



СОВЕТУЕМ
ПОСМОТРЕТЬ
СЕГОДНЯ



Бармен из «Золотого якоря» ^[12+]

Бармен портового ресторана присваивает себе бумажник с крупной суммой валюты, «оброненный» в его машине членом команды иностранного судна, и, таким образом, оказывается втянутым в операцию, разработанную иностранной разведкой.

► Звезда, 03.25



PTC

- 06.00 **PTC. Утро Хакасии.** ^[16+]
- 09.00 Мультимир. ^[6+]
- 09.40 На кухне у Марты. ^[16+]
- 10.00 **PTC. 7 дней.** ^[16+]
- 10.25 Есть один секрет. 3-я серия. ^[16+]
- 10.50 Мультимир. ^[6+]
- 11.30 **Тёмная энергия. 1-я серия.** ^[16+]
Научный эксперимент, целью которого является получение доступа к альтернативным источникам энергии, выходит из-под контроля, когда лабораторные компьютеры подвергаются атаке со стороны террористов. В результате нападения высвободившаяся неконтролируемая энергия порождает чёрную дыру, грозящую уничтожить планету.
- 13.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 13.10 **Тёмная энергия. 2-я серия.** ^[16+]
- 14.40 Луна. Покорение. ^[16+]
- 15.30 Неизвестная планета. ^[16+]
- 16.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 16.10 Сад и огород. ^[16+]
- 16.25 **Метод Лавровой. 21-я и 22-я серии.** ^[16+]
- 17.55 **Неравный брак. 57-я и 58-я серии.** ^[16+]
- 19.30 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 20.00 **PTC. Вопрос дня.** ^[16+]
- 20.15 Шкаф. ^[16+]
- 20.40 **Дни ангела. 1-я и 2-я серии.** ^[16+]
... Где найти поддержку, когда всё рушится? Кто придёт на помощь по первому зову, без корысти пожертвует собой, если нам грозит опасность? Ответы на эти и многие другие вопросы вы найдёте в искромётной, настояще-человечной и до слез трогательной трагикомедии режиссёра Игоря Апасяна.
- 22.15 Фильмы о фильмах. Кино-легенды. 19-я серия. ^[16+]
- 23.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 23.30 Инспекторы паранормальных домов. ^[16+]
- 01.00 Неизвестная планета. ^[16+]
- 01.30 **PTC. Ночной эфир.** ^[16+]



Домашний

- 05.30 Джейми. Обед за 30 минут. ^[16+]
- 07.00 Программы PTC. ^[16+]
- 07.30 6 кадров. ^[16+]
- 07.55 По делам несовершеннолетних. ^[16+]
- 10.55 Давай разведёмся! ^[16+]
- 13.55 Тест на отцовство. ^[16+]
- 15.55 Понять. Простить. ^[16+]
- 18.00 **PTC. Дежурный по Хакасии.** ^[16+]
- 18.15 **PTC. Регион 19.** ^[16+]
- 18.30 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 19.00 **Дыши со мной. Счастье взаимны.** ^[16+]
- 20.50 Самара. ^[16+]
- 22.40 Свадебный размер. ^[16+]
- 23.40 6 кадров. ^[16+]
- 00.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 00.30 Хорошие руки. ^[16+]
- 03.35 Наследница. ^[16+]



Первый

- 05.00 Доброе утро.
- 09.00 Новости.
- 09.15 Контрольная закупка. ^[12+]
- 09.50 Жить здорово! ^[12+]
- 10.55 Модный приговор. ^[12+]
- 12.00 Новости.
- 12.15 Бабий бунт. ^[16+]
- 12.50 Время покажет. ^[16+]
- 15.00 Новости.
- 15.15 Давай поженимся! ^[16+]
- 16.00 Мужское / Женское. ^[16+]
- 17.00 Время покажет. ^[16+]
- 18.00 Вечерние новости.
- 18.45 На самом деле. ^[16+]
- 19.50 Пусть говорят. ^[16+]
- 21.00 Время.
- 21.30 **Серебряный бор.** ^[16+]
- 23.30 Вечерний Ургант. ^[16+]
- 00.10 Познер. ^[16+]
- 01.10 Ночные новости.
- 01.25 Время покажет. ^[16+]
- 02.25, 03.05 Мужское / Женское. ^[16+]
- 03.00 Новости.
- 03.15 Модный приговор. ^[12+]
- 04.15 Контрольная закупка. ^[12+]



Россия-К

- 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.00, 23.45 Новости культуры.
- 06.35 Пряничный домик.
- 07.05 Легенды мирового кино.
- 07.35 Пешком...
- 08.05 Правила жизни.
- 08.35, 22.55 **Аббатство Даунтон.**
- 09.30 Мхатчики. Театр времён Олега Ефремова.
- 10.15, 18.00 Наблюдатель.
- 11.10, 00.30 Александр Солженицын.
- 12.15 Мы — грамотеи!
- 12.55 Белая студия.
- 13.35 Куклы.
- 14.15 Гончарный круг.
- 14.30 Библийский сюжет.
- 15.10 Я, Майя Плисецкая...
- 16.35 Нефронтовые заметки.
- 17.00 Агора.
- 19.10 Торжественное закрытие XVIII Международного телевизионного конкурса юных музыкантов «Щелкунчик».
- 21.00 Спокойной ночи, малыши!
- 21.10 Правила жизни.
- 21.40 Сати. Нескучная классика...
- 22.20 Дворцы взрывать и ухаживать...
- 00.00 Мастерская архитектуры.
- 01.25 Pro тетогія.
- 01.40 Произведения Родиона Щедрина в исполнении ГАСО России.
- 02.40 Цвет времени.



Пятый

- 05.00, 09.00 Известия.
- 05.10 Тени исчезают в полдень. 1 — 3-я серии. ^[12+]
- 09.25 Мы из будущего. ^[16+]
- 11.25 Мы из будущего-2. ^[16+]
- 13.00, 22.00 Известия.
- 13.25 Страх в твоём доме. Рак души. ^[16+]
- 14.20 Страх в твоём доме. Жена гения. ^[16+]
- 15.15 Страх в твоём доме. Сила vs красота. ^[16+]
- 16.05 **Детективы. Санитарный день.** ^[16+]
- 16.45 **Детективы. Кровавый уикэнд.** ^[16+]
- 17.25 **Детективы. Я способен на поступок.** ^[16+]
- 18.00 **След. Мёртвая хватка.** ^[16+]
- 18.45 **След. Слепой лагутчик.** ^[16+]
- 19.35 **След. Лёгкая смерть.** ^[16+]
- 20.20 **След. Спецагент.** ^[16+]
- 21.10 **След. Офисные крысы.** ^[16+]
- 22.30 **След. Кошмар на улице Газовой.** ^[16+]
- 23.20 **След. Семейные ценности.** ^[16+]
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск.
- 00.30 **Охота на гауляйтера. 1 — 5-я серии.** ^[12+]



Россия-1

- 05.00, 09.15 Утро России.
- 05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
- 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
- 09.00 Вести.
- 09.55 О самом главном. ^[12+]
- 11.00 Вести.
- 11.40 Вести-Хакасия.
- 12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. ^[12+]
- 13.00 60 минут. ^[12+]
- 14.00 Вести.
- 14.40 Вести-Сибирь.
- 15.00 **Морозова.** ^[12+]
- 17.00 Вести.
- 17.40 Хабарлар-Хакасия.
- 18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. ^[16+]
- 19.00 60 минут. ^[12+]
- 20.00 Вести.
- 20.45 Вести-Хакасия.
- 21.00 **Тайны следствия-17.** ^[12+]
- 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. ^[12+]
- 01.50 **Фамильные ценности.** ^[12+]



Матч!

