в Ванкувере видит подростка, сидящего в парке под дождем. Она приглашает юношу к себе домой... 22.00 ГОРОД БОГА 18+ 00.10 СУПЕРСТАР 16+ 02.05 ПЛАНЕТА КА-ПЭКС 12+	04.40 Улетное видео 16+ 06.10 БРАТАНЫ 16+ 08.00 Дорожные войны 16+ Подборка топовых видеороликов, самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом... 09.30 Дорожные войны 2.0 16+ 11.00 Улетное видео 16+ 12.00 Улетное видео. Лучшее 16+ 13.00 Улетное видео 16+ 14.30 ВОРОНИНЫ 16+ 16.30 КВН Best 16+ 18.30 Улетное видео 16+ 20.30 +100500 18+ 23.00 Опасные связи 18+ 01.00 БРАТАНЫ 16+ 02.50 КВН Best 16+ 03.15 Улетное видео 16+	04.25 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+ 05.20 Афера 16+ 06.05 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+ 07.10 Драма Татьяны Пельтцер 12+ 07.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+ 08.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+ 10.00 СССР. Империя наоборот. Армения 12+ 10.45 Наша АББА 12+ 11.40 Тропой война. Из викинг в варяги 16+ 12.40 Персы 12+ 13.35 Наша Африка в Латинской Америке 12+ 14.45 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+ 15.40 Афера 16+ 16.35 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+ 17.45 Драма Татьяны Пельтцер 12+ 18.35 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+ 19.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+ 20.55 СССР. Империя наоборот. Армения 12+ 21.50 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+ 22.45 Тропой война. Кельты 12+ 23.40 Персы 12+ 00.40 Андрей Миронов. Держась за облака 12+ 01.30 Первый полёт. Завоевание небес 12+ 02.35 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва 12+	Перерыв в эфире с 04.00 до 12.00 в связи с профилактическими работами 12.00 Доброе утро с Микки 0+ 13.00 Пёс Пэт 6+ 13.20 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+ 14.00 Зак Шторм — суперпирач 6+ 15.00 Финес и Ферб 6+ 16.00 С приветом по планетам 12+ 16.30 Гравити Фолз 12+ 17.30 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+ 18.00 Звёздная принцесса и силы зла 12+ 19.05 Приключения Кота в сапогах 6+ 19.35 Леди Баг и Суперкот 6+ 21.30 Птичий дозор. Полнометражный мультфильм 6+ Стриж Ману растёт в семье чаек в полной уверенности, что он один из них. Он изо всех сил пытается научиться плавать, ловить рыбу и летать так же, как и они. Но во время традиционного летнего состязания он понимает, что никогда не сможет стать чайкой. Раздосадованный Ману улетает из дома и встречает новых друзей. Из-за этого портятся его отношения с родной стаей. Но тут в дело вмешивается слушай... 23.25 Отель «Трансильвания» 12+ 00.10 ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙБЕРЛИ-ПЛЕЙС 6+ 01.35 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+ 03.00 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+
04.05 ПОЛИЦИЯ МАЙАМИ. ОТДЕЛ НРАВОВ 18+ 06.20 КЛУБ АНОНИМНЫХ КИЛЛЕРОВ 18+ 07.45 СОНАТА 16+ 09.10 НИЧЕГО СЕБЕ ПОЕЗДОЧКА 16+ 10.55 ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ 12+ 12.35 СМОКИНГ 12+ 14.15 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 16+ 16.05 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2 16+ 17.45 КЛУБ АНОНИМНЫХ КИЛЛЕРОВ 18+ 19.25 НИЧЕГО СЕБЕ ПОЕЗДОЧКА 16+ 21.05 ГОЛОДНЫЙ КРОЛИК АТАКУЕТ 18+ 23.00 ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК 16+ Чтобы спасти жизнь отца, юный гонщик продает душу дьяволу... 00.50 КАРАТЕЛЬ 18+ 03.00 ПАСТЫРЬ 16+	05.30 ТАКСИ 12+ 07.15 ТАКСИ-2 12+ 09.00 ВАН ХЕЛЬСИНГ 16+ 11.30 СЕДЬМОЙ СЫН 16+ 13.35 МОСТ В ТЕРАБИТИЮ 6+ 15.15 БЕЛОСНЕЖКА И ОХОТНИК 16+ 17.30 ТАКСИ 12+ 19.05 ТАКСИ-2 12+ 20.40 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+ По мотивам средневековой романтической легенды о возвышенной любви дочери короля Изольды и благородного рыцаря Тристана. Тристан жертвует своим чувством ради мира и единения... 23.00 ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН 16+ 01.05 ГОСПОЖА БОВАРИ 16+ 03.15 БЫТЬ АСТРИД ЛИНДГРЕН 16+	04.55 ЗАЛОЖНИК 12+ 06.40 ВЛАСТЬ УБИЙЦ 16+ 08.25 НЕУДЕРЖИМЫЕ 16+ 10.00 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ 12+ 11.25 НЕУДЕРЖИМЫЕ-3 12+ 13.20 КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 12+ 14.40 ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ 16+ 16.25 КРОЛИЧЬЯ НОРА 16+ 17.50 НЕУДЕРЖИМЫЕ-2 18+ 19.20 ОДИНОКИЙ МУЖЧИНА 16+ 20.50 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+ 22.20 БОЛЬШАЯ ИГРА 12+ Молли Блум решает открыть подпольный клуб для любителей игры в покер... 00.30 ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ! 16+ 02.05 В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ 16+ 03.35 ВЛАСТЬ УБИЙЦ 16+	* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *	ПРОДАМ ■ ПРОДАМ КУР, ЦЫПЛЯТ БРОЙЛЕРОВ, ЦЫПЛЯТ НЕСУШЕК. ПОДСИНЕЕ. 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. УСЛУГИ ■ ПОДКЛЮЧЕНИЕ, РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ. УСЛУГИ ЭЛЕКТРИКА, САНТЕХНИКА. 26-87-61, 8-913-547-87-61. ■ ЭЛЕКТРИК. ВСЕ ВИДЫ РАБОТ: ОТ РОЗЕТКИ, ЛЮСТРЫ, ЭЛЕКТРОПЛИТЫ ДО ЗАМЕНЫ ПРОВОДКИ. ЭЛЕКТРОМОНТАЖ. БЕЗ ВЫХОДНЫХ. 34-53-39, 8-913-547-11-96. ■ АВТОСЕРВИС «ЦЕНТР ДИВ». КРУГЛОСУТОЧНЫЙ РЕМОНТ АВТОСТЕКЛА, ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПРОЗРАЧНОСТИ ФАР. 8-923-390-97-77. ■ ЮРИСТ ПО ДОЛГАМ. 8-983-070-50-60.		

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.40 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!
05.35 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Автодор (Саратов) — ЦСКА 0+

6 РОССИЯ 7X КУЛЬТУРА

06.35 Лето Господне. Святое Богоявление. Крещение Господне 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+

9 ОТР ОТР

04.05 Пять причин поехать в... 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Ростислав Плятт. Интеллигентный хулиган 12+

4 НТВ НТВ

04.30 ПАСЕЧНИК 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ 16+

11 РЕН ТВ РЕН ТВ

04.00 Тайны Чапман 16+
05.00 Территория заблуждений 16+

12 СПАС СПАС

04.05 Реакция 12+
04.45 Новый день. Новости 0+

13 СТС СТС

04.55 6 кадров 16+
05.40 Мультфильм 0+

14 ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

05.20 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.20 ОДИНОЖДЫ ОДИН 12+

18 МИР МИР

04.30 БЕЛЫЙ КЛЫК 0+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.25 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.00 Городские легенды 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Пререзарузка 16+

19 ТНТ ТНТ

04.20 Открытый микрофон 16+

20 МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х 16+

24 АБАКАН 24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердублевод) 6+

Ю Ю

04.35 Взвешенные люди 16+

Знайте свои перспективы

? Слышал, что планируется информировать население о том, какие индивидуально у каждого имеются стаж, пенсионные коэффициенты и какой размер пенсии из всего этого складывается. А где и когда будут размещать эту информацию?

А.В. КАПОРИН

С 2021 ГОДА Пенсионный фонд России будет информировать граждан старше 45 лет о состоянии пенсионного счета и накопленном стаже, а также о предполагаемом размере страховой пенсии по старости. Соответствующие сведения будут направляться в личный кабинет гражданина на портале госуслуг.

Периодичность информирования — один раз в три года, начиная с года достижения застрахованным лицом возраста 45 лет, что позволит гражданину оценить имеющиеся у него пенсионные права и при необходимости скорректировать собственную модель поведения в части приобретения дополнительных прав (например, путем добровольного вступления в правоотношения по обязательному пенсионному страхованию с целью уплаты страховых взносов).

? Как можно проверить, всю ли информацию передает в Пенсионный фонд работодатель, то

есть в полном ли объеме перечисляются взносы и все ли периоды работы зафиксированы, чтобы при назначении пенсии была посчитана вся зарплата и учтен весь стаж?

Виталий САМАЕВ

ЧТОБЫ быть уверенным, что размер будущей пенсии будет установлен корректно, все граждане могут превентивно следить за сведениями о страховом стаже, заработке, страховыми взносами, учтенными территориальным органом Пенсионного фонда России в индивидуальном лицевого счета на основании сведений, предоставленных работодателями, а также сведений, имеющихся в распоряжении ПФР.

Любой человек может в удобное ему время заказать выписку о состоянии индивидуального лицевого счета через портал госуслуг или личный кабинет гражданина на сайте Пенсионного фонда. Также ее можно получить лично в клиентской службе ПФР или в МФЦ по предварительной записи.

? Можно ли подать заявление, чтобы Пенсионный фонд посчитал размер пенсии с учетом периодов ухода за детьми во время декретного отпуска? Многие мои знакомые обращались за таким перерасчетом еще два-три года назад. А я решила только сейчас.



Если еще не поздно, то какие документы нужны и куда обратиться с заявлением?

Ирина Михайлова

ПОДАТЬ заявление в Пенсионный фонд о перерасчете пенсии с учетом периодов ухода за детьми можно в любое время. Если периоды работы и ухода за ребенком до достижения им возраста полутора лет совпадают, т. е. в период ухода за ребенком мама работала, то пенсия может быть рассчитана в двух вариантах: учитывается период работы либо период ухода за ребенком.

Периоды ухода за детьми рассчитываются в пенсионных коэффициентах: за один календарный год ухода за первым ребенком начисляется 1,8 коэффициента, за вторым ребенком —

3,6 коэффициента, за третьим и четвертым — 5,4 коэффициента. Стоимость одного пенсионного коэффициента ежегодно индексируется, в 2020 году составляла 93 рубля.

Подать заявление о перерасчете пенсии по указанному выше основанию можно в клиентской службе Пенсионного фонда, в МФЦ или в личном кабинете на портале госуслуг либо на сайте ПФР. Для перерасчета необходимо представить свидетельства о рождении детей и документы, подтверждающие факт их дожития до возраста полутора лет (при наличии в свидетельстве о рождении отметки о выдаче паспорта предоставлять данные документы не надо).

