

*Непротомаркированные программы предназначены для лиц, не достигших возраста 6 лет.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 НОЯБРЯ

7 5.00, 9.25 «Доброе утро» (6+). 9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор (6+).
12.15, 1.20 Время покажет (16+).
14.10 Гражданская оборона (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 2.55, 3.05 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.40 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». Т/с (16+).
22.35 Док-ток (16+).
23.40 Вечерний Ургант (16+).
0.15 Познер (16+).

РОССИЯ 1
5.00, 9.30 Утро России (6+).
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Коми (12+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).

12.40, 18.40 60 минут (12+).
14.55 «МОРОЗОВА». Т/с (12+).
17.15 А.Малахов. Прямой эфир (16+).
21.20 «ГРОЗНЫЙ». Т/с (16+).
23.30 «Вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).
2.20 «КАМЕНСКАЯ». Т/с (16+).
4.05 «ВЕРСИЯ». Т/с (12+).

РОССИЯ К
6.30, 7.00, 7.30, 8.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Москва новомосковская» (12+).
7.05 «Другие Романовы». «Всегда Великая княгиня». Д/с (12+).
7.35, 18.05 «Нерон: в защиту Тирана». Д/ф (16+).
8.35 «Первые в мире». «Автомат Фёдорова». Д/с (12+).
8.50 «ЗАПОМНИТЕ МЕНЯ ТАКОЙ». Х/ф (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.10 XX век. «Искатели кладов» 1980» (12+).
12.15, 22.15 «ВИКТОР ПЮГО: ВРАГ ГОСУДАРСТВА». Т/с (16+).

13.10 «Провинциальные музеи России». «Бухта Тихая». Д/с (12+).
13.40 Линия жизни. Л.Васильева (12+).
14.30 «Энциклопедия загадок». «Тайна Чёртова городища». Д/с (12+).
15.05 Новости. Подробно. «Арт» (12+).
15.25 «Наталья Макарова. Две жизни». Д/ф (0+).
16.10 «Роман в камне. Архитектурные шедевры мира». Д/с (12+).
16.40 «Жизнь замечательных идей». «Машина времени: фантазия прошлого или физика будущего?» Д/с (12+).
17.10 Б.Руденко и Академический оркестр русских народных инструментов ЦТ и ВР. Дирижер Н.Некрасов (0+).
19.00 Книги моей судьбы (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.05 Правила жизни (16+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
20.45 «Острова» (12+).
21.30 Сати. Нескучная классика... (12+).
23.10 «Восемь смертных грехов». «Тепловая смерть чувств». Д/с (12+).
0.00 Большой балет (6+).
1.55 «Снежный человек профессора Поршнева». Д/ф (12+).

НТВ 5.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).

8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня (16+).
8.25, 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00, 1.20 Место встречи (16+).
16.25 ДНК (16+).
18.30, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». Т/с (16+).
23.45 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).

ЮРГАН
6.00, 16.00, 17.30, 19.00, 2.00, 5.30 «Миян йёз» (12+).
6.15 «Чолэм, дэлокл!» (6+).
6.30 «Русский крест» (12+).
7.00, 8.00, 12.00 «Студия 11» (12+).
7.30 «Коми incognito» (12+).
8.30 «Нильс». М/с (0+).
9.00, 15.30, 1.45 «Среда обитания» (12+).
9.30 «Вильшш поз. Челядльон кадколаст» (6+).
9.45 «УЧЕНИК ДЮКОБЮ». Х/ф (12+).
11.30, 1.15 «Большое интервью. Николай Валуев» (12+).
12.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
13.30, 0.15 «ДЕРЖИСЬ ЗА ОБЛАКА». Т/с (12+).

14.30, 18.30 «Талун» (0+).
14.45 «И в шутку, и всерьёз» (6+).
15.00, 5.05 «Большое интервью. Никита Высоцкий» (12+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «Крик. Криминал и комментарии» (16+).
16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
17.00, 20.00, 2.30 «Детали» (12+).
17.45 «Коми incognito» (12+).
20.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
22.15 «ЭТО ЧЕРТОВО СЕРДЦЕ». Х/ф (16+).
3.00 «ПЛАЩ КАЗАНОВЫ». Х/ф (16+).
4.35 «Дона Дон» (12+).
5.45 «Мультимир» (0+).

СТС 5.50 Ералаш (6+).
6.25 «Спирит: скачки на свободе». М/с (6+).
6.45 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
7.15 Детки-предки (12+).
8.20 «Кот в сапогах». М/ф (6+).
10.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». Т/с (16+).
19.00 «РОДКОМ». Т/с (12+).
19.45 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ: ИНТЕРНЭШЛ». Х/ф (12+).
21.55 «НЕБОСКРЕБ». Х/ф (16+).
23.55 Кино в деталях (16+).

5.05 «ЖИВОЕ». Х/ф (18+).
2.45 «МЕГАН ЛИВИ». Х/ф (16+).
4.25 Сезоны любви (16+).
5.15 «Царевна-лягушка». М/ф (6+).

МАТЧ!
6.00, 8.55, 12.00, 13.45, 15.05, 16.50, 19.00 Новости (12+).
6.05, 12.05, 15.10, 22.35, 1.00 Все на матч! (12+).
9.00 Профессиональный бокс (0+).
10.00 Дзюдо. Чемпионат Европы (12+).
10.55 Обзор тура. «Тинькофф - Российская Премьер-лига» (6+).
12.45, 13.50 «ЛИГА МЕЧТЫ». Х/ф (16+).
15.50 «Правила игры». Д/ф (12+).
16.30, 22.25 «Спартак» - «Динамо». Live» (12+).
16.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Уфа» - «Химки» (0+).
19.05 Все на хоккей! (12+).
19.25 Хоккей. Авангард - Ак Барс (0+).
21.55 Тотальный футбол (12+).
22.55 Футбол. Атлетик - Бетис (12+).
2.00 Баскетбол. Баскония - Зенит (6+).
4.00 «Родман. Плохой хороший парень». Д/ф (16+).

ВТОРНИК, 24 НОЯБРЯ

7 5.00, 9.25 «Доброе утро» (6+). 9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор (6+).
12.15, 1.20 Время покажет (16+).
14.10 Гражданская оборона (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 2.55, 3.05 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.40 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.35 Вечерний Ургант (16+).

РОССИЯ 1
5.00, 9.30 Утро России (6+).
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Коми (12+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).

12.40, 18.40 60 минут (12+).
14.55 «МОРОЗОВА». Т/с (12+).
17.15 А.Малахов. Прямой эфир (16+).
21.20 «ГРОЗНЫЙ». Т/с (16+).
23.30 «Вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).