- 06.05 Лыжный спорт. Кубок мира. Мужчины. 15 км.
- 07.50 Конькобежный спорт. Кубок мира.
- 08.30 Футбол. Чемпионат Англии. «Саутгемптон» — «Арсенал».
- 10.30 Великие моменты в спорте. ^[12+]
- 11.00, 11.25, 12.55, 15.10, 16.55, 19.30, 20.25 Новости.
- 11.05 Бешеная Сушка. Дневник. ^[12+]
- 11.30, 19.35, 04.15 Все на Матч!
- 13.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. ^[12+]
- 13.30 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины.
- 15.15 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Женщины.
- 17.00 Команда на прокачку. ^[12+]
- 18.00 Футбол. Лига чемпионов. Жеребьёвка 1/8 финала.
- 18.20 Все на футбол!
- 19.00 Футбол. Лига Европы. Жеребьёвка 1/16 финала.
- 20.05 «Спартак» — ЦСКА. Live. ^[12+]
- 20.30 Континентальный вечер. ^[12+]
- 20.55 Хоккей. КХЛ. «Металлург» (Магнитогорск) — «Йокерит» (Хельсинки).
- 23.25 Росгосстрах. Чемпионат России по футболу. «Ахмат» (Грозный) — «Зенит» (Санкт-Петербург).
- 01.25 Тотальный футбол. ^[12+]
- 02.25 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины. 1/8 финала.
- 04.45 Я — Али. ^[16+]



Рен-ТВ

- 05.00 Военная тайна. ^[16+]
- 06.00, 11.00 Документальный проект. ^[16+]
- 07.00 С бодрым утром! ^[16+]
- 08.30 Новости. ^[16+]
- 09.00 Военная тайна. ^[16+]
- 12.00 112. ^[16+]
- 12.30 Новости. ^[16+]
- 13.00 Загадки человечества. ^[16+]
- 14.00 **Подъём с глубины.** ^[16+]
- 16.00 112. ^[16+]
- 16.30 Новости. ^[16+]
- 17.00 Тайны Чапман. ^[16+]
- 18.00 Самые шокирующие гипотезы. ^[16+]
- 19.00 112. ^[16+]
- 19.30 Новости. ^[16+]
- 20.00 **Роллербол.** ^[16+]
- 22.00 Водить по-русски. ^[16+]
- 23.00 Новости. ^[16+]
- 23.25 Загадки человечества. ^[16+]
- 00.25 Как устроена Вселенная. ^[16+]
- 01.20 **Эш против зловещих мертвецов.** ^[18+]
- 02.00 **Тренер.** ^[12+]
- 04.30 Территория заблуждений. ^[16+]



СТС/ТВ-7

- 06.00 Смешарики. ^[0+]
- 06.35 Приключения Кота в сапогах. ^[6+]
- 07.25 Смойся! ^[0+]
- 09.00 Постскриптум. ^[16+]
- 09.30 **Мумия. Гробница императора драконов.** ^[16+]
- 11.35 Успех. ^[16+]
- 13.30 Ютуб... ^[16+]
- 14.00 **Восьмидесятые.** ^[16+]
- 15.00 **Отель «Элеон».** ^[16+]
- 19.00 Nota bene. Новостройка. ^[16+]
- 20.00 Психологи. ^[16+]
- 21.00 **Одноклассники.** ^[16+]
- 22.30 Шоу «Уральских пельменей». ^[16+]
- 23.30 Кино в деталях. ^[18+]
- 00.30 Nota bene. ^[16+]
- 01.00 **Это любовь.** ^[16+]
- 01.30 **Джунгли.** ^[16+]
- 03.00 **Великий уравнитель.** ^[16+]
- 05.30 **Осторожно: дети!** ^[16+]



Звезда

- 06.00 Сегодня утром.
- 08.00 **Синдром Шахматиста.** ^[16+]
- 09.00 Новости дня.
- 09.15 **Синдром Шахматиста.** ^[16+]
- 10.00 Военные новости.
- 10.05 **Синдром Шахматиста.** ^[16+]
- 12.20 **Смерть шпионам. Скрытый враг.** ^[16+]
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 **Смерть шпионам. Скрытый враг.** ^[16+]
- 14.00 Военные новости.
- 14.05 **Смерть шпионам. Скрытый враг.** ^[16+]
- 17.10 Зафронтовые разведчики. ^[12+]
- 18.00 Новости дня.
- 18.40 Легенды госбезопасности. ^[16+]
- 19.35 Теория заговора. ^[12+]
- 20.20 Специальный репортаж. ^[12+]
- 20.45 Загадки века. ^[12+]
- 21.35 Особая статья. ^[12+]
- 23.00 Новости дня.
- 23.15 Звезда на «Звезде». ^[6+]
- 00.00 **Фронт без флангов.** ^[12+]
- 03.25 **Бармен из «Золотого якоря».** ^[12+]
- 05.00 Боевые награды Советского Союза. 1917 — 1941. ^[12+]



ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. ^[0+]
- 09.30, 10.00, 17.35, 18.10 Слепая. ^[12+]
- 10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. ^[12+]
- 11.30, 12.30 Не ври мне. ^[12+]
- 13.30 **Охотники за привидениями.** ^[16+]
- 14.00 **Сверхъестественный отбор.** ^[16+]
- 15.00 Мистические истории. ^[16+]
- 18.40, 19.30, 20.30 **Касл.** ^[12+]
- 21.15, 22.15 **Кости.** ^[12+]
- 23.00 **Хватай и беги.** ^[16+]
В американском городке издавна уживаются люди, вампиры и зомби. Однажды в небе появляется космический корабль, и в окрестностях высаживаются инопланетяне. Подозревая друг друга, представители разных сообществ начинают войну.
- 00.45 **Остаться в живых.** ^[16+]
- 05.00 Тайные знаки. ^[12+]



TNT-Абакан

- 07.00 Неделя в Абакане. ^[12+]
- 07.30 СпортАнзор. ^[6+]
- 08.00 TNT. Best. ^[16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. ^[16+]
- 11.00 Дом-2. Остров любви. ^[16+]
- 12.00 Танцы. ^[16+]
- 14.00 Неделя в Абакане. ^[12+]
- 14.30 **Реальные пацаны.** ^[16+]
- 19.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 19.15 Гость on-line. ^[12+]
- 19.30 Улица. ^[16+]
- 20.00 **Ольга.** ^[16+]
- 21.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 21.35 Мамина школа. ^[0+]
- 22.00 Где логика? ^[16+]
- 23.00 **Адаптация.** ^[16+]
- 00.00 Дом-2. Остров любви. ^[16+]
- 01.00 Дом-2. После заката. ^[16+]
- 02.00 Такое кино! ^[16+]
- 02.35 Импровизация. ^[16+]
- 03.35 Stand up. ^[16+]
- 05.00 Comedy Woman. ^[16+]



ТВ-Центр

- 06.00 Настроение.
- 08.00 **Сверстницы.** ^[12+]
- 09.35 **Лекарство против страха.** ^[12+]
- 11.30 События.
- 11.50 Постскриптум. ^[16+]
- 12.55 В центре событий. ^[16+]
- 13.55 Городское собрание. ^[12+]
- 14.30 События.
- 14.50 Город новостей.
- 15.05 **Миссис Брэдли.** ^[12+]
- 17.00 Естественный отбор. ^[12+]
- 17.50 **Женщина в беде.** ^[12+]
- 19.40 События.
- 20.00 Петровка, 38.
- 20.20 Право голоса. ^[16+]
- 22.00 События.
- 22.30 Революция правых. ^[16+]
- 23.05 Без обмана. ^[16+]
- 00.00 События.
- 00.35 Право знать! ^[16+]
- 02.05 **Крутой.** ^[16+]
- 03.55 **Миссис Брэдли.** ^[12+]