По информации
ОПФР по РХ
Фото из открытых источников

Вторник, 19 января

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	че!	ИСТОРИЯ	DISNEY	
04.40 ВАСАБИ 16+ 06.25 ИСЧЕЗНУВШАЯ ИМПЕРИЯ 12+ Драма о советской молодежи 70-х, родившейся в стране, которой нет...	04.55 ДЕНЬ ДО 18+ 06.20 КАЛИМАНДЖАРА 16+ 07.45 КАЛАШНИКОВ 12+ 09.30 Снежная королева. Зазеркалье. Полнометражный мультфильм 6+ 11.15 ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД 16+ 13.25 ТАЙНА ПЕЧАТЫ ДРАКОНА 6+ 15.45 ОН — ДРАКОН 6+ 17.35 ПАЛАЧ/1-2с 16+ 19.35 СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ 16+ 21.15 ВОЙНА ПОЛОВ 16+ Молодые архитекторы борются за контракт. Чей проект победит?.. 23.00 ПАЛАЧ/3-4с 16+ 01.00 ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО! 16+ 02.45 ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2 12+	04.15 В РОССИИ ИДЕТ СНЕГ 16+ 06.00 ПУТЕВКА В ЖИЗНЬ 12+ 07.35 ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ 16+ 08.50 НА ЧАШАХ ВЕСОВ 12+ 09.10 ТРУДНО БЫТЬ МАЧО 16+ 10.50 ФАРТ 12+ 12.35 ЛЮБОВЬ ПОД ПРИКРЫТИЕМ 16+ 14.30 ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ/1-4с 16+ 18.10 ПРИШЕЛЕЦ 12+ 19.50 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+ 21.30 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+ 23.10 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+ 00.40 ТАМ, ГДЕ ВОДЯТСЯ ЗВЕЗДЫ 16+ 01.00 ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ 6+ 03.00 КОЧЕГАР 18+	04.10 ХОЛОДНЫМ ДНЕМ В ПАРКЕ 18+ 06.00 ГОРОД БОГА 18+ 08.10 СУПЕРСТАР 16+ 10.05 ПЛАНЕТА КА-ПЭКС 12+ 12.10 ХОЛОДНЫМ ДНЕМ В ПАРКЕ 18+ 14.00 КАЙН-5/9с 16+ 15.05 ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ 12+ 16.50 БЕССОННАЯ НОЧЬ 16+ 18.35 ФАБРИКА ГРЕЗ 12+ Эмилию, влюблённому в танцовщицу Милу, ради любви придётся реализовать фантастический план... 20.20 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+ 22.00 КАЙН-5/9с 16+ 23.05 ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ 12+ 00.50 БЕССОННАЯ НОЧЬ 16+ 02.35 ФАБРИКА ГРЕЗ 12+	06.00 Улетное видео 16+ Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения... 06.10 БРАТАНЫ 16+ 08.00 Дорожные войны 16+ 09.30 Дорожные войны 2.0 16+ 11.00 Улетное видео 16+ 12.00 Улетное видео. Лучшее 16+ 13.00 Улетное видео 16+ 14.30 ВОРОНИНЫ 16+ 16.30 КВН Best 16+ 18.30 Улетное видео 16+ 20.30 +100500 18+ 23.00 Опасные связи 18+ 01.00 БРАТАНЫ 16+ 02.50 КВН Best 16+ 03.15 Улетное видео 16+	05.20 СССР. Империя наоборота. Армения 12+ 06.10 Импрессионисты. Искусство и революция. Банда четырёх 12+ 07.15 Импрессионисты. Искусство и революция. Пейзаж 12+ 08.20 Наша АББА 12+ 09.05 Тропой воина. Из викингов в варяги 16+ 10.00 СССР. Империя наоборота. Украина 12+ 10.45 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+ 11.40 Афера 16+ 12.35 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+ 13.45 Драма Татьяны Пельтцер 12+ 14.40 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+ 15.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+ 16.55 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+ 17.50 Тропой воина. Кельты 12+ 18.50 Персы 12+ 19.50 Андрей Миронов. Держась за облака 12+ 20.40 СССР. Империя наоборота. Украина 12+ 21.35 Первый полёт. Завоевание небес 12+ 22.40 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва 12+ 23.30 Чай, кофе и шоколад. История в нашей чашке 12+ 00.30 Евгений Леонов. А слёзы капали... 12+ 01.20 Импрессионисты. Искусство и революция. Банда четырёх 12+	04.05 Стражи Галактики 12+ 05.40 Амфибия 12+ 06.25 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 Пёс Пэт 6+ 10.00 Доброе утро с Микки 0+ 13.00 Пёс Пэт 6+ 13.20 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+ 14.00 Зак Шторм — суперпират 6+ 15.00 Финес и Ферб 6+ 16.00 С приветом по планетам 12+ 16.30 Гравити Фолз 12+ 17.30 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+ 18.00 Звёздная принцесса и силы зла 12+ 19.05 Приключения Кота в сапогах 6+ 19.35 Леди Баг и Суперкот 6+ 21.30 Король Лев. Полнометражный мультфильм 0+ У Короля Льва Муфасы рождается малыш Симба, которому предназначено стать законным правителем джунглей и занять свое место в Круге жизни. Но коварный брат Муфасы Шрам, сам мечтающий заполучить власть, убивает маленького Симбу за пределы своих владений... 23.25 Отель «Трансильвания» 12+ 00.10 ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ-ПЛЭЙС 6+ 01.35 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+ 03.00 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+	
ACTION TV1000	TV 1000	ИЛЛЮЗИОН+	* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *				
04.30 Ю-571 16+ 06.40 ЧЁРНЫЙ ЯСТРЕБ 16+ 09.10 ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК 16+ 11.15 ГОЛОДНЫЙ КРОЛИК АТАКУЕТ 18+ 13.00 ПАСТЫРЬ 16+ 14.30 КАРАТЕЛЬ 18+ 16.35 Ю-571 16+ 18.35 ЧЁРНЫЙ ЯСТРЕБ 16+ 21.05 ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК 16+ 23.00 ЛЕГИОН 18+ Ничем не примечательная закусокная становится невероятным полем битвы за выживание человечества. В эпицентре событий — случайные посетители этой забегаловки, попавшие в ловушку... 00.40 КЛОВЕРФИЛД, 10 16+ 02.25 ПОСЫЛКА 12+	05.30 ВНЕ ПРАВИЛ 18+ 07.35 МАЛЕНЬКИЙ МАНХЭТТЕН 12+ 09.00 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+ 11.15 ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН 16+ 13.20 БЫТЬ АСТРИД ЛИНДГРЕН 16+ 15.35 ГОСПОЖА БОВАРИ 16+ 17.40 ТАКСИ-3 16+ 19.10 ТАКСИ-4 12+ 20.50 ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН 16+ Две сестры из рода Болейн, движимые слепой амбицией своей семьи, борются за внимание и благосклонность короля Англии Генриха VIII... 23.00 БЕЛОСНЕЖКА И ОХОТНИК 16+ 01.10 БРАТЯ ГРИММ 12+ 03.25 КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ 12+	05.15 НЕУДЕРЖИМЫЕ 16+ 06.50 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ 12+ 08.15 НЕУДЕРЖИМЫЕ-2 18+ 09.50 ОДИНОКИЙ МУЖЧИНА 16+ 11.25 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+ 12.55 БОЛЬШАЯ ИГРА 12+ 15.05 ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ! 16+ 16.40 В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ 16+ 18.10 НЕУДЕРЖИМЫЕ-3 12+ 20.05 КЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 12+ 21.25 ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ 16+ 23.05 КРОЛИЧЬЯ НОРА 16+ 00.30 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ 0+ 02.25 СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ 16+ 03.45 ПОЧТИ МОЛОДОЖЕНЫ 12+	<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 января 2021 г. с 8.00 до 18.00: ул. Тувинская, 5, 11; ул. Советская, 160–166, 181–201; ул. Партизанская, 85–95; проспект Ленина, 206; ул. Хакасская, 216–234.</p> <p>Полную информацию об отключениях электроэнергии можно также посмотреть на сайте mпаэс.рф</p>				<p>Объявления в газету «Абакан» 35-80-00 от 90 рублей.</p> <p>Срок действия цен до 30.06.2021 г.</p>

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

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

21.30 ИЩЕЙКА 12+ Семейная Фирсовых уезжает на несколько дней из страны, оставив дом под присмотром знакомой маникюрши.

22.30 Док-ток 16+
23.30 Япония. Обратная сторона кимоно

00.30 Воины бездорожья 12+
01.25 Время покажет 16+

03.00 Новости
03.05 Время покажет 16+

03.50 Мужское/Женское 16+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

14.55 МОРОЗОВА 12+
17.00 Вести
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+

02.20 ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ 12+
04.05 РЯЯ ЗНАЕТ 12+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

3 МАТЧ! МАТЧ!

04.30 Все на Матч!
05.35 Волейбол. Открытый чемпионат России Суперлига Париматч (ж).

14.00 В центре событий 12+
15.00 ЕвроФутбол. Обзор 0+

23.00 Новости
23.05 Все на Матч!
23.40 ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ДЖУНГЛИ 12+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

Перерыв в эфире до 14.00 в связи с профилактическими работами

14.00 Новости культуры 12+
14.20 Острова. Валентин Ежов 12+

22.15 ИДИОТ/Зс 12+
23.10 Проявления Павла Каплевича/Зс 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужжалка 0+

20.30 Спокойной ночи, малыши! 0+
20.45 Три кота 0+

9 ОТР ОТР

04.05 Пять причин поехать в... 12+
04.15 Домашние животные 12+

11.30 Книжные аллеи. Адреса и строки 6+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Виталий Соломин. Я принадлежу сам себе... 12+

11.50 ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ 12+
13.40 Мой герой 12+

4 НТВ НТВ

04.35 ПАСЕЧНИК 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ 16+

10.00 Сегодня
10.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ 16+

13.00 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+

14.00 Место встречи 16+
16.00 Сегодня
16.25 ДНК 16+

18.30 БАЛАБОЛ 16+
19.00 Сегодня
19.40 БАЛАБОЛ 16+

21.20 РЕАЛИЗАЦИЯ 16+
23.30 Сегодня
23.45 Поздняков 16+

23.55 Захар Прилепин. Уроки русского 12+
00.25 ЭЛАСТИКО 12+ Матвея отличают уникальные физические данные.

02.05 Место встречи 16+ 16+
03.50 СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ 16+

11 РЕН ТВ

04.40 Территория заблуждений 16+

06.00 Документальный проект 16+

07.00 С добрым утром! 16+

11.00 Как устроен мир 16+

12.00 112 16+

13.00 Загадки человечества 16+

14.00 Невероятно интересные истории 16+

15.00 Неизвестная история 16+

16.00 112 16+

17.00 Тайны Чапман 16+

12 СПАС СПАС

04.00 Новый день. Новости 0+

04.45 В поисках Бога 12+

05.10 Не верю! 16+

06.00 Простые чудеса 12+

06.45 Тайны сказок 0+

07.00 День Патриарха 0+

07.10 Мультфильмы 0+

08.00 Монастырская кухня 0+

09.00 Утро 0+

13.00 День Ангела. Святитель Феофан Затворник 0+

13 СТС СТС

04.55 6 кадров 16+

05.40 Мультфильм 0+

05.50 Ералаш 0+

06.15 Спирит. Дух свободы 6+

07.00 Том и Джерри 0+

07.35 Босс-молокосос. Снова в деле 6+

08.00 Миша портит всё 16+

09.00 ПСИХОЛОГИНИ 16+

10.00 Уральские пельмени. СмехBook 16+

10.20 ДИВЕРГЕНТ 12+

14 ДОМАШНИЙ

05.25 По делам несовершеннолетних 16+

06.15 6 кадров 16+

06.30 По делам несовершеннолетних 16+ Ответственная задача разработать, почему подросток совершил преступление.