РОССИЯ К
6.30, 7.00, 7.30, 8.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Москва фабричная» (12+).
7.05, 20.05 Правила жизни (16+).
7.35, 18.05 «Нерон: в защиту Тирана». Д/ф (16+).
8.35 «Первые в мире». «Шпионский «Жучок» Термена». Д/с (12+).
8.50 «ЗАПОМНИТЕ МЕНЯ ТАКОЙ». Х/ф (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.15, 0.00 XX век. «М.Миронова, Е.Леонов, О.Аросева, М.Пуговкин в юмористических миниатюрах «Короткие истории». 1964» (12+).
12.00 Красивая планета (12+).
12.15, 22.15 «ВИКТОР ПЮГО: ВРАГ ГОСУДАРСТВА». Т/с (16+).

13.10 «Провинциальные музеи России». «Оренбург». Д/с (12+).
13.40 «Игра в бисер» с И.Волгиным. «К.Кизи. «Над кукушкиным гнездом» (12+).
14.20 «Цвет времени». «А.Зверев» (12+).
14.30 «Восемь смертных грехов». «Тепловая смерть чувств». Д/с (12+).
15.05 Новости. Подробно. «Книги» (12+).
15.20 Эрмитаж (12+).
15.50 Сати. Нескучная классика... (12+).
16.30 Красивая планета (12+).
16.45 «Жизнь замечательных идей». «Поймать неуловимое и взвесить невесомое». Д/с (12+).
17.10, 1.40 В.Норейка и Академический оркестр русских народных инструментов ЦТ и ВР. Дирижер Н.Некрасов (0+).
19.00 Книги моей судьбы (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
20.45 «Искусственный отбор». Д/с (12+).
21.30 Белая студия (12+).
23.10 «Восемь смертных грехов». «Ин-доктринируемость или манипулирование сознанием». Д/с (12+).

НТВ 5.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).

8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня (16+).
8.25, 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00, 1.15 Место встречи (16+).
16.25 ДНК (16+).
18.30, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». Т/с (16+).
23.45 «Основано на реальных событиях». Д/с (16+).

ЮРГАН
6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15, 17.30, 5.15 «Миян йёз» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00 «Студия 11» (12+).
8.30, 17.00 «Детали» (12+).
9.00, 15.45, 17.45, 1.30 «Коми incognito» (12+).
9.30 «Нильс». М/с (0+).
10.00 «Вильшш поз. Челядльон кадколаст» (6+).
10.30 «Дона Дон» (12+).
11.00, 4.30 «Тайна узника Шпандау» (16+).
11.45 «Крик. Криминал и комментарии» (16+).

12.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
13.30, 0.00 «АВТОШКОЛА». Т/с (12+).
14.45 «И в шутку, и всерьёз» (6+).
15.15, 1.00 «Елена Проклова. Обмануть судьбу» (12+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «Телезащитник» (12+).
19.00, 2.00 «Вочакыв» (12+).
20.00, 2.30 «Законы, события, мнения» (12+).
20.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
22.15 «ГРАНД ЦЕНТРАЛ. ЛЮБОВЬ НА АТОМЫ». Х/ф (16+).

СТС 5.50 Ералаш (6+).
6.25 «Спирит: скачки на свободе». М/с (6+).
6.45 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
7.35 «Трое с небес: истории Аркадии». М/с (6+).
8.00, 18.30 «РОДКОМ». Т/с (12+).
9.00 «ПСИХОЛОГИНИ». Т/с (16+).
10.00 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
10.20 «БЕЗУМНЫЙ МАКС: ДОРОГА ЯРОСИ». Х/ф (18+).
12.40 «ВОРОНИНЫ». Т/с (16+).
14.40 «КУХНЯ». Т/с (16+).
20.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». Х/ф (12+).

5.05 «ЖИВОЕ». Х/ф (18+).
23.55 Русские не смеются (16+).

МАТЧ!
6.00, 8.55, 12.00, 13.45, 15.05, 16.50, 19.00 Новости (12+).
6.05, 12.05, 15.10, 1.00 Все на матч! (12+).
9.00 Профессиональный бокс (16+).
10.00 «Жизнь после спорта». Д.Лебедев. Д/с (12+).
10.30 «Спартак» - «Динамо». Live» (12+).
10.50 «Правила игры». Д/ф (12+).
11.30 Обзор тура. «Чемпионат Италии» (6+).
12.45, 13.50 «РОККИ 3». Х/ф (16+).
14.50 «Боевая профессия. Катмен» (12+).
15.40 Обзор тура. «Тинькофф - Российская Премьер-лига» (6+).
16.55 Мини-футбол. «Париматч - Суперлига». КПРФ (Москва) - «Тюмень» (0+).
19.05 Все на футбол! (12+).
20.00 Футбол. Лига чемпионов. «Краснодар» (Россия) - «Севилья» (Испания) (0+).
22.55 Футбол. Лига чемпионов. «Лацио» - «Зенит» (Россия) (0+).

СРЕДА, 25 НОЯБРЯ

7 5.00, 9.25 «Доброе утро» (6+). 9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор (6+).
12.15, 1.20 Время покажет (16+).
14.10 Гражданская оборона (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 2.55, 3.05 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.40 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». Т/с (16+).
22.30 Док-ток (16+).
23.35 Вечерний Ургант (16+).

РОССИЯ 1
5.00, 9.30 Утро России (6+).
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Коми (12+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).

11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).

12.40, 18.40 60 минут (12+).
14.55 «МОРОЗОВА». Т/с (12+).
17.15 А.Малахов. Прямой эфир (16+).
21.20 «ГРОЗНЫЙ». Т/с (16+).
23.30 «Вечер» с В.Соловьёвым (12+).

РОССИЯ К
6.30, 7.00, 7.30, 8.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Москва подземная» (12+).
7.05 Правила жизни (16+).
7.35, 18.05 «Фактор Ренессанса». Д/с (12+).
8.35, 20.45 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». Х/ф (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.15, 0.00 XX век. «Поговорить нам необходимо. М.Бернес». 1971» (12+).
12.15 Большой балет (6+).
14.10, 2.35 Красивая планета (12+).

14.30 «Восемь смертных грехов». «Ин-доктринируемость или манипулирование сознанием». Д/с (12+).
15.05 Новости. Подробно. «Кино». (12+).
15.20 Библиейский сюжет. «Жюль Верн «Таинственный остров» (12+).
15.50 Белая студия (12+).
16.35 Красивая планета (12+).
16.45 «Жизнь замечательных идей». «Атом, который построил» (12+).
17.15, 1.50 И.Архипова и Академический оркестр русских народных инструментов ЦТ и ВР. Дирижер Н.Некрасов (0+).
19.00 Книги моей судьбы (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.05 «Острова» (12+).
22.15 «ВИКТОР ПЮГО: ВРАГ ГОСУДАРСТВА». Т/с (16+).
23.10 «Восемь смертных грехов». «Разрыв с традицией». Д/с (12+).