Мир

- 06.00 **Дети Дон-Кихота.** ^[12+]
- 07.30 Доброе утро, мир! ^[16+]
- 08.35 Нет проблем. ^[16+]
- 10.00 Любимые актёры. ^[12+]
- 10.30, 13.15 **Мама — детектив.** ^[12+]
- 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
- 14.00, 02.30 Дела семейные. Новые истории. ^[16+]
- 16.15, 17.10, 18.05, 05.35 **Возвращение Мухтара-2.** ^[16+]
- 19.20 **Маша в законе-2.** ^[16+]
- 21.15 **Отдел 44.** ^[16+]
- 23.10 Острова. ^[12+]
- 01.00 **Дети Дон Кихота.** ^[12+]
- 03.30 **Мафиоза.** ^[16+]



Че

- 06.00 100 великих. ^[16+]
- 07.00 Дорожные войны. ^[16+]
- 07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». ^[16+]
- 10.10 **Выстрел.** ^[16+]
- 16.30 Антиколлекторы. ^[16+]
- 17.30 **Паук.** ^[16+]
- 19.30 Решала. ^[16+]
- 21.30 **Талантливый мистер Рипли.** ^[16+]
- 00.00 **Паук-2.** ^[16+]
- 01.40 **Паук.** ^[16+]
- 03.40 Антиколлекторы. ^[16+]
- 04.40 Дорожные войны. ^[16+]



НТВ

- 05.00, 06.05 **Хвост.** ^[16+]
- 06.00 Сегодня.
- 07.00 Деловое утро НТВ. ^[12+]
- 09.00, 10.25 **Возвращение Мухтара.** ^[16+]
- 10.00 Сегодня.
- 11.20 **Подозреваются все.** ^[16+]
- 12.00 **Свидетели.** ^[16+]
- 13.00 Сегодня.
- 13.25 Чрезвычайное происшествие.
- 14.00 Место встречи. ^[16+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.30 Место встречи. ^[16+]
- 17.00 Специальный выпуск. ^[16+]
- 18.00 **Ментовские войны.** ^[16+]
- 19.00 Сегодня.
- 19.40 **Чужое лицо.** ^[16+]
- 21.50 **Казнить нельзя помиловать.** ^[16+]
- 23.55 Итоги дня.
- 00.25 Поздняков. ^[16+]
- 00.40 **Агентство скрытых камер.** ^[16+]
- 01.55 Малая земля. ^[16+]
- 02.55 **Хожение по мукам.** ^[0+]
- 04.35 **Поедем, поедим!** ^[0+]



Общественное телевидение России

- 05.30 Активная среда. ^[12+]
- 05.45 Ключ-город. ^[12+]
- 06.10 Киноправда?! ^[12+]
- 06.20 **Похороны Сталина.** ^[12+]
- 08.10 История голографического кино в России. ^[12+]
- 09.05, 14.05, 01.05 **Прав!Да?** ^[12+]
- 10.00, 16.05, 19.20, 02.00 Большая страна. Региональный акцент. ^[12+]
- 10.45, 16.45, 18.45, 03.35 Активная среда. ^[12+]
- 11.00 Российский гербарий. Ёлки-палки. ^[12+]
- 11.30, 18.05, 04.50 **Календарь.** ^[12+]
- 12.10 ОТражение недели.
- 12.50 Занимательная наука. Светлая голова. ^[12+]
- 13.05, 20.05, 02.40 **Хранимые судьбой.** ^[12+]
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
- 15.05 Человечество. История всех нас. ^[12+]
- 17.15 Культурный обмен. ^[12+]
- 21.00 ОТражение. ^[12+]
- 03.45 Гербы России. Герб Истры. ^[12+]
- 04.00 Большая наука. ^[12+]



История

**Русский иллюзион**

- 05.55 Мыра. [16+]
07.15 Возвращение. [12+]
09.00, 11.15, 13.55, 15.50, 20.10, 22.00 Крупным планом. [16+]
09.15 Гарпастум. [16+]
11.35 Золотой телёнок. [12+]
12.25 Миннесота. [16+]
14.15 Рита. [16+]
16.10 Золотой телёнок. [12+]
17.00 И не было лучшем брата. [16+]
18.35 Гороскоп на удачу. [12+]
20.30 Заяц над бездной. [16+]
22.20 В стиле Jazz. [16+]
00.00 Золотой телёнок. [12+]
00.50 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
02.45 Артистка. [16+]
04.30 Невыполнимое задание. [16+]

Русский роман

- 08.10 Благословите женщину. [16+]
10.05 Прошлым летом в Чулимске. [12+]
11.35 Верни меня. [12+]
15.10 Новый старый дом. [12+]
16.50 Ночная фиалка. [12+]
18.30 Сила любви. [12+]
22.00 Как выйти замуж за миллионера. [12+]
01.35 Простить за всё. [12+]
03.20 Два мгновения любви. [12+]
04.55 Благословите женщину. [16+]

Иллюзион+

- 05.45 Ты не ты. [16+]
07.40 Заложник. [16+]
09.45 Плохой лейтенант. [16+]
11.55 Игра в имитацию. [16+]
13.55 Мелкие мошенники. [16+]
15.25 Апокалипсис. [16+]
17.40 Обитель проклятых. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.10 Девятки. [16+]
22.45 Не бойся темноты. [16+]
00.30 Право на убийство. [16+]
02.10 Ложь и иллюзии. [16+]
03.40 Травка. [18+]

Disney

- 05.15 Могучий Джо Янг. [12+]
07.30 Геркулес. [12+]
08.15 Музыка на Канале Disney. [6+]
09.00 Солнечные зайчики. [0+]
09.15 101 далматинец. [6+]
09.45 Русалочка. [6+]
10.15 Чип и Дейл спешат на помощь. [6+]
10.45 Лило и Стич. [0+]
11.10 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
12.05 Узнавайка. [0+]
16.00 Тимон и Пумба. [6+]
17.00 Приключения изобретателей. [6+]
17.30 Финес и Ферб. [6+]
19.50 Закон Мерфи. [12+]
20.20 Псевдокот. [12+]
20.50 Утиные истории. [6+]
21.15 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
23.30 Рапунцель. Новая история. [6+]
02.30 Правила стиля. [6+]
03.00 Жизнь Харли. [6+]
04.00 Однажды в сказке. [12+]
04.50 Трамплин надежды. [16+]

Дом кино

- 05.45 Шумный день. [6+]
07.35 Друзья друзей. [16+]
09.05 Курьер. [12+]
10.35 Ералаш.
11.10 Особенности национальной рыбалки. [16+]
13.05 Неисправимый лгун. [6+]
14.30 Джентльмены удачи. [6+]
16.10 Кухня. [16+]
19.10 Практика. [12+]
23.00 Зимняя вишня. [12+]
00.40 Француз. [16+]
02.40 Особенности национальной охоты в зимний период. [16+]
04.05 Полосатый рейс. [12+]

TV 1000

- 06.30 Обратная тяга. [16+]
09.10 Последний самурай. [16+]
12.10 Необычные приключения Адель. [12+]
14.15 Гости. [12+]
16.40 Певец на свадьбе. [12+]
18.35 Обратная тяга. [16+]
21.15 Последний самурай. [16+]
00.10 Останься со мной. [16+]
02.10 Зимняя спячка. [12+]

Мульт

- 10.00 Машины сказки.
10.35 Малышарики.
10.50 Деревяшки.
11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
11.30, 15.00, 20.00, 00.35 Маша и Медведь.
12.00, 17.00 Фиксики.
12.30, 17.30, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
13.00, 18.00, 22.30, 03.30 Белка и Стелка. Озорная семейка.
13.25 Лео и Тиг.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.25, 20.25 Смешарики.
15.55 Летающие звери.
16.00, 02.00 Бумажки.
16.30, 21.00 Друзья на все времена.
18.25, 04.00 Лео и Тиг.
18.50 Дракоша Тоша.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
20.50 Летающие звери.
21.30, 02.30 Фиксики.
21.55 Дракоша Тоша.
23.00 Сказочный патруль.
00.00 Сказка на ночь.
01.25 Гора Самоцветов.
01.55 Везуха!