08.00 Давай разведемся! 16+

09.05 Тест на отцовство 16+

11.15 Реальная мистика 16+

12.25 Понять. Простить 16+

13.30 Порча 16+

14.30 ЦЫГАНКА 16+

17 ЗВЕЗДА

04.05 ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА 12+

05.30 Москва фронту 12+

06.00 Сегодня утром 12+

08.00 Новости дня

08.15 Спецрепортаж 12+

08.35 Легенды госбезопасности. Феликс Дзержинский 16+

09.40 СОБР/9-12с 16+

13.00 Новости дня

13.20 СОБР/12-13с 16+

18 МИР МИР

04.30 ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА 0+

06.00 ИЗБРАННИЦА 16+

09.50 ЧУЖОЙ РАЙОН-2 12+

10.00 Новости

10.10 ЧУЖОЙ РАЙОН-2 16+

13.15 Дела судебные. Деньги верните! 16+ В нашем суде справедливость восстанавливают как в частных делах, так и в спорах между организациями...

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.30 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+

09.00 Известия
09.25 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+

13.00 Известия
13.25 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+

13.40 ЛЕГАВЫЙ-2 16+

15 ТВ-3

04.30 Городские легенды 16+

05.15 Охотники за привидениями 16+

05.45 Мультфильмы 0+

09.30 Слепая 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Перезагрузка 16+

07.30 Орел и Решка. Чудеса света 16+

09.00 Орел и Решка. Ивлеева VS Бедняков 16+

11.00 На ножах 16+ Гуру ресторанный бизнеса, мастер своего дела Константин Ивлев, отправляется в турне по кафе и ресторанам, чтобы довести до ума самые убыточные заведения. Он научит, как дальше жить, готовить и обслуживать посетителей...

19 ТНТ

04.45 Открытый микрофон 16+

05.35 ТНТ. Best 16+

07.00 ТНТ. Gold 16+

08.30 САШАТАНЯ 16+

20 МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка 16+

06.00 10 самых горячих клипов дня 16+

06.40 PRO-Новости 16+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердоброе) 6+

06.00 Сегодня в Абакане 12+

06.30 Утренняя гимнастика 6+

Ю

04.35 Взвешенные люди 16+

06.10 МастерШеф. Дети 12+

07.35 Папа попал. Б16 12+

10.30 Модель XL 16+

Ах ты доля, моя доля!..

Специалисты Управления Росреестра по РХ отвечают на вопросы абаканцев

? Не могу найти документы на квартиру. Может ли другой человек воспользоваться ими и продать мою недвижимость? Как мне обезопасить себя в этой ситуации?

ЕСЛИ вы не оформляли доверенность на продажу, то никто вашу квартиру не продаст. Вы являетесь собственником, сведения о вашем праве внесены в Единый государственный реестр. Совершение сделки возможно только вами лично или вашим представителем по доверенности, удостоверенной нотариально.

Если у вас все же есть основания опасаться, что кто-то без вашего ведома может распорядиться имуществом, или если вы могли кому-то выдать доверенность и не помните об этом, можно подстраховаться на случай незаконных действий третьих лиц. Для этого обратиться в регистрирующий орган (через МФЦ) с заявлением о невозможности регистрации сделок без личного участия. В реестр будет внесена соответствующая запись, наличие которой не позволит доверенному лицу совершать какие-либо действия с вашей квартирой.

? Нужно ли удостоверить договор дарения у нотариуса, если я дарю квартиру троим внукам по долям?

ДОГОВОР отчуждения доли подлежит нотариальному удостоверению, но из этого правила есть исключение: если отчуждаются все доли по одной сделке. Если вы составите один договор дарения в отношении всей квартиры (в том числе — троим внукам), то нотариально удостоверить его не придется.

? Я купила комнату на заемные средства кредитной организации. Займ погасила материнским капиталом. Не будет ли у меня проблем с продажей этой комнаты из-за того, что использовался материнский капитал?

СОГЛАСНО Правилам направления средств материнского (семейного) капитала на улучшение жилищных условий, жилое помещение может быть приобретено как в общую собственность лица, получившего сертификат, его супруга, детей (в том числе



первого, второго, третьего ребенка и последующих детей), так и в собственность лица, получившего сертификат. Таким образом, законом не запрещено приобретение жилого помещения за счет средств МСК в собственность одного только владельца сертификата (матери). Однако в этом случае у матери возникает обязательство оформить жилое помещение в общую собственность супругов и детей с определением размера долей по соглашению. Отчуждение жилого помещения без предварительного включения в число собственников несовершеннолетних детей невозможно.

? Может ли моя 15-летняя дочь самостоятельно, без родителей, подать документы на регистрацию наследства?

ДА, ОНА МОЖЕТ обратиться с заявлением о регистрации прав самостоятельно. Также подать заявление и необходимые документы от ее имени может нотариус, который выдал свидетельство.

По информации Управления Росреестра Хакасии
Фото из открытых источников

Среда, 20 января

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	XXI TV XXI	Че!	ИСТОРИЯ	DISNEY
04.50 ЖАНДАРМ ИЗ СЕНТРОПЕ 12+	04.35 ОДНОКЛАССНИЦЫ 16+	04.35 ПРИВЫЧКА РАССТАВАТЬСЯ 16+	04.20 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+	06.00 Улетное видео 16+	04.35 Тропой война. Из викингов в варяги 16+	04.05 Стражи Галактики 12+
06.45 ДЕЖА ВЮ 0+	06.15 ОДНОКЛАССНИЦЫ. НОВЫЙ ПОВОРОТ 16+	05.50 НОВЕНЬКИЙ 6+	06.00 КАЙН-5/9с 16+	06.10 БРАТАНЫ 16+	05.25 СССР. Империя наоборот. Украина 12+	05.40 Амфибия 12+
08.30 ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН 16+	07.45 СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ 16+	06.20 ТРУДНО БЫТЬ МАЧО 16+	07.05 ИЗ ДЖУНГЛЕЙ В ДЖУНГЛИ 12+	08.00 Дорожные войны 16+	06.15 Персы 12+	06.25 Музыка на канале 6+
09.45 И СНОВА АНИСКИН/1с 12+ Из сельского музея украли самые ценные экспонаты. Под подозрение попадают сразу несколько местных жителей...	09.30 ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО! 16+	08.00 ФАРТ 12+	08.50 БЕССОННАЯ НОЧЬ 16+	09.30 Дорожные войны 2.0 16+	07.10 Наша Африка в Латинской Америке 12+	07.15 Легенда о Тарзане 6+
11.00 Ералаш 6+	11.10 ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2 12+	09.35 ЛЮБОВЬ ПОД ПРИКРЫТИЕМ 16+	10.35 ФАБРИКА ГРЕЗ 12+	11.00 Улетное видео 16+ Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя...	08.10 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+	07.40 Аладдин 0+
11.40 Чудо-юдо. Полнометражный мультфильм 6+	13.00 ВОЙНА ПОЛОВ 16+	11.15 ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ/1-4с 16+	12.20 РАЗВОД В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 18+	12.00 Улетное видео. Лучшее 16+	08.55 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+	08.05 Русалочка 6+
13.00 Три богатыря. Ход конём. Полнометражный мультфильм 6+	14.35 ОДНОКЛАССНИЦЫ. ОДНОКЛАССНИЦЫ. НОВЫЙ ПОВОРОТ 16+	14.55 ПРИШЕЛЕЦ 12+	14.00 КАЙН-5/10с 16+	10.00 СССР. Империя наоборот. Средняя Азия 12+	10.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	08.25 Тимон и Пумба 6+
14.30 СВАТЫ 16+	16.00 ОДНОКЛАССНИЦЫ. НОВЫЙ ПОВОРОТ 16+	16.35 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+	15.00 РАЙ. НАДЕЖДА 16+	10.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+	11.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+	08.50 Чудеса на виражах 0+
18.20 БАЛАБОЛ 16+	17.15 ПАЛАЧ/3-4с 16+	18.10 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+	16.35 ПОДЗЕМКА 16+	13.00 Улетное видео 16+	13.05 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+
19.15 УБОЙНАЯ СИЛА 16+	19.15 КОЛЛЕКТОР 16+	19.50 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+	18.20 НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ 16+	14.30 ВОРОНИНЫ 16+	14.00 СССР. Империя наоборот. Кельты 12+	09.50 Пёс Пэт 6+
23.15 СВАТЫ 16+	20.35 ТАРАС БУЛЬБА 16+ События Запорожской Сечи, когда казачество поднялось на борьбу с Речью Посполитой...	21.25 ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ 6+	20.10 МНЕ ПО КАЙФУ 16+ Жаку скоро 50, но вместо работы он одержим идеей по-быстрому разбогатеть...	16.30 КВН Best 16+	10.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	10.00 Доброе утро с Микки 0+
03.00 ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ 16+	23.00 ПАЛАЧ/5-6с 16+	23.25 ЖИЛИ-БЫЛИ 12+	22.00 КАЙН-5/10с 16+	18.30 Улетное видео 16+	11.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+	13.00 Пёс Пэт 6+
	01.05 МАТИЛЬДА 16+	01.00 АМУН 12+	23.00 РАЙ. НАДЕЖДА 16+	20.30 +100500 18+	13.05 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	13.20 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+
	03.10 БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ 12+	02.30 ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ/1-2с 16+	00.35 ПОДЗЕМКА 16+	23.00 Опасные связи 18+	14.05 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	14.00 Зак Шторм — суперпират 6+
			02.20 НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ 16+	01.00 БРАТАНЫ 16+	15.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	15.00 Финес и Ферб 6+
				02.50 Улетное видео 16+	16.50 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	16.00 С приветом по планетам 12+
					17.50 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	16.30 Гравити Фолз 12+
					18.45 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	17.30 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+
					19.45 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	18.00 Звёздная принцесса и силы зла 12+
					20.40 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	19.05 Приключения Кота в сапогах 6+
					21.35 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	19.35 Леди Баг и Суперкот 6+
					22.40 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	21.30 Король Лев-2. Гордость Симбы. Полнометражный мультфильм 0+ Симба, свергнув своего хитрого дядю Шрама, стал королем, женился на Нале, и у них подрастает маленькая дочь Киара. Но пока маленькая принцесса совсем не похожа на наследницу трона. Ее воспитание поручено Тимону и Пумбе. Однажды Киара сбегает в Запретную Землю и знакомится там со львенком Ковой...
					23.50 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	23.10 Отель «Трансильвания» 12+
					00.45 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	00.10 ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙБЕРЛИ-ПЛЭЙС 6+
					01.40 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	01.35 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+
					02.40 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	03.00 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+

* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *

УГОЛЬ НЕДОРОГО

- черногорский
- балахтинский
- аршановский
- восточнобайский («Чалпан»)

Выгрузка в угольник.

ДРОВА самовывоз

Куплю абсолютно любые холодильники и стиральные машины, кузова машин, батареи, металлолом. Приедем к вам.

Т. 8-983-153-49-80.

Реклама на радио «Абакан».

Тел. 35-80-00.

Антиалкогольное лечение

ГАРАНТИЯ. Малюткин И.В.

Т. 8 (3902) 22-46-00.

Лиц. ЛО-19-01-000202 от 25.08.2010 г. по г. Абакану, Абакан, проспект Ленина, 69.

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

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

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ

05.00 Утро России
09.00 Хабарлар-Хакасия
09.30 Тематическая передача

3 МАТЧ! МАТЧ!