НТВ 5.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня (16+).

8.25, 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00, 1.25 Место встречи (16+).
16.25 ДНК (16+).
18.30, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». Т/с (16+).
23.45 Поздняков (16+).

ЮРГАН
6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Вочакыв» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00 «Студия 11» (12+).
8.30 «Законы, события, мнения» (12+).
9.00 «Фактор жизни. Обратная инклюзия» (12+).
9.30 «Нильс». М/с (0+).
10.00 «Вильшш поз. Челядльон кадколаст» (6+).
10.30, 17.30, 1.45, 4.45 «Миян йёз» (12+).
10.45 «Ми олём олам...». Д/ф (12+).
11.15 «Фактор жизни. Точка опоры» (12+).

11.45 «Телезащитник» (12+).
12.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
13.30, 0.00 «АВТОШКОЛА». Т/с (12+).
14.45 «И в шутку, и всерьёз» (6+).
15.15, 1.00 «В мире еды» (12+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «Крик. Криминал и комментарии» (16+).
17.00, 2.30 «Детали» (12+).
17.45 «Коми incognito» (12+).
19.00, 2.00 «Финноугория» (12+).
20.00 «Детали» (0+).
20.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
22.15 «Точка зрения ЛДПР» (16+).
22.30 «МЕГАПОЛИС». Х/ф (12+).

СТС 5.45 Ералаш (6+).
6.25 «Спирит: скачки на свободе». М/с (6+).
6.45 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
7.35 «Трое с небес: истории Аркадии». М/с (6+).
8.00, 19.00 «РОДКОМ». Т/с (12+).
9.00 «ПСИХОЛОГИНИ». Т/с (16+).
10.00 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: БОРЬБА ЗА БУДУЩЕЕ». Х/ф (16+).

12.20 «ВОРОНИНЫ». Т/с (16+).
14.45 «КУХНЯ». Т/с (16+).
20.00 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 2». Х/ф (16+).
21.40 «МОРСКОЙ БОЙ». Х/ф (16+).

МАТЧ!
6.00, 8.55, 12.00, 13.45, 15.05, 16.50, 19.25 Новости (12+).
6.05, 12.05, 15.10, 1.00 Все на матч! (12+).
9.00 Профессиональный бокс (16+).
10.10 «Жизнь после спорта». С.Тетюхин. Д/с (12+).
10.40 «Краснодар - Севилья». Live» (12+).
11.00, 15.50 Футбол. Лига чемпионов. Обзор (6+).
12.45 Смешанные единоборства (0+).
13.50 Скалолазание. Чемпионат Европы (0+).
16.55 Хоккей. Metallurg - Ак Барс (12+).
19.30 Все на футбол! (12+).
20.40 Футбол. Бурсусия - Шахтёр (0+).
22.55 Футбол. Атлетико - Локомотив (0+).
2.00 Футбол. Лига чемпионов (12+).

ЧЕТВЕРГ, 26 НОЯБРЯ

7 5.00, 9.25 «Доброе утро» (6+). 9.00, 12.00, 15.00, 3.00 Новости (16+).
9.50 Жить здорово! (16+).
10.55 Модный приговор (6+).
12.15, 1.20 Время покажет (16+).
14.10 Гражданская оборона (16+).
15.15 Давай поженимся! (16+).
16.00, 2.55, 3.05 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.40 На самом деле (16+).
19.40 Пусть говорят (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ». Т/с (16+).
22.35 Большая игра (16+).
23.40 Вечерний Ургант (16+).

РОССИЯ 1
5.00, 9.30 Утро России (6+).
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Коми (12+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.40, 18.40 60 минут (12+).

14.55 «МОРОЗОВА». Т/с (12+).
17.15 А.Малахов. Прямой эфир (16+).
21.20 «ГРОЗНЫЙ». Т/с (16+).
23.40 «Вечер» с В.Соловьёвым (12+).
2.20 «КАМЕНСКАЯ». Т/с (16+).
4.05 «ВЕРСИЯ». Т/с (12+).

РОССИЯ К
6.30, 7.00, 7.30, 8.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Москва дворянская» (12+).
7.05 Правила жизни (16+).
7.35, 18.05, 1.00 «Фактор Ренессанса». Д/с (12+).
8.40, 20.45 «МОЛОДАЯ ГВАРДИЯ». Х/ф (12+).
10.15 Наблюдатель (12+).
11.15, 0.00 XX век. «Встреча в концертной студии «Останкино» С.М.Ульяновым. 1981» (12+).
12.15, 22.15 «ВИКТОР ПЮГО: ВРАГ ГОСУДАРСТВА». Т/с (16+).
13.05 «Провинциальные музеи России». «Алушта». Д/с (12+).
13.35 Линия жизни. Ф.Мастранджело (12+).

14.30 «Восемь смертных грехов». «Разрыв с традицией». Д/с (12+).
15.05 Новости. Подробно. «Театр» (12+).
15.20 Россия, любовь моя! «Золотой век русского изразца» (6+).
15.50 2 Верник 2 (6+).
16.45 «Жизнь замечательных идей». «Телепортация: правила игры в кости и квантования кроликов». Д/с (12+).
17.10, 1.55 А.Данишев и Академический оркестр русских народных инструментов ЦТ и ВР. Дирижер Н.Некрасов (0+).
19.00 Книги моей судьбы (12+).
19.45 Главная роль (12+).
20.05 Открытая книга. «В.Крупин. «Возвращение родника» (12+).
20.30 Спокойной ночи, малыши! (6+).
22.05 «Цвет времени». «В.Дейк». Д/с (12+).
23.10 «Восемь смертных грехов». «Последний грех». Д/с (12+).

НТВ 5.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
5.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня (16+).

8.25, 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00, 1.05 Место встречи (16+).
16.25 ДНК (16+).
18.30, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». Т/с (16+).
23.45 «ЧП. Расследование». Д/с (16+).
0.15 Крутая история (16+).
3.00 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». Т/с (16+).

ЮРГАН
6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Финноугория» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00 «Студия 11» (12+).
8.30, 17.00 «Детали» (12+).
9.00 «Нильс». М/с (0+).
9.30 «Вильшш поз. Челядльон кадколаст» (6+).
10.00 «Обдор. Единственный на Полярном». Д/ф (12+).
10.30 «МЕГАПОЛИС». Х/ф (12+).
12.30 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
13.30, 23.30 «АВТОШКОЛА». Т/с (12+).
14.45 «И в шутку, и всерьёз» (6+).