Пятница!

- 05.30 Орёл и решка. [16+]
06.00 Олигарх-ТВ. [16+]
06.30 Орёл и решка. Кругосветка. [16+]
07.30 Утро Пятницы. [16+]
09.30 Школа доктора Комаровского. [16+]
10.00 Адская кухня. [16+]
12.00, 20.00 Орёл и решка. Перегрузка. [16+]
15.00, 19.00 Орёл и решка. Рай и ад-2. [16+]
17.00 Бедняков+1. [16+]
18.00 Орёл и решка. Рай и ад. [16+]
21.00 Наследники. [16+]
23.20 Можем повторить! [16+]
00.20 Пятница News. [16+]
00.50 Сверхъестественное. [16+]
02.30 Константин. [16+]

Есть вопрос. Медицина за деньги

Спасательный круг или мошенничество?



РИСУНОК: ЛАРИСА БАКАНОВА, «ХАКАСИЯ»

Платные медицинские услуги вошли в нашу жизнь прочно и, конечно, безвозвратно.

Елена АБУМОВА

В принципе, мы были готовы к этому и даже говорили, помню, что лучше заплатить доктору, но не стоять в очереди и получить верный диагноз и квалифицированную помощь. С «лучше заплатить» получилось на все сто, а вот верный диагноз и квалифицированная помощь не гарантированы даже за деньги.

Это я сейчас не с чьих-то слов — личный опыт заставил. Два раза обращалась в один из активно рекламирующих себя диагностических центров к врачу общей практики, терапевту, и эндокринологу. Оба визита (один — 800 рублей, второй — 1000, но деньги здесь не суть) оказались похожи, словно близнецы-братья. Доктора смотрели в компьютер, задавая вопросы и быстренько щёлкая по клавишам, что-то писали. Попытка привлечь к себе хоть какое-нибудь внимание ни к чему не приводила. Эскулапы отделивались от меня жеманностями, продолжая важную работу на экране.

Я не спорю, возможно, сейчас нет необходимости обращать внимание на пациентов, а у этих врачей вообще квалификация — Гиппократ, однако реальной помощи или даже совета, который был мне нужен в тот момент, от врачей платной медицины я не получила. В принципе, я вообще ничего от них не получила, кроме бумажек, которые так тщательно писали доктора, глядя в мониторы, и в которых, по сути, ничего не значилось.

Ладно бы просто обидно было. Но ведь пришла-то я не просто так. В результате на приём к совершенно бесплатному и

очень внимательному участковому терапевту позже я попала уже с серьёзными проблемами и зашкаливающе высоким давлением. И — да! — здесь получила и внимательное отношение, и профессиональную заинтересованность, и адекватное исследование и лечение. Впрочем, пишу это не только для сравнения платной и бесплатной медицины — мой опыт такой, у другого, возможно, ситуация развивается по-иному.

Более в данном случае мне интересно, может ли потребитель медицинских услуг что-то предпринять для своей защиты, вернуть деньги или, по крайней мере, привлечь внимание к вопиющим нарушениям — чтобы не повторялись?

С этим вопросом я обратилась к начальнику отдела защиты прав потребителей Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по Хакасии Вере УРМАЦКИХ:

— Действительно, проблема некачественного оказания медицинских услуг становится всё актуальнее в последнее время. К сожалению, инертность самих пострадавших зачастую формирует порочное мнение о безнаказанности тех, в чьих руках находятся жизнь и здоровье людей, поэтому если вы решили обратиться за помощью к платной медицине, не забывайте основные правила. Во-первых, проверьте лицензию на оказание медицинских услуг, узнайте, кто владелец (юр-, физлицо) учреждения, в котором вы намерены лечиться, соберите как можно больше информации, позволяющей сделать вывод, действительно ли вы можете доверить свою жизнь именно этим специалистам. Если ответ утвердительный, то всё равно, получая лечение, храните все кассовые чеки, приходные ордера, договоры,

рецепты, рентгеновские снимки и иные средства фиксации медицинских приборов (кардиограммы, энцефалограммы) как зеницу ока. Они — часть вашей доказательной базы. Также по возможности храните у себя медицинскую карту или её копию.

— Какие действия нужно предпринимать в случае некачественного оказания медицинских услуг?

— Сначала направляем по почте ценным письмом с описью вложений письменную претензию с изложением своих доводов и требований в адрес медицинского учреждения. Будьте готовы к тому, что вашу претензию проигнорируют или откажут в удовлетворении ваших требований. Далее или даже параллельно обращаемся с иском о возмещении вреда здоровью в суд и одновременно с жалобой в прокуратуру и территориальное отделение Росздравнадзора РФ. Так как медицинские услуги подпадают под действие «Закона о защите прав потребителей», то иски по подобного рода делам не облагаются госпошлиной.

Если в суде затребуют дополнительные доказательства, для определения нарушений со стороны медиков необходимо провести экспертизу, которая ответит на вопросы о правильности лечения — «экспертизу качества медицинской помощи»

— Кто за что в ответе?

— В соответствии со статьёй 1068 ГК РФ ответственность за вред, причинённый работником юридического лица, несёт это юридическое лицо, то есть медицинское учреждение без каких-либо изъятий и ограничений. Но в случае причинения человеку смерти или тяжкого вреда здоровью по неосторожности (статьи 109 и 118 УК РФ), халатности (статья 293 УК РФ) отвечать будет врач, совершивший подобные деяния.



Маска Зорро [12+]

Зорро — благородный разбойник и защитник простых людей. Но после двадцати лет, проведённых в темнице, он осознал, что его силы на исходе. И пришло время найти себе преемника. Его выбор падает на молодого и смелого Александра.

► Рен-ТВ, 20.00

РТС

- 06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
- 09.00 Мультимир. [6+]
- 09.25 РТС. Вопрос дня. [16+]
- 09.40 На кухне у Марты. [16+]
- 10.00 РТС. Новости. [16+]
- 10.25 Есть один секрет. 4-я серия. [16+]
- 10.50 Мультимир. [6+]
- 11.30 Метод Лавровой. 21-я и 22-я серии. [16+]
- 13.00 РТС. Новости. [16+]
- 13.10 Дни ангела. 1-я и 2-я серии. [16+]
- 14.40 Шкаф. [16+]
- 15.00 В мире животных. [12+]
- 15.30 Неизвестная планета. [16+]
- 16.00 РТС. Новости. [16+]
- 16.10 Кто прав? [16+]
- 16.20 Метод Лавровой. 23-я и 24-я серии. [16+]
- 17.55 Неравный брак. 59-я и 60-я серии. [16+]



Двадцатилетняя Алиса влюблена и счастлива: её любимый — Егор, восходящая звезда боёв без правил, только что прямо на ринге сделал ей предложение. Но счастье Алисы оказывается недолгим. Ради отца, задолжавшего крупную сумму денег бандита, Алиса вынуждена выйти замуж по расчёту. Её муж, успешный 50-летний бизнесмен Султан Бакоев, влюблён в Алису и готов ради неё свернуть горы. Только это не нужно самой Алисе. Она ненавидит мужа и не замечает, что ей достался очень честный, умный и достойный уважения мужчина...