04.30 Все на Матч!
05.30 Баскетбол. Кубок Европы (м). УНИКС (Россия) — Гран Канария (Испания) 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.35 Пешком... Москва дворцовая 12+
07.05 Правила жизни 12+

8 КАРУСЕЛЬ

07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужюлка 0+

9 ОТР ОТР

04.05 Пять причин поехать в... 12+
04.15 Домашние животные 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.40 Юлия Борисова. Молчание Турандот 12+
05.20 Мой герой 12+

4 НТВ НТВ

04.35 ПАСЕЧНИК 16+
08.00 Сегодня
08.25 МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ 16+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ

09.00, 12.00, 21.30 Вести 24-Хакасия

12 СПАС СПАС

04.05 Новый день. Новости 0+
04.50 Не верю! 16+

13 СТС СТС

04.55 6 кадров 16+
05.40 Мультфильм 0+

14 ДОМАШНИЙ

05.35 По делам несовершеннолетних 16+
06.25 6 кадров 16+

17 ЗВЕЗДА

04.00 СЕМЕН ДЕЖНЕВ 6+
05.15 Неизвестные самолеты 0+

18 МИР МИР

04.30 СВИНАРКА И ПАСТУХ 0+
06.05 МОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ 16+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ

05.00 Известия
05.25 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 Городские легенды 16+
06.00 Мультфильмы 0+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Перезагрузка 16+

19 ТНТ

04.45 Открытый микрофон 16+
05.35 ТНТ. Best 16+

20 МУЗ-ТВ

05.00 Сделано в 90-х 16+
06.00, 11.35 10 самых горячих клипов дня 16+

24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердорево) 6+

Ю

04.35 Взвешенные люди 16+
06.10 МастерШеф. Дети 12+

Алкоголь: польза или вред?



Многие жители Абакана считают, что небольшие дозы алкоголя не вредят человеческому организму и даже способны укрепить здоровье. Так ли это? Давайте разберемся.

1. Употребление всего по 50–150 г крепкого алкоголя 3–4 раза в неделю опасно для здоровья и является фактором риска развития алкоголизма.

Регулярный прием одной и той же дозы крепкого алкоголя начинает сопровождаться ослаблением эффекта его действия, и для достижения того же самого эффекта требуется увеличение дозы. Развивается желание пить больше или чаще, или одновременно и то и другое. На фоне этого снижается способность контролировать употребление алкоголя, появляется необходимость опохмелиться, если прием алкоголя частично или полностью прерывается.

2. Бытует мнение, что в умеренных количествах алкоголь бывает полезен, а совсем не пить — неправильно.

В настоящее время нет научных доказательств тому, что воздержание от приема алкоголя вредно для здоровья. Польза алкоголя серьезными исследованиями не установлена. Зато употребление алкоголя (особенно злоупотребление) достоверно и неотвратимо сопровождается вредными для здоровья последствиями — от заболеваний сердечно-сосудистой системы до гормональных сбоев.

3. Правда состоит в том, что лучше не пить совсем, так как не существует определенной дозы алкоголя, безопасной для организма.

Влияние алкоголя определяется не только дозой употребляемого алкогольного напитка, но и его качеством, крепостью, регулярностью приема, наследственной отягощенностью, особенностями характера, возрастом начала употребления, состоянием физического и психического здоровья, традициями употребления алкоголя в той или иной культуре, влиянием сверстников и другими факторами.

Предугадать, как повлияет прием алкоголя на каждого отдельного человека, невозможно. Поэтому безопаснее полностью отказаться от его употребления и научиться сопротивляться давлению окружающей среды во время застолья. Любой взрослый человек способен сформировать свой соб-



ственный взгляд на употребление алкоголя.

Подведем итог. Даже так называемый качественный алкоголь пользы не принесет вне зависимости от дозы. А если употреблять его несколько раз в неделю, риск развития алкоголизма не уменьшится — организм со временем затребует увеличения объемов выпиваемого.

Наслаждение от жизни можно получить самыми разнообразными способами, не прибегая для этого к употреблению алкоголя, табака или наркотиков. Например, физические нагрузки увеличивают выработку эндорфинов в организме (танцы, бег, ходьба и

др.). Поднять содержание серотонина в крови поможет употребление в пищу продуктов, богатых триптофаном (темный шоколад, орехи, финики и бананы, томаты и пр.). Стимулирует синтез серотонина и солнечный свет.

Помните, алкоголь губит организм! Сохраняйте и укрепляйте свое здоровье!

Тамара КРЫЛЫСОВА, врач-методист Республиканского центра медицинской профилактики
Фото из открытых источников

Четверг, 21 января

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	XXI TV XXI	Че! ЧЕ	ИСТОРИЯ	DISNEY
05.25 БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА 0+	05.35 ДЕНЬ ДО 18+	04.30 ФАРТ 12+	04.10 МНЕ ПО КАЙФУ 16+	06.00 Улетное видео 16+	05.30 СССР. Империя наоборот. Средняя Азия 12+	04.05 Стражи Галактики 12+
07.25 ГЕОГРАФ ГЛОБУС ПРОПИЛ 16+ 37-летний биолог Виктор Служкин от безденежья устраивается учителем географии...	07.20 ЛЕНИН. НЕИЗБЕЖНОСТЬ 16+	06.10 НА ЧАШАХ ВЕСОВ 12+	06.00 КАЙН-5/10с 16+	06.10 БРАТАНЫ 16+	06.20 Драма Татьяны Пельтцер 12+	05.40 Амфибия 12+
09.45 И СНОВА АНИСКИН/2с 12+	09.30 СПАРТА 16+	06.30 ЛЮБОВЬ ПОД ПРИКРЫТИЕМ 16+	07.00 РАЙ. НАДЕЖДА 16+	08.00 Дорожные войны 16+ Неадекватные пешеходы, разъяренные водители – реальность российских и зарубежных дорог оказывается куда страшнее, чем можно было бы предсказать...	07.05 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	06.25 Музыка на канале 6+
11.00 Ералаш 6+	10.55 МАТИЛЬДА 16+	08.10 ОТЕЛЪ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ/1-4с 16+	08.35 ПОДЗЕМКА 16+	09.30 Дорожные войны 2.0 16+	07.05 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+	07.15 Легенда о Тарзане 6+
11.35 Синдбад. Пираты семи штормов. Полнометражный мультфильм 6+	12.55 ТАРАС БУЛЬБА 16+	11.20 ПРИШЕЛЕЦ 12+	10.20 НЕВИДИМЫЙ ГОСТЬ 16+	11.00 Улетное видео 16+	08.10 Импрессионисты. Искусство и революция. Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+	07.40 Аладдин 0+
13.00 Три богатыря и морской царь. Полнометражный мультфильм 6+	15.20 БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ 12+	12.55 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+	12.10 МНЕ ПО КАЙФУ 16+	12.00 Улетное видео. Лучшее 16+	08.25 Тимон и Пумба 6+	08.05 Русалочка 6+
14.30 СВАТЫ 16+	17.30 ПАЛАЧ/5-6с 16+	14.35 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+	14.00 ЧУМА/1с 16+	13.00 Улетное видео 16+	08.50 Чудеса на виражах 0+	08.25 Тимон и Пумба 6+
18.20 БАЛАБОЛ 16+	19.25 ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД 16+	16.15 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+	14.55 ВИДОК 16+	14.30 ВОРОНИНЫ 16+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+	08.50 Чудеса на виражах 0+
19.15 УБОЙНАЯ СИЛА 16+	21.15 ДОМОВОЙ 6+ <i>Едва вселившись в новую квартиру, мама с дочкой узнают, что вместе с ними будет проживать настоящий Домовой. Только он готов делать всё, чтобы остаться одному в этом жилище...</i>	17.50 ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ 6+	16.35 БЕЗ НАЗВАНИЯ 16+	16.30 КВН Best 16+	09.50 Пёс Пэт 6+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+
23.15 СВАТЫ 16+	23.10 ПАЛАЧ/7-8с 16+	19.50 ЖИЛИ-БЫЛИ 12+	18.15 ТАК БЛИЗКО К ГОРИЗОНТУ 16+ <i>По одноименному бестселлеру Джессики Кох.</i>	18.30 Улетное видео 16+	10.00 СССР. Империя наоборот. Прибалтика 12+	10.00 Доброе утро с Микки 0+
03.00 ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ 12+	01.10 ЛЁГКО НА ПОМИНЕ 12+	21.25 АМУН 12+ <i>Семейная трагедия заставляет Петра отправиться в Иудейскую пустыню...</i>	20.15 ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ. СТОКГОЛЬМСКИЙ НУАР 18+ <i>По роману Йенса Лапидуса.</i>	12.00 Улетное видео 16+	10.45 Персы 12+	10.00 Пёс Пэт 6+
	02.40 ЗОЛУШКА 16+	22.55 ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ/1-2с 16+	22.00 ЧУМА/1с 16+	13.00 Улетное видео 16+	11.45 Андрей Миронов. Держась за облака 12+	13.00 Доброе утро с Микки 0+
		01.00 КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ/1-4с 12+	22.55 ВИДОК 16+	16.30 КВН Best 16+	12.40 Первый полёт. Завоевание небес 12+	13.20 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+
			00.35 БЕЗ НАЗВАНИЯ 16+	18.30 Улетное видео 16+	13.40 Первые на Марсе. Неспетая песня Сергея Королёва 12+	14.00 Зак Шторм — суперпират 6+
			02.15 ТАК БЛИЗКО К ГОРИЗОНТУ 16+	20.30 +100500 18+	14.35 Чай, кофе и шоколад. История в нашей чашке 12+	15.00 Фитес и Ферб 6+
				23.00 Опасные связи 18+	15.40 Евгений Леонов. А слёзы капали... 12+	16.00 С приветом по планетам 12+
				02.50 Улетное видео 16+	16.30 Импрессионисты. Искусство и революция. Банда четырёх 12+	16.30 Гравити Фолз 12+
					17.40 Импрессионисты. Искусство и революция. Лейзаж 12+	17.30 Кунг-фу Панда. Лапки судьбы 6+
					18.50 Наша АББА 12+	18.00 Звёздная принцесса и силы зла 12+
					19.40 Тропой война. Из викинг в варяги 16+	19.05 Приключения Кота в сапогах 6+
					20.40 СССР. Империя наоборот. Прибалтика 12+	19.50 Птичий дозор. Полнометражный мультфильм 6+
					22.35 Наша Африка в Латинской Америке 12+	21.30 Король Лев-3. Акуна Матата. Полнометражный мультфильм 0+ <i>Вы узнаете о загадочных друзьях Тимоне и Пумбе много нового, о том, как они впервые встретились, что за потрясающие приключения вместе прожили и на какие удивительные подвиги их сподвигло знаменитое знакомство с будущим королем саванны Симбой...</i>
					23.45 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+	00.10 ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ-ПЛЕЙС 6+
					00.35 Афера 16+	01.35 ДЕРЖИСЬ, ЧАРЛИ! 6+
					01.30 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+	03.00 СОБАКА ТОЧКА КОМ 6+
					02.40 Драма Татьяны Пельтцер 12+	
					03.35 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+	

Абакан
Уважаемые читатели!

Появилась возможность приобрести электронные версии

- газеты «Абакан»,
- газеты «Абакан» с нормативно-правовой частью,
- журнала «Абакан»,
- а также подписаться на них.

Номера в электронном виде:

- газета «Абакан» — с 2018 г.;
- журнал «Абакан» — с 2017 г.