15.15, 0.15 «Всемирное природное наследие. Гранд Каньон» (12+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «Телезащитник» (12+).
17.30, 1.15 «Миян йёз» (12+).
17.45 «Коми incognito» (12+).
19.00, 2.00 «Вочакыв» (12+).
20.00, 2.30 «Русский Страдивари». Д/ф (12+).
21.00, 3.30 «Русский Страдивари: что осталось за кадром» (12+).
22.15 «ПОЛЕТ. ТРИ ДНЯ ПОСЛЕ КАТАСТРОФЫ». Х/ф (16+).
4.00 «ГРАНД ЦЕНТРАЛ. ЛЮБОВЬ НА АТОМЫ». Х/ф (16+).

ПЯТНИЦА, 27 НОЯБРЯ

7 5.00, 9.25 «Доброе утро» (6+).
9.00, 12.00, 15.00 Новости (16+).
9.50 Жить здорово! (16+).
10.55, 3.00 Модный приговор (6+).
12.15 Время покажет (16+).
14.10 Гражданская оборона (16+).
15.15, 3.55 Давай поженимся! (16+).
16.00, 4.35 Мужское, женское (16+).
18.00 Вечерние новости (12+).
18.40 «Человек и закон» (16+).
19.40 Поле чудес (16+).
21.00 Время (12+).
21.30 Голос (12+).
23.45 Вечерний Ургант (16+).
0.40 «Юл Бриннер, великопеленый». Д/ф (12+).
1.40 Наедине со всеми (16+).

РОССИЯ 1

5.00, 9.30 Утро России (6+).
9.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести-Коми (12+).
9.55 О самом главном (12+).
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести (12+).
11.30 «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым (12+).
12.40, 18.40 60 минут (12+).
14.55 «МОРОЗОВА». Т/с (12+).

17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+).
21.20 Аншлаг и Компания (16+).
0.50 «ВАЛЬКИНЫ НЕСЧАСТЬЯ». Х/ф (16+).
4.05 «ВЕРСИЯ». Т/с (12+).

РОССИЯ К

6.30, 7.00, 7.30, 8.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.10 Новости культуры (6+).
6.35 Пешком... «Москва готическая» (12+).
7.05 Правила жизни (16+).
7.35 Чёрные дыры. Белые пятна (12+).
8.15, 18.00 Красивая планета (12+).
8.35 «РУФЬ». Х/ф (12+).
10.20 «ПИРОГОВ». Х/ф (16+).
11.50 Открытая книга. «В.Крулин. «Возвращение родника» (12+).
12.15 «ВИКТОР ПИГО: ВРАГ ГОСУДАРСТВА». Т/с (16+).
13.10 «Провинциальные музеи России». «Подольск». Д/с (12+).
13.40 «Энгельс. Live». Д/ф (0+).
14.30 «Восемь смертных грехов». «Последний грех». Д/с (12+).
15.05 «Письма из провинции». Д/с (6+).
15.35 Энигма. В.Третьяков (12+).
16.15 «Первые в мире». «Автосани Кегресса». Д/с (12+).

16.30 «Больше, чем любовь» (12+).
17.10 Е.Нестеренко и Академический оркестр русских народных инструментов ЦТ и ВР (0+).
18.15 Царская ложа (12+).
19.00 Смехоносталягия (12+).
19.45 Линия жизни. В.Коклюшкин (12+).
20.40 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» (12+).
22.15 2 Верник 2 (6+).
23.30 «ЖЕЛЕЗНАЯ ЛЕДИ». Х/ф (16+).
1.15 «Фактор Ренессанса». Д/с (12+).
2.10 «Искатели». Д/с (16+).

НТВ 5.05 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». Т/с (16+).
6.00 Утро. Самое лучшее (16+).
8.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня (16+).
8.25, 10.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». Т/с (16+).
13.25 Чрезвычайное происшествие (16+).
14.00 Место встречи (16+).
16.25 ДНК (16+).
17.25 Жди меня (12+).
18.20, 19.40 «ПЁС». Т/с (16+).
21.20 «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ». Т/с (16+).
23.30 Своя правда (16+).
1.20 Квартирный вопрос (6+).

2.25 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». Т/с (16+).
3.25 «ЗАКОНЫ УЛИЦ». Т/с (16+).
ЮРГАН
6.00, 7.30, 16.30, 18.15, 19.30, 21.30 «Время новостей» (0+).
6.15 «Вочакыв» (12+).
6.30, 14.30, 18.30 «Талун» (0+).
7.00, 8.00, 12.00 «Студия 11» (12+).
8.30 «Русский Страдивари». Д/ф (12+).
9.30 «Русский Страдивари: что осталось за кадром» (12+).
10.00 «Нильс». М/с (0+).
10.30 «Вильш поз. Чельядьлон кадкост» (6+).
11.00, 17.30, 2.00, 5.45 «Миян йёз» (12+).
11.15 «Обдор. Седьмая бригада». Д/ф (12+).
11.45 «Телезащитник» (12+).
12.30, 4.35 «Вся правда о...» (12+).
13.30, 0.00 «АВТОШКОЛА». Т/с (12+).
14.45 «И в шутку, и всерьез» (6+).
15.15, 1.00 «Вспомнить все» (16+).
16.15, 19.15, 22.00, 2.15 «КРiК. Криминал и комментарии» (16+).
17.00 «Детали» (12+).
17.45 «Коми incognito» (12+).
19.00, 5.30 «О-нет» (12+).
20.00, 2.30 «Детали недели» (12+).

20.40 «КРИК СОВЫ». Т/с (16+).
22.15 «ОСТОРОЖНО, ЛЮБОВЬ!» Х/ф (16+).
3.10 «ПОЛЕТ. ТРИ ДНЯ ПОСЛЕ КАТАСТРОФЫ». Х/ф (16+).
СТС 5.50 Ералаш (6+).
6.25 «Спирит: скачки на свободе». М/с (6+).
6.45 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
7.35 «Трое с небес: истории Аркадии». М/с (6+).
8.00 «РОДКОМ». Т/с (12+).
9.00 «ПСИХОЛОГИНИ». Т/с (16+).
10.00 «ЧАС РАСПЛАТЫ». Х/ф (18+).
12.25 «ТОЧКА ОБСТРЕЛА». Х/ф (16+).
14.15 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
20.00 Русские не смеются (16+).
21.00 «СТЕКЛО». Х/ф (16+).
23.40 «ОЧЕНЬ СТРАШНОЕ КИНО-4». Х/ф (16+).
1.05 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: БОРЬБА ЗА БУДУЩЕЕ». Х/ф (16+).
3.10 «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ: ХОЧУ ВЕРИТЬ». Х/ф (16+).
4.45 6 КАДРОВ (16+).
5.20 «Сказка о Золотом петушке». М/ф (6+).

МАТЧ!