19.30 РТС. Новости. [16+]

20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]

20.15 РТС. Солбан. [16+]

20.25 РТС. Регион 19. [16+]

20.40 Дни ангела. 3-я и 4-я серии. [16+]

Домашний

- 05.25 6 кадров. [16+]
- 05.30 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
- 07.00 РТС. Новости. [16+]
- 07.30 6 кадров. [16+]
- 08.00 По делам несовершеннолетних. [16+]
- 11.00 Давай разведёмся! [16+]
- 14.00 Тест на отцовство. [16+]
- 16.00 Понять. Простить. [16+]
- 17.05 Самара. [16+]
- 18.00 Рисуют дети. [0+]
- 18.05 Топ-шоп. [16+]
- 18.15 РТС. Солбан. [16+]
- 18.30 РТС. Новости. [16+]
- 19.00 Дыши со мной. Счастье взаимны. [16+]
- 20.50 Самара. [16+]
- 22.40 Свадебный размер. [16+]
- 23.40 6 кадров. [16+]
- 00.00 РТС. Новости. [16+]
- 00.30 Хорошие руки. [16+]
- 03.35 Наследница. [16+]

Первый

- 05.00 Доброе утро.
- 09.00 Новости.
- 09.15 Контрольная закупка. [12+]
- 09.50 Жить здорово! [12+]
- 10.55 Модный приговор. [12+]
- 12.00 Новости.
- 12.15 Бабий бунт. [16+]
- 12.50 Время покажет. [16+]
- 15.00 Новости.
- 15.15 Давай поженимся! [16+]
- 16.00 Мужское / Женское. [16+]
- 17.00 Время покажет. [16+]
- 18.00 Вечерние новости.
- 18.45 На самом деле. [16+]
- 19.50 Пусть говорят. [16+]
- 21.00 Время.
- 21.35 Серебряный бор. [16+]
- 23.35 Вечерний Ургант. [16+]
- 00.10 Ночные новости.
- 00.25 Время покажет. [16+]
- 01.25 Мужское / Женское. [16+]
- 02.20, 03.05 Модный приговор. [12+]
- 03.00 Новости.
- 03.35 Давай поженимся! [16+]
- 04.25 Контрольная закупка. [12+]

Россия-К

- 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
- 06.35 Пряничный домик.
- 07.05 Легенды мирового кино.
- 07.35 Пешком...
- 08.05 Правила жизни.
- 08.35, 22.55 Аббатство Даунтон.
- 09.30 Мхатчики. Театр времён Олега Ефремова.
- 10.15, 18.05 Наблюдатель.
- 11.10, 00.40 Александр Солженицын.
- 12.20 Мастерская архитектуры.
- 12.45 Джек Лондон.
- 12.55 Сати. Нескучная классика...
- 13.35 Виктор Попков. Су-ровый ангел.
- 14.15 Магия стекла.
- 14.30, 22.20 Дворцы взорвать и ухаживать...
- 15.10 Произведения Родиона Щедрина в исполнении ГАСО России.
- 16.15 Важные вещи.
- 16.30 2 Верник 2.
- 17.20 Революция и конституция, или Мина замедленного действия. Эрмитаж.
- 19.45 Главная роль.
- 20.05 Эволюция человека. Как мы здесь оказались?
- 20.55 Спокойной ночи, малыши!
- 21.10 Правила жизни.
- 21.40 Искусственный отбор.
- 00.00 Тем временем.
- 01.45 Элисо Вирсаладзе в Большом зале Московской консерватории.
- 02.40 Pro memoria.

Пятый

- 05.00, 09.00 Известия.
- 05.10 Тени исчезают в полдень. 3 — 6-я серии. [12+]
- 09.25 Солдаты-11. [16+]
- 13.00, 22.00 Известия.
- 13.25 Страх в твоём доме. Три поколения. [16+]
- 14.20 Страх в твоём доме. На пороге смерти. [16+]
- 15.15 Страх в твоём доме. Сладкая жизнь. [16+]
- 16.05 Детективы. Бабкин ребус. [16+]
- 16.45 Детективы. Овощ. [16+]
- 17.25 Детективы. Сиделка с проживанием. [16+]
- 18.00 След. Тернистый путь познания. [16+]
- 18.45 След. Клуб самоубийц. [16+]
- 19.35 След. Детский конкурс красоты. [16+]
- 20.20 След. Верёвка висельника. [16+]
- 21.10 След. Научный подход. [16+]
- 22.30 След. Манускрипт. [16+]
- 23.20 След. Трасса. [16+]
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск.
- 00.30 Охота на гауляйтера. 6 — 10-я серии. [12+]

Россия-1

- 05.00, 09.15 Утро России.
- 05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
- 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
- 09.00 7 кунниң салтары.
- 09.20 Чирим үні.
- 09.55 О самом главном. [12+]
- 11.00 Вести.
- 11.40 Вести-Хакасия.
- 12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
- 13.00 60 минут. [12+]
- 14.00 Вести.
- 14.40 Вести-Сибирь.
- 15.00 Морозова. [12+]
- 17.00 Вести.
- 17.40 Хабарлар-Хакасия.
- 18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
- 19.00 60 минут. [12+]
- 20.00 Вести.
- 20.45 Вести-Хакасия.
- 21.00 Тайны следствия-17. [12+]
- 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
- 01.50 Семейные ценности. [12+]

Матч!

- 06.50 Профессиональный бокс. [16+]
- 08.50 Королевская регата. [12+]
- 10.30 Великие моменты в спорте. [12+]
- 11.00, 12.55, 14.20, 17.00, 19.35, 22.40, 01.15, 02.50 Новости.
- 11.05 Все на Матч!
- 13.00 «Спартак» — ЦСКА. Live. [12+]
- 13.20 Тотальный футбол. [12+]
- 14.30 Сильное шоу. [16+]
- 15.00 Профессиональный бокс. [16+]
- 17.05 Все на Матч!
- 17.35 Смешанные единоборства. Bellator. [16+]
- 19.45 Все на Матч!
- 20.20 Смешанные единоборства. UFC. [16+]
- 22.20 Десятка! [16+]
- 22.50 Все на Матч!
- 23.25 Гандбол. Чемпионат мира. Женщины. 1/4 финала.
- 01.20 Все на Матч!
- 01.50 РФПЛ. Live. [12+]
- 02.20 Россия футбольная. [12+]
- 02.55 Футбол. Чемпионат Англии. «Хаддерсфилд» — «Челси».
- 04.55 Все на Матч!

Рен-ТВ

- 05.00 Территория заблуждений. [16+]
- 06.00, 11.00 Документальный проект. [16+]
- 07.00 С бодрым утром! [16+]
- 08.30 Новости. [16+]
- 09.00 Военная тайна. [16+]
- 12.00 112. [16+]
- 12.30 Новости. [16+]
- 13.00 Загадки человечества. [16+]
- 14.00 Роллербол. [16+]
- 15.55 112. [16+]
- 16.30 Новости. [16+]
- 17.00 Тайны Чапман. [16+]
- 18.00, 02.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
- 19.00 112. [16+]
- 19.30 Новости. [16+]
- 20.00 Маска Зорро. [12+]
- 22.30 Водить по-русски. [16+]
- 23.00 Новости. [16+]
- 23.25 Загадки человечества. [16+]
- 00.30 Эш против зловещих мертвецов. [18+]
- 03.00 Тайны Чапман. [16+]
- 04.00 Территория заблуждений. [16+]

СТС/ТВ-7

- 06.00, 07.00 Смешарики. [0+]
- 06.40 Новаторы. [6+]
- 07.25 Три кота. [0+]
- 07.40 Команда турбо. [0+]
- 08.05 Семейка Крудс. Начало. [6+]
- 09.00 Nota bene. [16+]
- 09.30, 22.30 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
- 11.00 Одноклассники. [16+]
- 12.30 Два отца и два сына. [16+]
- 13.30 Nota bene. [16+]
- 14.00 Восемидесятые. [16+]
- 15.00, 18.00 Отель «Элеон». [16+]
- 17.00 Воронины. [16+]
- 19.00 Nota bene. Обратная связь. Постскриптум. [16+]
- 20.00 Психологини. [16+]
- 21.00 Одноклассники. Новый поворот. [16+]
- 00.00 «Уральские пельмeни». Любимое. [16+]
- 00.30 Nota bene. [16+]
- 01.00 Это любовь. [16+]
- 01.30 Крик-2. [16+]
- 03.45 Побег из курятника. [0+]
- 05.20 Осторожно: дети! [16+]
- 05.50 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