Обращаться по тел. 358-000 или по адресу:
г. Абакан, ул. Советская, 32–49н.
МУП «ИРТА "Абакан"», г. Абакан, ул. Советская, 32–49н, ОГРН 1051901102626 16+

О случаях обмана в автосалонах



В связи с ростом количества обращений граждан, столкнувшихся с обманом и навязыванием дополнительных товаров и услуг при покупке новых и подержанных автомобилей в автосалонах, Роспотребнадзор обращает внимание жителей Абакана на типичные нарушения прав потребителей в указанной сфере:

- в рекламе и при обращении по телефонам недобросовестные продавцы указывают недостоверную (заниженную) стоимость автомобиля;
- до показа автомобиля или заключения договора купли-продажи продавец настаивает на подписании предварительного договора с передачей первоначального взноса (аванса, предоплаты, залога, задатка и т. п.), в договоре содержатся условия об удержании всей суммы указанного взноса или его части;
- при заключении договора купли-продажи автомобиля за счет кредитных средств потребителям предоставляется недостоверная информация о размере процентной ставки (в рекламе в Интернете, на сайте или в рекламных буклетах указывается про-

центная ставка существенно ниже той, которая прописана в договоре);

● навязывание различных товаров, работ, услуг при покупке автомобиля (предлагается более дорогая комплектация автомобиля, установка дополнительного оборудования, страхование, сервисные работы и т. п.).

Как избежать обмана и навязывания

- при выборе следует учитывать, уполномочен ли автосалон официальным дилером на продажу автомобилей той или иной марки;
- выбрав автосалон с хорошей репутацией, проверьте, какая информация указана на его сайте. Также следует изучить объем дополнительной информации, которая для удобства покупателя должна включать в себя контактные телефоны продавца и адрес его электронной почты, образцы типовых договоров, информацию о гарантийных обязательствах, стоимости автомобилей, наличии в продаже конкретных транспортных средств с определенной комплектацией и т. п.;
- с осторожностью относитесь к предложениям продажи автомобилей по цене ниже рыночной, при этом попросите продавца направить на электронную почту проект договора купли-продажи, а также информацию о цене и характеристиках интересующей вас марки автомобиля;
- при покупке подержанного автомобиля проверьте историю машины,

самостоятельно воспользовавшись информацией, расположенной на официальном сайте ГИБДД в разделе «Проверка автомобиля» (<https://xn--90adear.xn--p1ai/check/auto>);

- не спеша, вдумчиво и внимательно изучите договор до его подписания, при этом учитывайте следующие аспекты: нельзя пропускать ни одного пункта; читайте все, что написано мелким шрифтом; не ставьте подпись, если какие-то пункты документа вас не устраивают или не соответствуют тому, что говорит менеджер; в договоре обязательно должны быть указаны сроки поставки автомобиля, размер аванса, порядок его возврата, если вы откажетесь от покупки по вине продавца, а также полное описание модификации модели (должна соответствовать заводской комплектации); подписывайте тот договор, который только что прочли, если менеджер унес документ, а затем вернул, придется перечитать снова, чтобы уберечь себя от недобросовестных действий персонала;
- следует учесть, что наиболее безопасной является оплата банковской картой; при оплате наличным способом необходимо истребовать документ, подтверждающий факт внесения денежных средств; в любом случае вам должен быть выдан контрольно-кассовый чек (в т. ч. в электронном виде);
- перед тем как забрать машину, нужно ее осмотреть на наличие дефектов — царапин, вмятин и др. Еще один важный аспект — сверка номера двигателя, шасси и номера кузова, VIN с договорными условиями, проверка комплектности, контроль уровня технических жидкостей. Обязательно проверьте, работают ли освещение, дополнительное оборудование;

● подписывайте акт приема-передачи автомобиля только после тщательного осмотра.

Какие условия должны вызвать опасения

- продажа автомобилей только за счет заемных средств (кредит);
- заявлена слишком низкая цена транспортного средства;
- предложение подписания договора и внесения авансового платежа до осмотра автомобиля при утверждении продавца, что он есть в наличии;
- отсутствие в офисе продаж полного комплекта документов на автомобиль (договор, паспорт транспортного средства, гарантийный талон или сервисная книжка);
- незначительный период времени, прошедший с даты постановки автосалона на налоговый учет (это можно проверить на официальном сайте онлайн-сервиса ФНС России по адресу <https://egrul.nalog.ru/>).

Пожаловаться на противозаконные действия автосалона

- МОЖНО:**
- производителю или в уполномоченную им организацию;
 - в Федеральную службу — Роспотребнадзор;
 - в суд (чтобы взыскать с продавца компенсацию морального вреда или возместить ущерб);
 - в органы внутренних дел (если вы стали жертвой мошенничества).

По информации Управления Роспотребнадзора по РХ
Фото из открытых источников

Пятница, 22 января

<p>ДОМ КИНО</p> <p>04.50 УКОЛ ЗОНТИКОМ 12+</p> <p>06.35 ЧОКНУТЫЕ 16+</p> <p>08.05 ЗДРАВСТВУЙТЕ, Я ВАША ТЁТЯ! 12+ По мотивам пьесы Брэндона Томаса «Тётка Чарлея».</p> <p>09.45 И СНОВА АНИСКИН/Зс 12+</p> <p>11.00 Ералаш 6+</p> <p>11.25 Большое путешествие. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>13.00 Три богатыря и Шамаханская царица. Полнометражный мультфильм 12+</p> <p>14.30 СВАТЫ 16+</p> <p>18.20 БАЛАБОЛ 16+</p> <p>19.15 УБОЙНАЯ СИЛА 16+</p> <p>23.15 СВАТЫ 16+</p> <p>03.00 МАРШ-БРОСОК 12+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>04.25 СКИФ 18+</p> <p>06.10 ОН — ДРАКОН 6+</p> <p>08.00 ЗАЩИТНИКИ 12+</p> <p>09.30 КОЛЛЕКТОР 16+</p> <p>10.45 Волки и овцы: бе-е-е-зумное превращение. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>12.20 ЗОЛУШКА 16+</p> <p>14.00 ЛЁГКО НА ПОМИНЕ 12+</p> <p>15.25 ДОМОВОЙ 6+</p> <p>17.20 ПАЛАЧ/7-8с 16+</p> <p>19.15 ОН — ДРАКОН 6+</p> <p>21.10 ПАССАЖИРКА 16+ 1882 год. Российский корабль «Смелый», отправляясь из Сан-Франциско в Гонконг, берет на борт молодую пассажирку и её служанку...</p> <p>23.00 ПАЛАЧ/9-10с 16+</p> <p>00.55 ЛЕНИН. НЕИЗБЕЖНОСТЬ 16+</p> <p>03.00 САРАНЧА 18+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>04.50 ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ/1с 16+</p> <p>05.35 ВКЛУЧИ МОТОР И СДАЙ НАЗАД 16+</p> <p>05.40 ОТЕЛЬ СЧАСТЛИВЫХ СЕРДЕЦ/2-4с 16+</p> <p>08.10 ПРИШЕЛЕЦ 12+</p> <p>09.30 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+</p> <p>11.00 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+</p> <p>12.30 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+</p> <p>14.05 ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ 6+</p> <p>16.00 ЖИЛИ-БЫЛИ 12+</p> <p>17.35 АМУН 12+</p> <p>19.10 ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ/1-2с 16+</p> <p>21.10 КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ/1-4с 12+</p> <p>01.00 СЕЛФИ 16+</p> <p>03.05 ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО 12+</p>	<p>TV XXI</p> <p>04.15 ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ. СТОКГОЛЬМСКИЙ НУАР 18+</p> <p>06.00 ЧУМА/1с 16+</p> <p>06.55 ВИДОК 16+</p> <p>08.35 БЕЗ НАЗВАНИЯ 16+</p> <p>10.15 ТАК БЛИЗКО К ГОРИЗОНТУ 16+</p> <p>12.15 ШАЛЬНЫЕ ДЕНЬГИ. СТОКГОЛЬМСКИЙ НУАР 18+</p> <p>14.00 ЧУМА/2с 16+</p> <p>15.00 НЕПРИКАСАЕМЫЕ 16+</p> <p>16.45 ЗАЛОЖНИК 16+</p> <p>18.40 ЧЕРНАЯ БАБОЧКА 18+</p> <p>20.15 АНАРХИСТЫ 16+ Париж, 1899 год. Жан-дарм Жан Альбертини должен проникнуть в группу анархистов...</p> <p>22.00 ЧУМА/2с 16+</p> <p>23.00 НЕПРИКАСАЕМЫЕ 16+</p> <p>00.45 ЗАЛОЖНИК 16+</p> <p>02.40 ЧЕРНАЯ БАБОЧКА 18+</p>	<p>Че!</p> <p>06.00 Улетное видео 16+</p> <p>06.10 БРАТАНЫ 16+</p> <p>08.00 Дорожные войны 16+</p> <p>09.30 Дорожные войны 2.0 16+</p> <p>11.00 Улетное видео 16+</p> <p>12.00 Улетное видео. Лучшее 16+</p> <p>13.00 Улетное видео 16+</p> <p>14.30 ВОРОНИНЫ 16+</p> <p>16.30 КВН Best 16+</p> <p>18.30 Улетное видео 16+</p> <p>20.30 +100500 18+</p> <p>23.00 РАССВЕТ МЕРТВЕЦОВ 18+ Америка содрогается от внезапного нашествия миллионов мертвецов. Долго ли маленькая группа уцелевших людей сможет противостоять нападению зомби?..</p> <p>01.00 БРАТАНЫ 16+</p> <p>02.50 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>05.45 СССР. Империя наоборот. Прибалтика 12+</p> <p>06.35 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+</p> <p>07.25 Тропой война. Кельты 12+</p> <p>08.15 Персы 12+</p> <p>09.10 Андрей Миронов. Дер-жась за облака 12+</p> <p>21.35 Персы 12+</p> <p>10.00 Чай, кофе и шоколад. История в нашей чашке 12+</p> <p>10.55 Евгений Леонов. А слёзы капали... 12+</p> <p>11.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Банда четырёх 12+</p> <p>12.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Пейзаж 12+</p> <p>14.05 Наша АББА 12+</p> <p>14.55 Тропой война. Из викинг-варяги 16+</p> <p>15.50 Персы 12+</p> <p>16.50 Наша Африка в Латинской Америке 12+</p> <p>18.00 Великий лондонский пожар. Город в огне 16+</p> <p>19.45 Афера 16+</p> <p>20.55 Загадки Чёрного моря. Путешествие к древнему морю 12+</p> <p>20.55 Драма Татьяна Пельцер 12+</p> <p>21.45 Импрессионисты. Искусство и революция. Портрет 12+</p> <p>22.55 Импрессионисты. Искусство и революция. Финальный аккорд 12+</p> <p>00.00 Улыбайтесь, господа, улыбайтесь! Олег Янковский 12+</p> <p>00.55 Тропой война. Кельты 12+</p> <p>01.55 Персы 12+</p> <p>02.55 Андрей Миронов. Дер-жась за облака 12+</p> <p>03.45 Первый полёт. Завоевание небес 12+</p>	<p>DISNEY</p> <p>04.05 Стражи Галактики 12+</p> <p>05.40 Амфибия 12+</p> <p>06.25 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 Пёс Пэт 6+</p> <p>10.00 Доброе утро с Микки 0+</p> <p>13.00 Маленький принц. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>15.30 Леди Баг и Суперкот 6+</p> <p>19.50 Король Лев. Полнометражный мультфильм 0+</p> <p>21.30 Стражи Арктики. Полнометражный мультфильм 6+ Песец Свифти работает в Арктической почтовой службе, но мечтает однажды стать членом элитной команды курьеров-хаски. Чтобы доказать, что он достоин, Свифти угоняет сани и доставляет таинственную посылку в секретное место, где обнаруживает крепость, а в ней — злого гения Отто Фон Моржуса. Вскоре Свифти узнаёт, что злодей намеревается растопить полярные льды, а после — править миром. Герой зовёт на помощь своих друзей. Стражи Арктики объединяются, чтобы спасти планету...</p> <p>23.25 В ПОИСКАХ САНТАЛАПУСА 12+</p> <p>01.30 САНТА ЛАПУСА-2. САНТА ЛАПУШКИ 0+</p> <p>03.10 БЕЛЫЙ ПЛЕН 12+</p>
<p>ACTION TV1000</p> <p>04.40 ПАРИЖ. ГОРОД МЁРТВЫХ 18+</p> <p>06.20 ХИМЕРА 16+</p> <p>07.55 ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ 12+</p> <p>09.25 ПОСЛЕДНИЙ КИНОГЕРОЙ 12+</p> <p>11.45 ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ 12+</p> <p>13.25 СМОКИНГ 12+</p> <p>15.05 ПАРИЖ. ГОРОД МЁРТВЫХ 18+</p> <p>16.40 УИДЖИ. ДОСКА ДЬЯВОЛА 18+</p> <p>18.15 ПАСТЫРЬ 16+</p> <p>19.40 ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ 12+</p> <p>21.15 ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ 12+</p> <p>23.00 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 16+</p> <p>00.40 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2 16+</p> <p>02.25 ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ 16+</p>	<p>TV 1000</p> <p>04.45 ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ 16+</p> <p>07.15 СПАЙДЕРВИК. ХРОНИКИ 12+</p> <p>09.00 СЕДЬМОЙ СЫН 16+</p> <p>11.10 ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ 16+</p> <p>13.20 СПАЙДЕРВИК. ХРОНИКИ 12+</p> <p>15.00 Пингвины Мадагаскара. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>16.35 ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ 16+</p> <p>18.55 БЫТЬ АСТРИД ЛИНДГРЕН 16+ История юности знаменитой шведской писательницы Астрид Линдгрен...</p> <p>21.10 СЕДЬМОЙ СЫН 16+</p> <p>23.00 ВАН ХЕЛЬСИНГ 16+</p> <p>01.20 ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА 16+</p> <p>03.20 ДРАКУЛА 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>04.00 ОДИНОКИЙ МУЖЧИНА 16+</p> <p>05.30 КЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 12+</p> <p>06.55 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+</p> <p>08.25 БОЛЬШАЯ ИГРА 12+</p> <p>10.35 ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ 16+</p> <p>12.15 КРОЛИЧЬЯ НОРА 16+</p> <p>13.40 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ 0+</p> <p>15.30 СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ 16+</p> <p>16.50 БЛИЗНЕЦЫ 16+</p> <p>18.35 ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ! 16+</p> <p>20.10 В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ 16+</p> <p>21.35 БИБЛИОТЕКАРЬ. В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ 16+</p> <p>23.05 ЛОЖЬ И ИЛЛЮЗИИ 18+</p> <p>00.30 ДОБЕЙСЯ УСПЕХА 12+</p> <p>02.00 БРУКЛИНСКИЕ ПОЛИЦЕЙСКИЕ 16+</p>	<p align="center">* РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *</p> <div style="text-align: center;">  <p>Свежий выпуск газеты «Абакан» 16+ каждую среду в электронном варианте</p>  <p>Заходи. Подписывайся. Читай. Комментируй.</p> </div> <p align="center"><small>МУП ИРТА «Абакан», Абакан, ул. Советская, 32-49н, ОГРН 1051901102626</small></p>			