6.00, 8.55, 12.00, 13.50, 15.05, 16.50, 18.50, 21.55 Новости (12+).
6.05, 12.05, 15.10, 16.55, 21.00, 0.30 Все на матч! (12+).
9.00 Профессиональный бокс (0+).
10.10 «Жизнь после спорта». Г.Дрозд. Д/с (12+).
10.40, 4.00 «ЦСКА - Фейеноорд. Live» (12+).
11.00, 15.50 Футбол. Лига Европы. Обзор (6+).
12.30 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Женщины (0+).
13.20, 1.30 Все на футбол! «Афиша» (12+).
13.55 Смешанные единоборства (16+).
17.45 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Мужчины (0+).
18.55 Футбол. Чемпионат Европы - 2022 г. Женщины. Отборочный турнир. Россия - Косово (0+).
22.05 Точная ставка (16+).
22.25 Футбол. Вольфсбург - Вердер (6+).
2.00 Баскетбол. Жальгирис - Зенит (6+).
4.20 «Тайсон». Д/ф (16+).

СУББОТА, 28 НОЯБРЯ

7 6.00 Доброе утро. Суббота (6+).
9.00 Умницы и умники (12+).
9.45 Слово пастыря (6+).
10.00, 12.00 Новости (16+).
10.15 101 вопрос взрослому (12+).
11.15, 12.15 Видели видео? (6+).
14.00 На дачу! (6+).
15.15 Угадай мелодию (12+).
16.10 «Кто хочет стать миллионером?» (12+).
17.45 Ледниковый период (6+).
21.00 Время (12+).
21.20 Сегодня вечером (16+).
23.00 «КРАСАВЧИК СО СТАЖЕМ». Х/ф (16+).
0.50 «ЛУЧШЕ ДОМА МЕСТА НЕТ». Х/ф (12+).
2.30 Модный приговор (6+).
3.15 Давай поженимся! (16+).
3.55 Мужское, женское (16+).

РОССИЯ 1

5.00 Утро России. Суббота (16+).
8.00 Местное время. Вести-Коми (12+).
8.20 Местное время. Суббота (12+).
8.35 По секрету всему свету (12+).
9.00 Формула еды (12+).
9.25 Пятеро на одного (12+).
10.10 Сто к одному (12+).

11.00 Вести (12+).
11.25 Юмор! Юмор!! Юмор!!! (12+).
12.30 Доктор Мясников (12+).
13.30 «НОЧЬ ПОСЛЕ ВЫПУСКА». Х/ф (16+).
18.00 Привет, Андрей! (12+).
20.00 Вести в субботу (16+).
21.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ». Х/ф (16+).
1.05 «КОГДА НАСТУПИТ РАССВЕТ». Х/ф (16+).

РОССИЯ К

6.30 Библиейский сюжет. «Ж.Верн «Таинственный остров» (12+).
7.05 «Гуси-лебеди». М/ф (6+).
7.25 «Как грибы с горохом воевали». М/ф (6+).
7.45 «Капризная принцесса». М/ф (6+).
8.05 «ПОВОД». Х/ф (0+).
10.15 «Святые Кремля». «Колыбель монарха». Д/с (12+).
10.40 «ВОЗДУШНЫЙ ИЗВОЗЧИК». Х/ф (12+).
12.05 Эрмитаж (12+).
12.35 Чёрные дыры. Белые пятна (12+).
13.15 «Земля людей». «Нагойцы. Последние кочевники Европы». Д/с (12+).

13.45, 1.35 «Маленький бабун и его семья». Д/ф (0+).
14.45 «Ехал грека... Путешествие по настоящей России». Д/с (12+).
15.30 Большой балет (6+).
17.55 «Забывтое ремесло». «Целовальник». Д/с (12+).
18.10 «Мозг. Эволюция». Д/ф (0+).
19.15 «Больше, чем любовь» (12+).
20.00 «ПРОФЕССИЯ: РЕПОРТЁР». Х/ф (0+).
22.00 Агора (12+).
23.00 Клуб «Шаболовка, 37» (12+).
0.10 «РУФЬ». Х/ф (12+).
2.25 «Персей». М/ф (6+).
2.42 «Дождливая история». М/ф (6+).

НТВ 5.05 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». Х/ф (16+).
7.20 Смотр (6+).
8.00, 10.00, 16.00 Сегодня (16+).
8.20 Готовим с Алексеем Зиминим (6+).
8.45 Кто в доме хозяин? (12+).
9.25 Едим дома (6+).
10.20 Главная дорога (16+).
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым (12+).
12.00 Квартирный вопрос (6+).
13.10 НашПотребНадзор (16+).
14.00 Поедем, поедим! (6+).
15.00 Своя игра (6+).
16.20 «Следствие вели...» Д/с (16+).

18.00 «ПО СЛЕДУ МОНСТРА». Т/с (16+).
19.00 Центральное телевидение (16+).
20.20 Секрет на миллион. «Л.Вербицкая» (16+).
22.20 Ты не поверишь! (16+).
23.25 Международная пилорама (18+).
0.15 Квартирник НТВ у Маргулиса. «Группа «Отава Ё» (16+).
1.35 Дачный ответ (6+).
2.30 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». Т/с (16+).
3.30 «ЗАКОНЫ УЛИЦ». Т/с (16+).

ЮРГАН

6.00 «Время новостей» (0+).
6.15, 1.45, 5.30 «Миян йёз» (12+).
6.30 «Вся правда о...» (12+).
7.30 «Детали» (12+).
8.00 «Встреча с Владыкой» (12+).
8.30 «Нильс». М/с (0+).
9.00 «И в шутку, и всерьез» (6+).
9.10 «Жена» (16+).
10.20, 3.15 «МАЛЕНЬКИЙ ГАНГСТЕР». Х/ф (12+).
12.10 «ЗОЛОТОЙ ГУСЬ». Х/ф (6+).
13.45 «Русский Страдивари». Д/ф (12+).
14.45 «Русский Страдивари: что осталось за кадром» (12+).
15.15 «Вочакыв» (12+).
15.30 «Бестселлер» (12+).

15.45 «Тогда. Том йёзлон викторина. Медводдза ворёом» (6+).
16.30 «Телезащитник» (12+).
16.45 «Финноугория» (12+).
17.00, 1.15 «Коми incognito» (12+).
17.30 «ОСТРОВ ИСПРАВЛЕНИЯ». Х/ф (12+).
19.15 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». Х/ф (12+).
23.00 «ЛЮБИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». Х/ф (16+).
2.00 «Жара в Вегасе». Концерт (12+).
5.00 «Коми incognito» (12+).
6.00 «Мультимир» (0+).

СТС 5.50 Ералаш (6+).
6.20 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
6.35 «Тролли. Праздник продолжается!» М/с (6+).
7.00 «Три кота». М/с (6+).
7.30 «Том и Джерри». М/с (6+).
8.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». М/с (6+).
8.25 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
9.00 Про100 кухня (12+).
10.00 Саша готовит наше (12+).
10.05 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ». Х/ф (12+).
12.00 Детки-предки (12+).
13.05 «ЛЮДИ В ЧЁРНОМ 2». Х/ф (16+).