- 06.00 Сегодня утром.
- 08.00 Разведчики. [16+]
- 09.00 Новости дня.
- 09.15 Разведчики. [16+]
- 10.00 Военные новости.
- 10.05 Разведчики. [16+]
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 Разведчики. [16+]
- 14.00 Военные новости.
- 14.05 Разведчики. [16+]
- 14.20 Фронт без флангов. [12+]
- 18.00 Новости дня.
- 18.40 Легенды госбезопасности. [16+]
- 19.35 Легенды армии. [12+]
- 20.20 Теория заговора. [12+]
- 20.45 Улика из прошлого. [16+]
- 21.35 Особая статья. [12+]
- 23.00 Новости дня.
- 23.15 Звезда на «Звезде». [6+]
- 00.00 Фронт за линией фронта. [12+]
- 03.25 Нежный возраст. [6+]

ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. [0+]
- 09.30, 10.00, 17.35, 18.10 Слепая. [12+]
- 10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
- 11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
- 13.30 Охотники за привидениями. [16+]
- 14.00 Сверхъестественный отбор. [16+]
- 15.00 Мистические истории. [16+]
- 18.40, 19.30, 20.30 Касл. [12+]
- 21.15, 22.15 Кости. [12+]
- 23.00 Плохая компания. [16+]

ТНТ-Абакан

- 07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 07.30 Мамина школа. [0+]
- 08.00 ТНТ. Best. [16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. [16+]
- 10.30 Дом-2. Остров любви. [16+]
- 12.00 СашаТаня. [16+]
- 14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 14.30 Реальные пацаны. [16+]
- 19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 19.15 Гость on-line. [12+]
- 19.30 Улица. [16+]
- 20.00 Ольга. [16+]
- 21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 21.30 Скажите честно. [12+]
- 22.00 Импровизация. [16+]
- 23.00 Адаптация. [16+]
- 00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
- 01.00 Дом-2. После заката. [16+]
- 02.00 Импровизация. [16+]
- 03.00 Stand up. [16+]
- 05.00 Comedy Woman. [16+]

ТВ-Центр

- 06.00 Настроение.
- 08.00 Доктор И... [16+]
- 08.35 Командир корабля. [12+]
- 10.35 Любовь Соколова. Без грима. [12+]
- 11.30 События.
- 11.50 Гранчестер. [16+]
- 13.40 Мой герой. [12+]
- 14.30 События.
- 14.50 Город новостей.
- 15.05 Миссис Брэдли. [12+]
- 17.00 Естественный отбор. [12+]
- 17.50 Женщина в беде. [12+]
- 19.40 События.
- 20.00 Петровка, 38.
- 20.20 Право голоса. [16+]
- 22.00 События.
- 22.30 Осторожно, мошенники! [16+]
- 23.05 Политтехнолог Ванга. [16+]
- 00.00 События.
- 00.35 Хроники московского быта. [12+]
- 01.25 Атаман Краснов и генерал Власов. [12+]
- 02.15 Отпуск. [16+]
- 04.05 Миссис Брэдли. [12+]

Мир

- 06.00, 16.15, 17.10, 18.05 Возвращение Мухтара-2. [16+]
- 07.30 Доброе утро, мир! [16+]
- 08.35 Нет проблем. [16+]
- 10.00 Любимые актёры. [12+]
- 10.30, 13.15 Мама — детектив. [12+]
- 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
- 14.00, 03.00 Дела семейные. Новые истории. [16+]
- 19.20 Маша в законе-2. [16+]
- 21.15 Отдел 44. [16+]
- 23.10 Средний род, единственное число. [16+]
- 01.00 Острова. [16+]
- 04.00 Мафиоза. [16+]

Че

- 05.30 100 великих. [16+]
- 07.00 Дорожные войны. [16+]
- 07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
- 08.30 Антиколлекторы. [16+]
- 09.00 Решала. [16+]
- 10.00 Дорожные войны. [16+]
- 10.15 Талантливый мистер Рипли. [16+]
- 13.00 Чужой район. [16+]
- 16.30 Антиколлекторы. [16+]
- 17.30 Паук. [16+]
- 19.30 Решала. [16+]
- 21.30 Предел риска. [16+]
- 23.30 Побег-2. [16+]
- 01.15 Паук. [16+]
- 03.15 Антиколлекторы. [16+]
- 04.10 Дорожные войны. [16+]

НТВ

- 05.00, 06.05 Хвост. [16+]
- 06.00 Сегодня.
- 07.00 Деловое утро НТВ. [12+]
- 09.00, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
- 10.00 Сегодня.
- 11.20 Подозреваются все. [16+]
- 12.00 Свидетели. [16+]
- 13.00 Сегодня.
- 13.25 Чрезвычайное происшествие.
- 14.00 Место встречи. [16+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.30 Место встречи. [16+]
- 17.00 Специальный выпуск. [16+]
- 18.00 Ментовские войны. [16+]
- 19.00 Сегодня.
- 19.40 Чужое лицо. [16+]
- 21.50 Казнить нельзя помиловать. [16+]
- 23.55 Итоги дня.
- 00.25 Идея на миллион. [12+]
- 01.50 Квартирный вопрос. [0+]
- 02.50 Хожение по мукам. [0+]
- 04.25 Поедем, поедим! [0+]

Общественное телевидение России

- 05.30 Активная среда. [12+]
- 05.45 Отражение. [12+]
- 09.05, 14.05, 01.05 Прав!Да? [12+]
- 10.00, 16.05, 19.20, 02.00 Большая страна. Возможность. [12+]
- 10.45, 16.45, 18.45, 03.35 Активная среда. [12+]
- 11.00 Российский гербарий. Запретный плод. [12+]
- 11.30, 18.05, 04.50 Календарь. [12+]
- 12.15 Культурный обмен. [12+]
- 12.55 Гербы России. Елец. [12+]
- 13.05, 20.05, 02.40 Хранимые судьбой. [12+]
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости. Человечество. История всех нас. [12+]
- 17.15 Фигура речи. [12+]
- 17.45 Гербы России. Герб Истры. [12+]
- 21.00 Отражение. [12+]
- 03.45 Гербы России. Герб Подольска. [12+]
- 04.00 Большая наука. [12+]

История

- 05.25, 02.20 Битва против Рима. [12+]
- 07.30, 04.25 Генерал звёздных войн. [12+]
- 08.25 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм второй. [12+]
- 09.20 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. [12+]
- 10.20 Луна. Секретная зона. [12+]
- 11.15 Мамонты. Гиганты ледникового периода. [12+]
- 12.10 Такой хоккей нам не нужен. Николай Озеров. [12+]
- 13.05 Места силы. Каньон Чако. [12+]
- 14.05 СССР. Империя наоборот. Армения. [12+]
- 15.00 Знакомство с древними римлянами. Фильм первый. [12+]
- 16.15 Александр Третий. Сильный, державный... [12+]
- 17.15 Сокровища мира. Тайна Стоунхенджа. [12+]
- 18.15 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм первый. [12+]
- 19.10 Загадка Кельтской гробницы. [12+]
- 20.10 Муза и генерал. Секретный роман Эйтингона. [12+]
- 21.10 Осада Масады. [12+]
- 22.15 Советская империя. Ле-докол «Ленин». [12+]
- 23.10 Места силы. Тамплиеры. [16+]
- 00.20 Последние дни Анны Болейн. [12+]
- 01.25 СССР. Империя наоборот. Казахстан. [12+]

**Русский иллюзион**

- 06.35 Ленинградец. [16+]
08.25 И не было лучше брата. [16+]
09.55 Гороскоп на удачу. [12+]
11.35 Золотой телёнок. [12+]
12.20, 14.15, 02.05, 03.50
Крупным планом. [16+]
12.45 Заяц над бездной. [16+]
14.35 В стиле Jazz. [16+]
16.15 Золотой телёнок. [12+]
17.05 Миннесота. [16+]
18.45 Рита. [16+]
20.20 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
22.15 Артистка. [16+]
00.00 Золотой телёнок. [12+]
00.50 Истинные происшествия. [16+]
02.25 Превращение. [16+]
04.10 Возвращение. [12+]