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

04.10 Давай поженимся! 16+
04.50 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!
05.30 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка (м) 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА

06.30 Библейский сюжет 12+
07.05 Мультфильмы 12+
08.00 СТОЯНКА ПЕЗДА — ДВЕ МИНУТЫ 12+

8 КАРУСЕЛЬ КАРУСЕЛЬ

05.00 Летящие звери. Малыши и летающие звери 0+

9 ОТР ОТР

04.45 Выступление Московского камерного оркестра «Musica Viva» 6+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР

04.55 Лариса Лужина. За все надо платить... 12+
05.35 ТЫ — МНЕ, Я — ТЕБЕ 12+

4 НТВ НТВ

04.35 ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ 16+
06.00 ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2 16+

11 РЕН ТВ РЕН ТВ

04.05 Невероятно интересные истории 16+

12 СПАС СПАС

04.10 Новый день. Новости 0+

13 СТС СТС

05.15 6 кадров 16+

14 ДОМАШНИЙ ДОМАШНИЙ

04.50 По делам несовершеннолетних 16+

17 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.45 Зафронтовые разведчики 12+

18 МИР МИР

04.20 Мультфильмы 0+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ ПЯТЫЙ КАНАЛ

04.00 Детективы 16+

15 ТВ-3 ТВ-3

04.30 Городские легенды 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!

05.00 Орел и решка. Переагрузка 16+

19 ТНТ ТНТ

04.10 Открытый микрофон 16+

20 МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ

05.00 PRO-Новости 16+

24 АБАКАН 24 АБАКАН 24

04.00 Почетные граждане (супердоперевод) 6+

Ю Ю

04.30 Взвешенные люди 16+

Как выбрать пуховик



Роспотребнадзор напоминает жителям Абакана, что переохлаждение, связанное с резкими перепадами температуры в зимнее время года, может снизить защитные силы организма к респираторным инфекциям, в том числе и к COVID-19, поэтому очень важно одеваться по погоде.

ЕСЛИ вы решили приобрести пуховик, для начала необходимо определиться с местом покупки. Считается, что в специализированных и крупных магазинах товары всегда лучшего качества, но и здесь следует быть аккуратнее и обращать внимание не только на место продажи, но и на качество самого изделия.

На что следует обратить внимание при выборе пуховика

В первую очередь обратите внимание на простежку пуховика. Чем больше площадь простежки, тем меньше вероятность того, что пух в процессе носки или после стирки будет опускаться и скапливаться внизу каждого отдела.

Также следует обратить внимание на маркировку. В ней указаны страна изготовителя и рекомендации, как стирать и ухаживать за изделием. Из них вы узнаете, какому режиму стирки подлжит пуховик — ручному или машинному. Отжим для таких изделий должен быть ослабленным, для предотвращения повреждения верхней ткани. Важ-

но помнить, что в зависимости от ткани (в том числе и цвета) на изделия могут оставаться разводы и затеки.

После стирки изделия обязательно нужно отжать. Если пуховик повесить сушиться мокрым, то после нескольких дней сушки он может деформироваться под тяжестью собственного веса. Просушивать пуховики необходимо очень тщательно. Перьевое наполнение, при недостаточной сушке, может начать разлагаться. Если это уже произошло, пуховик приобретает неприятный запах.

На маркировке может стоять значок «утюжка» (это означает, что производитель разрешает глажку изделия), но помните, что в основном полиэтилен, из которого сделаны мешочки, плавится уже при температуре 60–70 °С.

Верхняя ткань пуховика, как правило, покрыта специальной полимерной пропиткой, которая используется для улучшения внешнего вида изделия. При использовании некачественной пропитки или нарушении технологии нанесения, на ткани могут образовываться трещины, заломы, появиться пятна, а сама ткань может потерять блеск и эластичность.

Как правило, пуховики не подлежат химчистке. Чаще всего они не выдерживают взаимодействия с химическими средствами и растворителями, которые используют на специализированных предприятиях. Чтобы узнать, можно ли подвергать изделие, которое вы планируете приобрести, химической чистке, внимательно изучите информацию на шивном ярлычке внутри пуховика.

Помните, что внешний вид и долговечность любой одежды зависят от того, как ею пользуются. При аккурат-

ной носке и соблюдении правил ухода изделия долгое время могут оставаться красивыми и сохранять все потребительские свойства.

Согласно ГОСТ 30332-95/ГОСТ Р 50576-93 «Изделия перо-пуховые. Общие технические условия», ГОСТ 25295-91 «Одежда верхняя пальтово-костюмного ассортимента. Общие технические условия» предусматриваются следующие требования к качеству пуховиков:

- наполнитель должен быть чистым, без постороннего запаха, равномерно распределенным по всему изделию;
- применяемые материалы верха и подкладки должны обеспечивать отсутствие миграции наполнителя в процессе эксплуатации изделий;
- используемые ткани должны быть плотными, стойкими по раздвигаемости нитей, водоотталкивающими, окраска должна быть устойчивой к физико-химическим воздействиям;
- методы обработки изделий должны соответствовать промышленной технологии изготовления верхней одежды;
- обработка полочек, бортов, воротника, низа, шлиц, поясов, краев карманов, петель и отделочных деталей должна обеспечивать сохранение стабильности их формы;
- машинная строчка должна быть одинаковой частоты, без прорубания материала; строчки должны выполняться без пропусков стежков и обрывов ниток, натяжения или слабину материала и ниток.