МАТЧ!

6.00 Смешанные единоборства (16+).
7.00, 12.05, 15.15, 18.30, 22.35, 1.00 Все на матч! (12+).
9.00 «В гостях у Лета». М/ф (6+).
9.20 «ТРЕНЕР». Х/ф (12+).
12.00, 15.10, 18.25, 22.25 Новости (12+).
12.40 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины (0+).
16.00 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины (0+).
18.55 Футбол. Ростов - Динамо (0+).
21.00 Футбол. Боруссия - Шальке 04 (0+).
22.55 Футбол. Алавес - Реал (0+).
2.00 Баскетбол. Эстония - Россия (0+).
4.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна. Квалификация (12+).

ОПОВЕЩЕНИЕ О НАЧАЛЕ ОБЩЕСТВЕННЫХ ОБСУЖДЕНИЙ

По проекту решения о предоставлении разрешения на отклонение от предельных параметров реконструкции нежилого здания по адресу: Республика Коми, г. Сыктывкар, ул. Морозова, 47/2, на земельном участке с кадастровым номером 11:05:0105008:62, площадью 1480 кв. м, расположенном в территориальной зоне делового, общественного и коммерческого назначения (О-1), в части размещения здания с западной стороны на расстоянии 3 м до границы земельного участка.

Перечень информационных материалов к проекту:

- схема планировочной организации земельного участка;
- эскизный проект.

Проведение общественных обсуждений по проекту осуществляется в соответствии с Градостроительным кодексом Российской Федерации, Правилами землепользования и застройки МО ГО «Сыктывкар».

Срок проведения общественных обсуждений по проекту с 20 ноября по 19 декабря 2020 года.

Дата открытия экспозиции проекта: 30 ноября 2020 года в 16 часов 00 минут.

Срок проведения экспозиции проекта с 30 ноября по 10 декабря 2020 года.

Место проведения экспозиции проекта **фойе администрации МО ГО «Сыктывкар» по адресу: г. Сыктывкар, ул. Бабушкина, 22.**

Посещение экспозиции возможно по вторникам и четвергам с 16.00 до 16.45.

Участники общественных обсуждений в целях идентификации представляют сведения о себе (фамилию, имя, отчество (при наличии), дату рождения, адрес места жительства (регистрации) - для физических лиц; наименование, основной государственный регистрационный номер, место нахождения и адрес - для юридических лиц) с приложением копий документов, подтверждающих такие сведения.

Участники общественных обсуждений, являющиеся правообладателями соответствующих земельных участков и (или) расположенных на них объектов капитального строительства и (или) помещений, являющихся частью указанных объектов капитального строительства, также представляют сведения, соответственно, о таких земельных участках, объектах капитального строительства, помещениях, являющихся частью указанных объектов капитального строительства, из Единого государственного реестра недвижимости и иные документы, устанавливающие или удостоверяющие их права на такие земельные участки, объекты капитального строительства, помещения, являющиеся частью указанных объектов капитального строительства.

Участники общественных обсуждений, прошедшие идентификацию, имеют право в срок с 30 ноября по 10 декабря 2020 года вносить предложения и замечания, касающиеся проекта:

1) посредством официального сайта (сыктывкар.рф / Сферы деятельности / Публичные слушания и общественные обсуждения / Публичные слушания и общественные обсуждения по вопросам землепользования и застройки / Общественные обсуждения / Отклонение от предельных параметров реконструкции нежилого здания по ул. Морозова, 47/2 в г. Сыктывкаре) с приложением скан-копий документов, подтверждающих сведения об участниках;

2) в письменной форме в адрес Комиссии по землепользованию и застройке администрации МО ГО «Сыктывкар» путем личного обращения по адресу: г.Сыктывкар, ул. Бабушкина, 22, кабинет 215, тел. 21-43-10. Время приема по вторникам с 9.00 до 12.00;

3) посредством записи в журнале учета посетителей экспозиции проекта, подлежащего рассмотрению на общественных обсуждениях.

При личном обращении в Комиссию по землепользованию и застройке администрации МО ГО «Сыктывкар», а также для осуществления записи в журнале учета посетителей экспозиции проекта участник общественных обсуждений представляет оригиналы и (или) копии документов, подтверждающих сведения об участнике общественных обсуждений.

В случае выявления факта представления участником общественных обсуждений недостоверных сведений внесенные предложения и замечания Комиссией не рассматриваются.

Обработка персональных данных участников общественных обсуждений осуществляется с учетом требований, установленных Федеральным законом от 27 июля 2006 года № 152-ФЗ «О персональных данных».

Проект и информационные материалы к нему будут размещены 28 ноября 2020 года на официальном сайте администрации МО ГО «Сыктывкар» в информационно-телекоммуникационной сети интернет (сыктывкар.рф / Сферы деятельности / Публичные слушания и общественные обсуждения / Публичные слушания и общественные обсуждения по вопросам землепользования и застройки / Общественные обсуждения / Отклонение от предельных параметров реконструкции нежилого здания по ул. Морозова, 47/2 в г. Сыктывкаре).

Председатель Комиссии по землепользованию и застройке администрации МО ГО «Сыктывкар А.А. Можегов

Администрация МО ГО «Сыктывкар» сообщает о проведении в здании администрации по адресу: г. Сыктывкар, ул. Бабушкина, 22 (каб. 606) конкурса на право размещения нестационарных торговых объектов на территории МО ГО «Сыктывкар» (за исключением Эжвинского района). Дата и время проведения конкурса: I этап - 16 декабря 2020 г. в 11 ч.00 мин., II этап - 18 декабря 2020 г. с 10 час. 00 мин.

Лоты, требования к участникам, форма заявки на участие в конкурсе размещены на официальном сайте администрации МО ГО «Сыктывкар»: сыктывкар.рф /администрация/ управление экономики и анализа/мой бизнес/потребительский рынок/нестационарная торговля/конкурсы на право размещения.

Информацию можно уточнить в отделе предпринимательства и торговли Управления экономики и анализа администрации МО ГО «Сыктывкар» (каб. 631,632 (6 этаж), ул. Бабушкина, 22, тел. 294-165, 294-167, 77-77-33.

Администрация Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар» сообщает о проведении в здании администрации по адресу: г. Сыктывкар, ул. Славы, 1 (малый зал) конкурса на право размещения нестационарных торговых объектов (по реализации новогодних елей, лапника) на территории Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар». Дата и время проведения конкурса: I этап - 8 декабря 2020 г. 12 ч.00 мин., II этап - 9 декабря 2020 г. с 11 час. 00 мин. до 11 час. 30 мин. - регистрация участников, с 11 час. 30 мин. - проведение аукциона.