Русский роман

- 07.00 Прошлым летом в Чулимске. [12+]
08.25 Верни меня. [12+]
11.30 Новый старый дом. [12+]
13.25 Ночная фиалка. [12+]
15.05 Сила любви. [12+]
18.30 Как выйти замуж за миллионера. [12+]
22.00 Простить за всё. [12+]
23.45 Два мгновения любви. [12+]
01.30 Будет светлым день. [12+]
04.45 Верни меня. [12+]

Иллюзион+

- 05.20 Апокалипсис. [16+]
07.30 Обитель проклятых. [16+]
09.20 Девятки. [16+]
10.55 Не бойся темноты. [16+]
12.30 Право на убийство. [16+]
14.10 Ложь и иллюзии. [16+]
15.40 Заложник. [16+]
17.30 Плохой лейтенант. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.05 Игра в имитацию. [16+]
23.00 Мелкие мошенники. [16+]
00.30 Боксёр. [16+]
02.00 Помни (Мементо). [16+]
03.50 Сексоголик. [18+]

Disney

- 06.35 Спасатели. [6+]
08.15 Музыка на Канале Disney. [6+]
09.00 Солнечные зайчики. [0+]
09.15 101 далматинец. [6+]
09.45 Русалочка. [6+]
10.15 Чип и Дейл спешат на помощь. [6+]
10.45 Лило и Стич. [0+]
11.10 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
12.05 Узнавайка. [0+]
16.00 Тимон и Пумба. [6+]
17.00 7 гномов. [6+]
18.55 Рапунцель. Новая история. [6+]
19.20 Утиные истории. [6+]
19.50 Закон Мерфи. [12+]
20.20 Псевдокот. [12+]
20.50 Гравити Фолз. [12+]
22.15 Финес и Ферб. [6+]
23.30 Мультячки. Байки Мэтра. [0+]
00.15 История игрушек. Забытые времена. [6+]
00.40 Утиные истории. [6+]
01.30 Отель «Трансильвания». [12+]
03.00 Жизнь Харли. [6+]
04.00 Однажды в сказке. [12+]
04.55 Лёд в сердце. [6+]

Дом кино

- 05.45 Верные друзья. [0+]
07.30 Кухня. [16+]
10.00 Вокзал для двоих. [12+]
12.30 Женитьба Балзамина. [6+]
14.10 Француз. [16+]
16.10 Кухня. [16+]
19.10 Практика. [12+]
23.00 Укротительница тигров. [12+]
00.50 Дайте жалобную книгу. [0+]
02.30 Летучая мышь. [12+]

TV 1000

- 05.50 Кристина. [16+]
08.00 Академия вампиров. [12+]
10.10, 21.40 Младенец на \$30 000 000. [16+]
12.35 Зимняя спячка. [12+]
16.15 Останься со мной. [16+]
18.05 Академия вампиров. [12+]
20.05 Одна встреча. [16+]
00.10 Елизавета. [16+]
02.30 Гонка. [16+]
04.50 Корабль-призрак. [16+]

Мульт

- 05.00, 10.00 Машины сказки.
05.35, 11.30, 15.00, 20.00, 00.30 Маша и Медведь.
06.00 Волшебный фонарь.
06.20, 15.55, 20.50 Летящие звери.
06.30, 09.30 Бумажки.
07.00, 16.30, 21.00 Друзья на все времена.
07.35, 12.00, 17.00, 21.30, 02.30 Фиксики.
08.00, 12.30, 17.30, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.30, 13.00, 18.00, 22.30, 03.25 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 13.25 Лео и Тиг.
10.25 Малышарики.
10.50 Деревяшки.
11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.25 Барбоскины.
13.50, 17.25, 21.55 Дракоша Тоша.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.25, 20.25 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
18.25 Сказочный патруль.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
23.00 Сказочный патруль.
00.00 Сказка на ночь.
01.25 Гора Самоцветов.
01.55 Везуха!
04.00 Лео и Тиг.

Пятница!

- 05.00 Пятница News. [16+]
05.30 Олигарх-ТВ. [16+]
06.30 Орёл и решка. Кру-госветка. [16+]
07.30 Утро Пятницы. [16+]
09.30 Школа доктора Комаровского. [16+]
10.00 Адская кухня. [16+]
12.00 Орёл и решка. Пере-загрузка. [16+]
15.00 Орёл и решка. Рай и ад-2. [16+]
16.00 Орёл и решка. Рай и ад. [16+]
19.00 Хулиганы. Спецвыпуск. [16+]
21.00 Секретный миллионер. [16+]
23.20 Сверхъестественное. [16+]
01.00 Пятница News. [16+]
01.30 Сверхъестественное. [16+]
03.10 Сотня. [16+]

Записки будущей мамы**Тесты на активность**

От шевелений малыша, который девять месяцев является частичкой тебя, замирает сердце. Иногда прислушиваешься и ждёшь, что же последует за лёгким движением ручки или за бодрым пиночком, иногда вздрагиваешь от неожиданности, поражаясь, как может полутора-двухкилограммовая кроха вот так ударить тебя изнутри. В третьем триместре все движения малыша становятся осязаемее, а по их характеру можно определить, как он себя чувствует.

Рената ЛЕТОВА

Женщинам рекомендуют проводить тесты шевеления плода и даже выдают специальные дневники, где беременная ежедневно отмечает время, за которое малыш совершил десять шевелений. Точка отсчёта — девять часов утра. В идеале до обеда малыш брыкается, барахтается и тянется с десяток раз. Одним шевелением считается однократное движение либо группа движений, после которых наблюдается определённое затишье. Если ребёнок совершает десять шевелений приблизительно к одному и тому же времени, значит, с ним всё в порядке.

— Резкие, внезапные и бурные шевеления могут свидетельствовать о том, что в конкретный момент произошло что-то нехорошее: испугалась мама, испытала стресс и так далее, — рассказывает гинеколог женской консультации № 1 республиканского клинического перинатального центра Виктория Шумилова. — Вскоре встревоженный ребёнок успокаивается и начинает двигаться нормально. Если ребёнок не возвращается к обычному ритму или перестаёт шевелиться вовсе, стоит обратиться к врачу. Активность малышек зависит и от их темперамента. У одной и той же женщины первый и второй ребёнок могут вести себя по-разному. На характер шевелений влияет и то, испытывает ли малыш дискомфорт: голодная мама, нехватка кислорода... Движения крохи при дискомфорте могут усиливаться, так и ослабеть.

К концу третьего триместра матка начинает готовиться к родам, а плод, масса которого значительно увеличилась, вставляет головку в малый таз. Малышу становится сложнее быстро шевелиться — и сам



Врач женской консультации республиканского перинатального центра Виктория Шумилова учит своих пациенток не нервничать: ведь каждый стресс беременной женщины отражается на состоянии малыша. Кроха, совершая определённые движения, может подсказывать маме, комфортно ей или нет.

ФОТО: АНАСТАСИЯ ПАЧИНА, «ХАКАСИЯ»

большой, и места недостаточно. Малютка редко меняет положение, занятое к 35 неделям беременности. Тазовое предлежание, как правило, остаётся тазовым, головное — головным. Бывают чудеса, когда и в 39 недель малыш переворачивается и занимает правильное положение в материнской утробе.