**По информации
Управления
Роспотребнадзора по РХ**
Фото из открытых источников

Суббота, 23 января

<p>ДОМ КИНО</p> <p>05.10 К-19 12+</p> <p>07.30 ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД 16+</p> <p>09.15 УКОЛ ЗОНТИКОМ 12+</p> <p>10.55 СНЕГУРОЧКА 12+ Экранизация одноименной классической пьесы А.Н. Островского.</p> <p>12.35 Три богатыря и принцесса Египта. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>14.00 Иван Царевич и Серый Волк. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>15.35 Ералаш 6+</p> <p>16.20 СВАТЫ 16+</p> <p>21.00 УБОЙНАЯ СИЛА 16+</p> <p>02.00 СЕМЕЙНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ 16+</p> <p>03.40 8 НОВЫХ СВИДАНИЙ 12+</p>	<p>РУССКОЕ КИНО TV1000</p> <p>05.10 ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО! 16+</p> <p>06.40 ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2 12+</p> <p>08.15 ВОЙНА ПОЛОВ 16+</p> <p>09.40 ТАРАС БУЛЬБА 16+</p> <p>11.55 ЛЕНИН. НЕИЗБЕЖНОСТЬ 16+</p> <p>13.50 МАТИЛЬДА 16+</p> <p>16.00 ПАССАЖИРКА 16+</p> <p>17.45 ВОЙНА ПОЛОВ 16+</p> <p>19.25 ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО! 16+</p> <p>21.05 ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2 12+</p> <p>23.00 ПЯТНИЦА 16+ Ночь пятницы – время безудержного веселья! Как оно закончится для каждого, знает только утро субботы...</p> <p>00.35 СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ 16+</p> <p>02.35 УБЕЖАТЬ, ДОГНАТЬ, ВЛЮБИТЬСЯ 12+</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>04.40 ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ 16+</p> <p>06.10 СЦЕПЛЕННЫЕ 12+</p> <p>06.25 ВАШ РЕПЕТИТОР 16+</p> <p>07.50 РАЗВОД ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ 16+</p> <p>09.15 ЖИЛИ-БЫЛИ 12+</p> <p>10.35 АМУН 12+</p> <p>11.55 ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ/1-2с 16+</p> <p>14.00 КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ/1-4с 12+</p> <p>17.50 СЕЛФИ 16+</p> <p>19.50 ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО 12+ В августе 1972-го драматург Александр Вампилов едет на Байкал, чтобы купить дом на озере. И остаётся там навсегда...</p> <p>21.30 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА/1-8с 16+</p>	<p>XXI TV XXI</p> <p>04.15 АНАРХИСТЫ 16+</p> <p>06.00 ЧУМА/2с 16+</p> <p>07.00 НЕПРИКАСАЕМЫЕ 16+</p> <p>08.45 ЗАЛОЖНИК 16+</p> <p>10.40 ЧЕРНАЯ БАБОЧКА 18+</p> <p>12.15 АНАРХИСТЫ 16+</p> <p>14.00 УЧИТЕЛЬНИЦА 16+</p> <p>15.45 ПЛОХИЕ БАНКИ/5с 16+</p> <p>16.45 ГОЛУБЬ СИДЕЛ НА ВЕТКЕ, РАЗМЫШЛЯЯ О БЫТИИ 18+</p> <p>18.30 ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА 16+</p> <p>20.10 ПРЕДЕЛ РИСКА 16+</p> <p>22.00 УЧИТЕЛЬНИЦА 16+</p> <p>23.45 ПЛОХИЕ БАНКИ/5с 16+</p> <p>00.45 ГОЛУБЬ СИДЕЛ НА ВЕТКЕ, РАЗМЫШЛЯЯ О БЫТИИ 18+</p> <p>02.30 ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА 16+</p>	<p>Че! ЧЕ</p> <p>06.00 Каламбур 16+</p> <p>06.50 ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ 16+</p> <p>12.00 Улетное видео. Лучшее 16+</p> <p>12.30 Улетное видео 16+</p> <p>13.30 Улетное видео. Лучшее 16+</p> <p>14.30 ВОРОНИНЫ 16+</p> <p>16.30 КВН Best 16+</p> <p>18.30 Улетное видео 16+</p> <p>20.30 +100500 18+ Максим Голополосов находит в Интернете самые безумные видео и комментирует их. Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Почему с потолка падают коты, а чайки едят слабительное?..</p> <p>00.00 КЛОНДАЙК 16+</p> <p>02.45 Каламбур 16+</p> <p>03.00 Улетное видео 16+</p>	<p>ИСТОРИЯ</p> <p>05.35 Чай, кофе и шоколад. История в нашей чашке 12+</p> <p>06.25 Евгений Леонов. А слёзы капали... 12+</p> <p>07.15 Импрессионисты. Искусство и революция. Банда четырёх 12+</p> <p>08.15 Импрессионисты. Искусство и революция. Пейзаж 12+</p> <p>09.15 Наша АББА 12+</p> <p>10.00 Персы 12+</p> <p>10.55 Под кодовым именем «Анита» 12+</p> <p>11.40 Великий лондонский пожар. Смерть и разрушения 12+</p> <p>12.30 Людмила Савельева. После бала 12+</p> <p>13.25 Моцарт/1-2с 12+</p> <p>15.05 Неприкрытый Ренессанс. Боги, мифы и картины 16+</p> <p>16.15 Неприкрытый Ренессанс. Плач, смерть и Мадонны 12+</p> <p>17.25 Валерий Ободзинский. Неизвестная исповедь 12+</p> <p>18.20 Тропой война. Новый римский гражданин 12+</p> <p>19.15 Персы 12+</p> <p>20.15 Под кодовым именем «Анита» 12+</p> <p>21.00 Великий лондонский пожар. Смерть и разрушения 12+</p> <p>21.55 Людмила Савельева. После бала 12+</p> <p>22.45 Моцарт/1-2с 12+</p> <p>00.30 Неприкрытый Ренессанс. Боги, мифы и картины 16+</p> <p>01.35 Неприкрытый Ренессанс. Плач, смерть и Мадонны 12+</p> <p>02.45 Валерий Ободзинский. Неизвестная исповедь 12+</p> <p>03.40 Тропой война. Новый римский гражданин 12+</p>	<p>DISNEY</p> <p>05.05 Вэлиант. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>06.25 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 Пёс Пэт 6+</p> <p>10.00 Доброе утро с Микки 0+</p> <p>13.00 Король Лев-2. Гордость Симбы. Полнометражный мультфильм 0+</p> <p>14.45 Гравити Фолз 12+</p> <p>15.55 Стражи Арктики. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>17.40 Маленький принц. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>19.45 Балерина. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>21.30 Головоломка. Полнометражный мультфильм 6+ Райли – обычная 11-летняя школьница, и, как у каждого из нас, ее поведение определяют пять базовых эмоций: Радость, Печаль, Страх, Гнев и Брезгливость. Эмоции живут в сознании девочки и каждый день помогают ей справляться с проблемами, руководя всеми ее поступками. До поры до времени эмоции живут дружно, но вдруг оказывается, что Райли и ее родителям предстоит пережить...</p> <p>23.25 НЯНЬКИ 16+</p> <p>01.20 БЕЛЫЙ ПЛЕН 12+</p> <p>03.35 СНЕЖНЫЙ ШАР 12+</p>
<p>АКЦИОН TV1000</p> <p>04.10 КЛОВЕРФИЛД, 10 16+</p> <p>06.05 ПОСЫЛКА 12+</p> <p>07.55 ГОЛОДНЫЙ КРОЛИК АТАКУЕТ 18+</p> <p>09.40 ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК 16+</p> <p>11.45 ГУДЗОНСКИЙ ЯСТРЕБ 16+</p> <p>13.35 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ 16+</p> <p>15.20 ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2 16+</p> <p>17.05 ГОЛОДНЫЙ КРОЛИК АТАКУЕТ 18+</p> <p>18.55 ПРИЗРАЧНЫЙ ГОНЩИК 16+</p> <p>20.50 КАРАТЕЛЬ 18+ После гибели семьи Фрэнк Касл взялся очистить Америку от преступности...</p> <p>23.00 ДЖЕК РИЧЕР 16+</p> <p>01.15 ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ 16+</p> <p>03.25 ДЖЕК РИЧЕР-3. ЗАГОВОР В БИРМЕ 16+</p>	<p>TV 1000</p> <p>04.55 ГОСПОЖА БОВАРИ 16+</p> <p>06.55 ТРИСТАН И ИЗОЛЬДА 12+</p> <p>09.00 Пингвины Мадагаскара. Полнометражный мультфильм 6+</p> <p>10.45 ДРАКУЛА 16+</p> <p>12.30 ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА 16+</p> <p>14.30 ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ 16+</p> <p>16.20 ВАН ХЕЛЬСИНГ 16+</p> <p>18.40 ГОСПОЖА БОВАРИ 16+</p> <p>20.45 ЕЩЁ ОДНА ИЗ РОДА БОЛЕЙН 16+</p> <p>23.00 ТАЛАНТЛИВЫЙ МИСТЕР РИПЛИ 16+ Талантливый молодой человек как-то знакомится с одним из богатейших людей Америки...</p> <p>01.30 УМНИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ 16+</p> <p>03.55 ОБЛАСТИ ТЬМЫ 16+</p>	<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>04.05 КЕК В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ 12+</p> <p>05.25 ШАЛЬНАЯ КАРТА 18+</p> <p>07.00 ТАЙНА В ИХ ГЛАЗАХ 16+</p> <p>08.40 КРОЛИЧЬЯ НОРА 16+</p> <p>10.05 ОСТОРОЖНО, ДВЕРИ ЗАКРЫВАЮТСЯ! 16+</p> <p>11.40 В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ 16+</p> <p>13.05 БИБЛИОТЕКАРЬ. В ПОИСКАХ КОПЬЯ СУДЬБЫ 16+</p> <p>14.35 ЛОЖЬ И ИЛЛЮЗИИ 18+</p> <p>16.00 ДОБЕЙСЯ УСПЕХА 12+</p> <p>17.30 БРУКЛИНСКИЕ ПОЛИЦЕЙСКИЕ 16+</p> <p>19.35 ДОМ ЛЕТАЮЩИХ КИНЖАЛОВ 0+</p> <p>21.25 СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ 16+</p> <p>22.45 БЛИЗНЕЦЫ 16+</p> <p>00.30 УЧИТЕЛЬ АНГЛИЙСКОГО 16+</p> <p>02.00 ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ 16+</p>	<p>РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *</p> <p>УКВ 71.06 РАДИО ЭХО МОСКВЫ АБАКАН</p> <p>К НАМ СТОИТ ПРИСЛУШАТЬСЯ</p> <p>РАЗМЕЩЕНИЕ ВАШЕЙ РЕКЛАМЫ на Радио «Эхо Москвы» / Радио «Абакан» т. 358-000, 22-68-54, e-mail: irta-com@mail.ru Адрес: г. Абакан, ул. Советская, 32.</p> <p>Объявления в газету «Абакан» от 90 рублей.</p> <p>35-80-00</p> <p>Срок действия цен до 30.06.2021 г.</p>	<p>РЕКЛАМА</p>	<p>РЕКЛАМА</p>	

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

№ 1, 13-19 января 2021 г.

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ
04.05 Мужское/Женское 16+
05.00 ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА 16+
06.00 Новости
06.10 ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА 16+
06.55 Играй, гармонь любимая! 12+

2 РОССИЯ 1 РОССИЯ 1-ХАКАСИЯ
04.20 ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ 12+
06.00 ТОЛЬКО ТЫ 12+
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 Устами младенца
09.20 Когда все дома
10.10 Сто к одному
11.00 Большая переделка
12.00 Парад юмора 16+

3 МАТЧ! МАТЧ!
05.00 Все на Матч!
06.00 Шорт-трек. Чемпионат Европы 0+
07.00 Конькобежный спорт. Кубок мира 0+
08.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира 0+

6 РОССИЯ 7x КУЛЬТУРА
06.30 Мультфильмы 12+
07.35 РАССМЕШИТЕ КЛОУНА 12+
09.50 Обыкновенный концерт 12+
10.15 Чертовое колесо Арно Бабаджаняна 12+

8 КАРУСЕЛЬ КАРУСЕЛЬ
05.00 Малышарики 0+
06.55 Жужжалка 0+
07.00 С добрым утром, малыши! 0+
07.30 Жужжалка 0+
07.40 Йоко 0+

9 ОТР ОТР
05.05 Отражение 12+
06.00 Большая страна 12+
07.00 5 минут для размышлений 12+
07.05 За дело! 12+
07.45 От прав к возможностям 12+

10 ТВЦ ТВ-ЦЕНТР
04.25 90-е. Безработные звезды 16+
05.10 Петровка, 38 16+
05.25 ССОРА В ЛУКАШАХ 12+
07.00 Фактор жизни 12+

4 НТВ НТВ
05.10 ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР 16+
07.00 Центральное телевидение 16+
08.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! 12+

7 РОССИЯ 24 РОССИЯ 24-ХАКАСИЯ
17.00 Местное время. Воскресенье
17.30 Квадратный метр
01.30 ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ 12+
03.20 ТОЛЬКО ТЫ 12+

11 РЕН ТВ РЕН ТВ
05.00 Тайны Чапман 16+
06.00 Прямой эфир. Турнир по смешанным единоборствам UFC 257. Да-стин Порье vs Конор Макгрегор 16+

12 СПАС СПАС
04.40 Не верю! Разговор с атеистом 16+
05.30 День Ангела. Святитель Феофан Затворник 0+
06.00 Лица Церкви 6+

13 СТС СТС
05.00 6 кадров 16+
05.40 Мультфильм 0+
05.50 Ералаш 0+
06.15 Тролли. Праздник продолжается! 6+

17 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА
04.00 В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ» 6+
05.15 Зафронтовые разведчики 12+
05.55 ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ... 12+

18 МИР МИР
05.15 Мультфильмы 0+
07.50 ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА... 12+
09.25 Рожденные в СССР 12+

5 ПЯТЫЙ КАНАЛ ПЯТЫЙ КАНАЛ
04.25 ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ 16+
08.20 АЗ ВОЗДАМ 16+ Игорь Снегирев готовится стать отцом. Но всё рухнет в одночасье, когда его беременную жену насмерть сбивает автомобиль, в котором находится сын мэра.