Лоты, требования к участникам, форма заявки на участие в конкурсе размещены на официальном сайте администрации Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар»: эжва.рф / администрация района / экономика, предпринимательство и финансы/конкурсы. Информацию можно уточнить в отделе по экономическим вопросам и предпринимательству администрации Эжвинского района МО ГО «Сыктывкар» (каб. 12, 14 (1 этаж), ул. Славы, 1, тел. 409-550 (доб.138,141).

ПОМОЩЬ ДЛЯ ВАШИХ ПЯТОЧЕК

- Причины возникновения трещин на пятках:**
- Работа на ногах (учителя, работники торговли, парикмахеры и т.д.)
 - Тесная и неудобная обувь (на высоком каблуке, шлепанцы, твердая обувь).
 - Избыточный вес.
 - Хождение босиком дома, теплые полы с подогревом, ковры и носки из искусственных материалов.
 - Различные заболевания, связанные с неправильным обменом веществ в организме.
 - Грибковая инфекция.
 - Неправильный домашний уход.

Как справиться с трещинами на пятках?

Сначала нужно понять причину и попытаться ее устранить. Хотя бы два раза в неделю делать теплые ванночки для стоп, добавляя мыло, пищевую соду или мор-



скую соль. Затем круговыми движениями обработать пятки пемзой (ни в коем случае не срезать огрубевшую кожу острыми инструментами!) После ванночки ноги необходимо помыть в чистой воде и насухо вытереть полотенцем. Нанесите на стопы жирный крем, смешанный с любым растительным маслом (отлично подходит оливковое, персиковое). На зону пяток можно положить кусок пищевой пленки, сверху надеть хлопчатобумажные носки, через пару часов аппликацию снять. Не забывайте каждый день мыть ноги и использовать крем для стоп.

Если справиться с трещинами в домашних условиях не получается, обратитесь к специалистам в Центр педикюра "Шати".

Даже очень глубокие трещины можно убрать за 2-3 процедуры, записывайтесь по телефону 55-75-15.



ул. Коммунистическая, 10
(вход со двора).

Тел. 55-75-15 **ШАТИ**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Данный вид деятельности лицензии не требует.

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 29 НОЯБРЯ

7 5.10, 6.10 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» Х/ф (16+).
6.00, 10.00, 12.00 Новости (16+).

6.55 Игрой, гармонь любимая! (12+).
7.40 Часовой (12+).
8.10 Здоровье (16+).
9.20 Непутёвые заметки (16+).
10.15 Жизнь других (12+).
11.15, 12.15 Видели видео? (6+).
14.00 «Геннадий Хазанов. Без антракта». Д/ф (12+).
16.35 Точь-в-точь! (16+).
19.20 Лучшее всех! (6+).
21.00 Время (12+).
22.00 Что? Где? Когда? (12+).
23.10 «МЕТОД 2». Т/с (16+).
0.10 «Самые, самые, самые...» (16+).

РОССИЯ 1

4.20, 2.30 «КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ». Х/ф (16+).
6.05 «КАК ЖЕ БЫТЬ СЕРДЦУ-2». Х/ф (16+).

8.00 Местное время. Воскресенье (12+).
8.35 Устами младенца (12+).
9.20 Когда все дома (12+).
10.10 Сто к одному (12+).
11.00 Вести (12+).
11.30 Парад юмора (12+).
13.50 «ЗАВТРА БУДЕТ НОВЫЙ ДЕНЬ». Х/ф (12+).
18.15 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» (12+).
20.00 Вести недели (12+).
22.00 Москва. Кремль. Путин (12+).
22.40 «Воскресный вечер» с Владимиром Соловьёвым (12+).

РОССИЯ К

6.30 «Аист». М/ф (6+).
6.52 «Остров капитанов». М/ф (6+).
7.15 «МОРСКИЕ ВОРОТА». Х/ф (0+).
9.25 «Обыкновенный концерт» с Э.Эфириным (6+).

9.55 Мы - грамотеи! (12+).
10.35 «ЛЮБОЧКА». Х/ф (12+).
11.50, 17.15 «Больше, чем любовь» (12+).
12.30 «Письма из провинции». Д/с (6+).
13.00, 1.25 Диалоги о животных (12+).
13.40 «Другие Романовы». «Есть даринной, божественный, бесценный». Д/с (12+).
14.10 «Коллекция». «Музей Бельведер». Д/с (12+).
14.40 «Игра в бисер» с И.Волгиным. «Александр Блок. «Двенадцать» (12+).

15.20, 23.30 «ПРОХОЖАЯ ИЗ САНСУСИ». Х/ф (16+).

18.00 Пешком... «Клин ямской» (12+).
18.30 Романтика романа. «Е.Долматовскому посвящается» (16+).

19.30 Новости культуры (6+).
20.10 «КОМИССАР». Х/ф (16+).
21.55 Летний концерт в парке дворца Шёнбрунн (6+).

НТВ 5.00 «МОЖНО Я БУДУ ЗВАТЬ ТЕБЯ МАМОЙ?» Х/ф (12+).
6.40 Центральное телевидение (16+).

8.00, 10.00, 16.00 Сегодня (16+).
8.20 У нас выигрывают! (12+).
10.20 Первая передача (16+).
11.00 Чудо техники (12+).
11.50 Дачный ответ (6+).
13.00 НашПотребНадзор (16+).
14.05 Однажды... (16+).
15.00 Своя игра (6+).
16.20 «Следствие вели...» Д/с (16+).
18.00 Новые русские сенсации (16+).
19.00 Итоги недели (16+).
20.10 Суперстар! Возвращение (16+).
22.50 Звёзды сошлись (16+).

ЮРГАН

6.00 «Финноугория» (12+).
6.15, 16.30, 1.15 «Мьян Йёз» (12+).
6.35, 0.25 «Отражение событий 1917 года» (12+).
7.20 «ЗОЛОТОЙ ГУСЬ». Х/ф (6+).
9.00 «Нильс». М/с (0+).
9.30 «И в шутку, и всерьёз» (6+).
9.50 «Бестселлер» (12+).
10.05, 1.30 «Коми incognito» (12+).
10.35 «Детали» (12+).
11.05 «ГОСУДАРСТВЕННАЯ ГРАНИЦА». Х/ф (12+).

14.45 «Жара в Вегасе». Концерт (12+).
16.15 «Вочакыв» (12+).
16.45 «Телезащитник» (12+).
17.00 «Детали недели» (12+).
17.40 «ОСТОРОЖНО, ЛЮБОВЬ!» Х/ф (16+).
19.30, 4.10 «ДОЖДЬ НАВСЕГДА». Х/ф (12+).
21.15 «ПОБЕГ ЗА МЕЧТОЙ». Х/ф (16+).
22.40 «НАНКИНСКИЙ ПЕЙЗАЖ». Х/ф (16+).