15 ТВ-3 ТВ-3
04.00 Городские легенды 16+
04.45 Тайные знаки 16+
06.00 Мультфильмы 0+
10.15 Новый день 16+
10.45 СЛЕДСТВИЕ ПОТЕЛУ 16+

16 ПЯТНИЦА! ПЯТНИЦА!
05.00 Орел и решка. Перезагрузка 16+
08.30 Планета Земля 16+
09.30 Идеальная планета 16+

19 ТНТ ТНТ
04.20 Comedy Баттл 16+
05.10 Открытый микрофон 16+
06.00 ТНТ. Best 16+

20 МУЗ-ТВ МУЗ-ТВ
05.00 Золотая лихорадка 16+
08.30 Ждите ответа 16+
09.30 DFM — dance chart 16+

24 АБАКАН 24 АБАКАН 24
04.00 Почетные граждане (субтитры) 6+
06.00 Неделя в Абакане 12+

Ю Ю
05.15 Папа попал 12+
11.00 Беременная в 16 16+
15.40 Дорогая, я забил 16+

Главная болезнь века

Артериальная гипертония — это периодическое или стойкое повышение артериального давления в различное время на фоне спокойной обстановки у лиц, не принимающих лекарственных средств, снижающих артериальное давление.

ГИПЕРТонию диагностируют при систолическом АД ≥ 140 мм рт. ст. и диастолическом АД ≥ 90 мм рт. ст. Если не проводить лечения, то артериальное давление поднимается все выше и становится стойко повышенным.

Артериальная гипертония — наиболее распространенная сердечно-сосудистая патология в мире. Повышенный уровень артериального давления чаще наблюдается у мужчин, а контролируют АД только 14% мужчин и 30% женщин. Артериальную гипертонию называют «немым убийцей» — и это очень точное определение, потому что нет ни одного явного симптома, который мог бы нам сказать о повышении артериального давления. Даже головная боль не является симптомом. У тяжелых гипертоников голова зачастую вообще не болит.

Какой тип фигуры характерен для гипертоников? Избыточный вес негативно влияет на гормональный фон организма, что ведет к повышению артериального давления. Если лишние килограммы скопились в области живота и фигура похожа на яблоко — это так называемое абдоминальное ожирение, и оно очень опасное. При таком типе ожирения выра-

батывается целый ряд биологически активных веществ, которые запускают механизмы повышения АД и нарушения липидного обмена.

Какое давление считать нормальным? Диагноз «артериальная гипертония» ставится, если уровень систолического давления превышает 140 мм ртутного столба, диастолического — 90 мм ртутного столба, для больных сахарным диабетом гипертония диагностируется с показателями 140/85 мм рт. ст.

ЗАПОМНИТЕ. Цифры нормального артериального давления составляют менее 140/90 мм рт. ст. (оптимальным является АД 120/80 мм рт. ст.)

Как самостоятельно нормализовать повышенное давление? Среди немедикаментозных методов лечения кардиологи выделяют снижение потребления соли, физические нагрузки, соблюдение диеты, отказ от курения, ограничение потребления алкоголя. При ведении здорового образа жизни, даже не принимая лекарств, человек может сам снизить давление на 3–5 мм рт. ст.

Каковы стадии гипертонической болезни? В российской кардиологии выделяют три стадии гипертонической болезни: I (когда имеются только факторы риска), II (когда имеются поражения органов-мишеней — глаза, почки) и III (когда уже имеются сердечно-сосудистые заболевания). При этом отечественный подход к лечению и диагностике остается лучшим. Он основывается на уровнях риска: низ-



ком, среднем, высоком, очень высоком. Риски определяют тактику медикаментозной и немедикаментозной терапии.

Что такое комбинированная терапия? При диагностировании гипертонии очень важна роль комбинированной терапии — когда на первом этапе лечения пациенту нужно принимать два препарата в небольших дозах. Врачи уже отходят от назначения одного лекарственного средства. Чтобы облегчить жизнь пациентам, фармацевтические компании придумали так называемые фиксированные комбинации, когда в одной таблетке находится два или три препарата. Это упрощает вопросы терапии и облегчает восприятие лечения пациентами.

Какие осложнения вызывает гипертония? Гипертония страшна именно осложнениями. Повышенное давление — главный фактор риска раз-

вития инфаркта, инсульта и даже деменции (слабоумия). Сорок процентов пациентов, умерших от инсульта, имели артериальную гипертонию. Снижение АД до целевых уровней сегодня является самой эффективной мерой профилактики как ишемического, так и геморрагического инсульта (первого и повторных).

Но главная проблема при лечении гипертонии, и это подчеркивают все медицинские структуры, — пациент. Существует много хороших лекарств, но многие отказываются их принимать. Поэтому каждый человек с гипертонией должен осознать всю важность приема препаратов и необходимость ведения здорового образа жизни!

Лариса ЛЕБЕДЕВА,
врач-методист
Республиканского центра
медицинской профилактики
Фото из открытых источников

Воскресенье, 24 января

ДОМ КИНО	РУССКОЕ КИНО TV1000	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	TV XXI	че!	ИСТОРИЯ	DISNEY
05.20 ГОРЬКО! 16+	04.05 БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ 12+	04.40 ГАГАРИН. ПЕРВЫЙ В КОСМОСЕ 6+	04.10 ПРЕДЕЛ РИСКА 16+	06.00 Каламбур 16+	04.40 Персы 12+	05.05 ТРАМПЛИН НАДЕЖДЫ 6+
07.05 ТАРАС БУЛЬБА 16+	06.10 СПАРТА 16+	06.25 ЖИЛИ-БЫЛИ 12+	06.00 УЧИТЕЛЬНИЦА 16+	06.50 ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ 16+	05.35 Под кодовым именем «Анита» 12+	06.25 Музыка на канале 6+
09.15 ЖАНДАРМ ИЗ СЕН-ТРОПЕ 12+ Жандарм Крюшо получил повышение и отправился на службу в Сен-Тропе. Тут он сталкивается с проблемами, которых никогда не было в тихой провинции!	07.45 ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД 16+	07.50 АМУН 12+	07.45 ПЛОХИЕ БАНКИ/5с 16+	12.00 Улетное видео 16+	06.15 Моцарт/1-2с 12+	07.15 Легенда о Тарзане 6+
11.05 ЗОЛУШКА 6+	09.30 ПЯТНИЦА 16+	09.05 ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ/1-2с 16+	08.45 ГОЛУБЬ СИДЕЛ НА ВЕТКЕ, РАЗЫШЛЯЯ О БЫТИИ 18+	13.30 Улетное видео. Лучшее 16+	07.40 Великий лондонский пожар. Смерть и разрушения 12+	07.40 Аладдин 0+
12.35 Три богатыря и наследница престола. Полнометражный мультфильм 6+	11.00 ЗОЛУШКА 16+	10.50 КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ/1-4с 12+	10.30 ЧЕТВЕРО ПРОТИВ БАНКА 16+	14.30 ВОРОНИНЫ 16+	08.30 Под кодовым именем «Анита» 12+	08.05 Русалочка 6+
14.15 Иван Царевич и Серый Волк-2. Полнометражный мультфильм 6+	12.35 ЛЁГКО НА ПОМИНЕ 12+	14.30 СЕЛФИ 16+ Популярного писателя Владимира Богданова заменяет абсолютный двойник. Он отнимает у Богданова работу, славу, жену, любовницу и справляется с его ролью куда лучше оригинала...	12.10 ПРЕДЕЛ РИСКА 16+	16.30 КВН Best 16+	08.30 Под кодовым именем «Анита» 12+	08.25 Тимон и Пумба 6+
15.35 Ералаш 6+	14.00 СРОЧНО ВЫЙДУ ЗАМУЖ 16+	16.30 ОБЛЕПИХОВОЕ ЛЕТО 12+	14.00 ЛЮБОВЬ БЕЗ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ 18+	18.30 Улетное видео 16+ Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения...	09.10 Валерий Ободзинский. Неизвестная исповедь 12+	08.50 Чудеса на виражах 0+
16.20 СВАТЫ 16+	16.00 МАТИЛЬДА 16+	18.10 ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА/1-8с 16+	15.45 ПЛОХИЕ БАНКИ/6с 16+	20.30 +100500 18+	10.00 Моцарт/1-2с 12+	09.25 Чип и Дейл спешат на помощь 6+
21.00 УБОЙНАЯ СИЛА 16+	18.05 БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ 12+	01.00 ПОДСАДНОЙ 16+	16.45 7 ЧАСОВ НА ОБЛАЗНЕНИИ 16+	00.00 КЛОНДАЙК 16+	11.35 Неприкрытый Ренессанс. Боги, мифы и картины 16+	10.00 Доброе утро с Микки 0+
02.00 ТАКСИ-2 16+	20.15 ТЕРРИТОРИЯ 12+ Геолог Илья Чинков, одержимый идеей найти легендарное золото Территории, собирает команду смельчаков, готовых на всё...	02.55 ДВЕ ЖЕНЩИНЫ 12+	20.15 РОЖДЕСТВЕНСКАЯ НОЧЬ В БАРСЕЛОНЕ 18+	02.40 Каламбур 16+	12.45 Неприкрытый Ренессанс. Плач, смерть и Мадонны 12+	13.00 Король Лев-3. Акуна Неприкрытый мультфильм 0+
03.40 КИЛИМАНДЖАРА 16+	23.05 ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ 12+		22.00 ЛЮБОВЬ БЕЗ ОБЯЗАТЕЛЬСТВ 18+	03.00 Улетное видео 16+	13.55 Валерий Ободзинский. Неизвестная исповедь 12+	14.45 Леди Баг и Суперкот 6+
	01.00 НЕПРОЩЁННЫЙ 16+		23.45 ПЛОХИЕ БАНКИ/6с 16+		14.45 Тропой война. Новый римский гражданин 12+	15.55 На край света. В поисках единорога. Полнометражный мультфильм 6+ Бесследно исчезает легендарный исследователь и путешественник Чарльз Уиллард. Его дети Мо и Мелоди следуют по следам своего отца, чтобы отыскать его...
	03.00 МАЙОР 18+		00.45 7 ЧАСОВ НА ОБЛАЗНЕНИИ 16+		15.45 Персы 12+	17.40 НЯНЬКИ 16+
			02.25 КТО ЕСТЬ КТО? 16+		16.45 Под кодовым именем «Анита» 12+	19.35 Головоломка. Полнометражный мультфильм 6+
					17.25 Великий лондонский пожар. Смерть и разрушения 12+	21.30 Балерина. Полнометражный мультфильм 6+ Сказочно красивый Париж 1884 года. Обычная девочка из сиротского приюта мечтает только об одном — стать знаменитой балериной. Впереди ее ждет самое волшебное приключение всей ее жизни. И ничто не сможет встать у нее на пути...
					18.20 Людмила Савельева. После бала 12+	23.30 СНЕЖНЫЙ ШАР 12+
					19.15 Моцарт/1-2с 12+	01.25 ТРАМПЛИН НАДЕЖДЫ 6+
					20.50 Неприкрытый Ренессанс. Боги, мифы и картины 16+	03.15 В ПОИСКАХ САНТА-ЛУСА 12+
					22.00 Неприкрытый Ренессанс. Плач, смерть и Мадонны 12+	
					23.10 Валерий Ободзинский. Неизвестная исповедь 12+	
					00.00 Тропой война. Новый римский гражданин 12+	
					01.00 Персы 12+	
					02.00 Под кодовым именем «Анита» 12+	
					02.45 Великий лондонский пожар. Смерть и разрушения 12+	
					03.40 Моцарт/1-2с 12+	

РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ * РЕКЛАМА * ОБЪЯВЛЕНИЯ *

Телеканал «Абакан 24»

ВО! ВРЕМЯ.

У нас всегда гости!

ведущая Галина Овчаренко

Картина маслом

Телеканал «Абакан 24»

Новые краски в портрет