СТС

5.50 Ералаш (6+).
6.20 «Приключения Вуди и его друзей». М/с (6+).
6.35 «Тролли. Праздник продолжается!» М/с (6+).
7.00 «Три кота». М/с (6+).
7.35 «Царевны». М/с (6+).
7.55, 10.05 Шоу «Уральских пельменей» (16+).
9.00 Рогов в деле (16+).
11.25 «История игрушек 4». М/ф (6+).
13.25 «ДАМБО». Х/ф (6+).
15.40 «Монстры на каникулах». М/ф (12+).
17.25 «Монстры на каникулах 2». М/ф (6+).

19.05 «Монстры на каникулах 3: море зовёт». М/ф (6+).
21.00 «СЕДЬМОЙ СЫН». Х/ф (12+).
23.00 Дело было вечером (16+).
0.00 «СТЕКЛО». Х/ф (16+).
2.30 «МСТИТЕЛИ». Х/ф (16+).

МТЧ!

6.00 Смешанные единоборства (16+).
7.00, 12.00, 14.40, 17.35, 22.00, 0.45 Все на матч! (12+).
9.00 «РОККИ 4». Х/ф (16+).
10.55 Профессиональный бокс (16+).
11.55, 14.35, 17.30, 19.55 Новости (12+).
12.20 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины (0+).
14.05 «Биатлон» с Дмитрием Губерниевым (12+).
15.20 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины (0+).
17.55, 3.00 Формула-1. Гран-при Бахрейна (12+).
20.00 После футбола (6+).
21.40 «Биатлон. Live» (12+).
22.40 Футбол. Наполи - Рома (12+).
2.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира (0+).

Письма читателей

И снова вместе!

Как наша газета свела подруг молодости

«Панорама столицы» сводит судьбы. Благодаря главному изданию Сыктывкара друг друга спустя много лет нашли две представительницы старшего поколения, дружившие с молодости.



В позапрошлом выпуске нашей газеты была опубликована статья об уникальном музее старинных предметов обихода предков коми, который создала пожилая активистка Сыктывкара Ольга Беляева. Мы рассказали читателям о том, какими уникальными экспонатами они могут полюбиться. Ветеран много лет собирала их по знакомым, чтобы наглядно показать нынешнему поколению жителей республики, как устраивали свой быт зыряне.

Тот номер газеты в числе пятидесяти тысяч горожан в свой почтовый ящик получила и Антонина Сюранова. Каково же было удивление читательницы, когда в газете она увидела на фото знакомое лицо. Пенсионерка позвонила в редакцию с просьбой дать ей координаты героини нашего очерка. Как оказалось, Антонина Александровна и Ольга Модестовна дружили в юности.

- В нашей семье Антонину любили и уважали. В наш домашний круг ее ввел мой брат. Я с ней подружилась, и долгие го-

ды мы общались как родные. Так бывает, когда человек близок тебе по духу, - отметила «Панорама столицы» Ольга Беляева. - Со временем ситуация изменилась. Ушла в мир иной сначала моя мама, а затем и брат. Я тогда с супругом уехала из города в деревню Сёйты (сельское поселение Озёл соседнего со столицей Сыктывдинского района - прим. ред.) Оборвались связи со всеми друзьями, кто остался в городе, в том числе и с Антониной.

Было это почти три десятилетия тому назад. С тех пор Ольга Модестовна не раз вспоминала о подруге молодости, но понятия не имела, как ее разыскать, хоть город у нас и небольшой. Приходили в голову мысли, что, возможно, Антонина Александровна и сама покинула столицу республики.

- И вот такой приятный сюрприз получился благодаря замечательной «Панораме столицы»,

каждый выпуск которой читаю от корки до корки, - продолжила собеседница газеты. - Огромное спасибо за то, что написали в начале ноября про мой проект заметку и сердечно благодарю за то, что «состыковали» меня с Антониной!

По ее словам, теперь-то они друг друга точно больше не потеряют. В планах активных представительниц «золотого фонда» республики - не просто встретаться и общаться о жизни за чашкой, но и совместно реализовать какой-нибудь патриотический проект на благо региона. Опыт у Ольги Беляевой в этом смысле большой: на заслуженном отдыхе она успешно развивает туризм, вносит лепту в благоустройство окружающей среды в рамках зарегистрированного ею ТОСа, а также популяризирует национальную кухню и занятия спортом под открытым небом на президентские гранты.

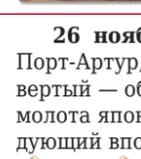
Дарья ШУЧАЛИНА

Идет время, и все дальше в глубь истории уходят события, связанные с историей России. Передать эстафету памяти, показать подрастающему поколению величие и самоотверженность русских людей - одна из основных задач гражданско-патриотического воспитания. Мы должны помнить и хранить в своих сердцах чувство долга перед теми, кто подарил нам мир и свободу. «ПС» продолжает рубрику «Памятная дата».

ПАМЯТНАЯ ДАТА



23 ноября 1942 года было завершено окружение 330-тысячной группировки немецких войск под Сталинградом.



26 ноября 1904 года русский гарнизон крепости Порт-Артур, державшийся уже 10 месяцев, отразил четвертый - общий - штурм. Под Порт-Артуром была перемолота японская армия (110 тысяч погибших). Ее командующий впоследствии совершил харакири.



28 ноября 1943 года начала работу Тегеранская конференция глав правительств СССР, США и Великобритании. В ходе конференции были приняты Декларации о совместных действиях в войне и послевоенном сотрудничестве. СССР заявил о готовности вступить в войну с Японией после победы над фашистской Германией. Премьер-министр Великобритании У. Черчилль передал советской делегации почетный меч - дар короля Великобритании Георга VI гражданам Сталинграда в ознаменование победы над фашистскими захватчиками.

«ПРЯМЫЕ ЛИНИИ»

26 ноября 2020 года с 14.15 до 15.15 в Общественной приемной Главы Республики Коми по городу Сыктывкару состоится «прямая линия» на тему «**Домашний тиран: как не стать жертвой насилия**». На вопросы жителей ответят специалисты ГБУ РК «Центр социальной помощи семье и детям г. Сыктывкара», члены КРО «Коми республиканская ассоциация врачей» и УМВД России по Сыктывкару.

27 ноября 2020 года с 11.00 до 12.00 в Общественной приемной Главы Республики Коми по городу Сыктывкару состоится «прямая линия» на тему «**Служба в армии: что грозит уклонистам**».

На вопросы жителей ответят сотрудники следственного отдела по Сыктывкару СУ СК России по РК и военного комиссариата г. Сыктывкара, Сыктывдинского и Корткеросского районов РК.

Жители столицы могут задать вопросы по телефону 8 (8212) 285-298.