— Если во втором триместре ребёнок часто лежит головкой вверх, врачи не акцентируют на этом внимание, — отмечает Виктория Алексеевна. Неделям к 35 — 36 он должен занять правильное положение, расположив головку вниз. В противном случае женщину направят на кесарево сечение. Раньше эта операция не была настолько распространена из-за отсутствия качественного обезболивания, поэтому гинекологи применяли наружный поворот. Сейчас врачи не рискуют вмешиваться в ситуацию с неправильным положением плода, потому что эффективность процедуры не слишком высока. Такими манипуляциями врач может запутать ребёнка в пуповине или спровоцировать отслойку плаценты.

Выход в таком случае один — гимнастика под руководством инструктора ЛФК, который работает здесь же, в женской консультации. Если в 38 недель положение ребёнка не изменилось, будущую мамочку госпитализируют.

Ещё одно отклонение, которое волнует женщин — обвитие пуповины вокруг тела, шеи,

ручки или ножки. Пуповинные узлы не являются показанием к кесареву сечению.

— Многие вполне нормально рождаются с таким обвитием, длины пуповины обычно хватает, чтобы появиться на свет без каких-либо последствий для здоровья, — говорит врач. — Оперативное вмешательство требуется лишь тогда, когда, помимо обвития пуповины, есть признаки страдания плода: кислородное голодание, эпизоды брадикардии (редкого сердцебиения). Ситуации, когда ребёнок погибает из-за затянувшейся пуповины, достаточно редки.

Напоследок поговорим про тонус матки. Это мышечный орган, который в любой момент может прийти в состояние возбуждения. Тонус матки возникает на протяжении всего периода беременности. Зачастую это не говорит о том, что есть угроза прерывания беременности. В третьем триместре матка приходит в тонус чаще, начинает тренироваться перед родами. Однократные незначительные сокращения не влияют на состояние ребёнка. Если же появляются болевые ощущения, усиливается их интенсивность, необходимо обратиться к врачу. Специалист решит, есть ли угроза и требуется ли направлять женщину на сохранение. Поэтому так важно рассказывать лечащему врачу об изменениях в своём состоянии и в поведении ребёнка внутри утробы.

Абакан



СОВЕТУЕМ
ПОСМОТРЕТЬ
СЕГОДНЯ



Предел риска [16+]

Сентябрь 2008 года. Мировой экономический кризис уже начался, но Америка ещё не знает, какая катастрофа ждёт впереди, и только группа топ-менеджеров на Уолл-Стрит ищет рецепт спасения. Это были самые страшные часы в их жизни.

► Че, 10.50

РТС

- 06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
- 09.00 Мультимир. [6+]
- 09.25 РТС. Вопрос дня. [16+]
- 09.40 На кухне у Марты. [16+]
- 10.00 РТС. Новости. [16+]
- 10.30 Психосоматика. 3-я серия. [16+]
- 10.55 Мультимир. [6+]
- 11.20 Метод Лавровой. 23-я и 24-я серии. [16+]
- 13.00 РТС. Новости. [16+]
- 13.10 Дни ангела. 3-я и 4-я серии. [16+]
- 14.40 РТС. Регион 19. [16+]
- 14.55 В мире животных. [12+]
- 15.30 Неизвестная планета. [16+]
- 16.00 РТС. Новости. [16+]
- 16.10 РТС. Солбан. [16+]
- 16.20 Метод Лавровой. 25-я и 26-я серии. [16+]
- 17.55 Неравный брак. 61-я и 62-я серии. [16+]
- 19.30 РТС. Новости. [16+]
- 20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]
- 20.15 Горячий снег. [12+]



Фильм рассказывает об одном из эпизодов героического сражения против фашистов на подступах к Сталинграду, в котором в полной мере проявились стойкость и сила духа русских солдат, защищавших родную землю.



Фильм рассказывает об одном из эпизодов героического сражения против фашистов на подступах к Сталинграду, в котором в полной мере проявились стойкость и сила духа русских солдат, защищавших родную землю.

Домашний

- 05.35 6 кадров. [16+]
- 06.00 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
- 07.00 РТС. Новости. [16+]
- 07.30 6 кадров. [16+]
- 08.00 По делам несовершеннолетних. [16+]
- 11.00 Давай разведёмся! [16+]
- 14.00 Тест на отцовство. [16+]
- 16.00 Понять. Простить. [16+]
- 17.05 Самара. [16+]
- 18.00 Топ-шоп. [16+]
- 18.15 РТС. Действующие лица. [16+]
- 18.30 РТС. Новости. [16+]
- 19.00 Дыши со мной. Счастье взаимны. [16+]
- 20.50 Самара. [16+]
- 22.40 Свадебный размер. [16+]
- 23.40 6 кадров. [16+]
- 00.00 РТС. Новости. [16+]
- 00.30 Хорошие руки. [16+]
- 03.40 Братские узы. [16+]

Первый

- 05.00 Доброе утро.
- 09.00 Новости.
- 09.15 Контрольная закупка. [12+]
- 09.50 Жить здорово! [12+]
- 10.55 Модный приговор. [12+]
- 12.00 Новости.
- 12.15 Бабий бунт. [16+]
- 12.50 Время покажет. [16+]
- 15.00 Новости.
- 15.15 Давай поженимся! [16+]
- 17.00 Время покажет. [16+]
- 16.00 Мужское / Женское. [16+]
- 18.00 Вечерние новости.
- 18.45 На самом деле. [16+]
- 19.50 Пусть говорят. [16+]
- 21.00 Время.
- 21.35 Серебряный бор. [16+]
- 23.35 Вечерний Ургант. [16+]
- 00.10 Ночные новости.
- 00.20 Время покажет. [16+]
- 01.20 Мужское / Женское. [16+]
- 02.25, 03.05 Модный приговор. [12+]
- 03.00 Новости.
- 03.35 Давай поженимся! [16+]
- 04.25 Контрольная закупка. [12+]

Россия-К

- 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
- 06.35 Пряничный домик.
- 07.05 Легенды мирового кино.
- 07.35 Пешком...
- 08.05 Правила жизни.
- 08.35, 22.55 Аббатство Даунтон.
- 09.30 Мхатчики. Театр времён Олега Ефремова.
- 10.15, 18.05 Наблюдатель.
- 11.10, 00.40 XX век.
- 12.15 Гений.
- 12.45 Чарлз Диккенс.
- 12.55 Искусственный отбор.
- 13.35 Эволюция человека. Как мы здесь оказались?
- 14.30, 22.20 Дворцы взорвать и ухаживать...
- 15.10 Балет «Анна Каренина».
- 16.40 Португалия. Замок слёз.
- 17.05 Ближний круг Юрия Норштейна.
- 19.00 Эрмитаж.
- 19.45 Главная роль.
- 20.00 Загадочный предок из каменного века.
- 20.55 Спокойной ночи, малыши!
- 21.10 Правила жизни.
- 21.40 Абсолютный слух.
- 00.00 План Маршалла.
- 01.40 Концерт «Формула успеха!»
- 02.40 Цвет времени.

Пятый

- 05.00, 09.00 Известия.
- 05.10 Тени исчезают в полдень. 6-я и 7-я серии. [12+]
- 07.30 Особенности национальной охоты в зимний период. [16+]
- 09.25 Солдаты-11. [16+]
- 13.00, 22.00 Известия.
- 13.25 Страх в твоём доме. Стерильные люди. [16+]
- 14.20 Страх в твоём доме. Разорванные отношения. [16+]
- 15.15 Страх в твоём доме. В плену у близких. [16+]
- 16.05 Детективы. Грузовичок с секретом. [16+]
- 16.45 Детективы. Великий комбинатор. [16+]
- 17.25 Детективы. Хочу вам помочь. [16+]
- 18.00 След. Ноу-хау. [16+]
- 18.45 След. История на миллион долларов. [16+]
- 19.35 След. Экстрасенс. [16+]
- 20.20 След. Два взрыва. [16+]
- 21.10 След. Предрасудок. [16+]
- 22.30 След. Крутые парни. [16+]
- 23.20 След. Семейка Адамова. [16+]
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск.
- 00.30 По семейным обстоятельствам. [12+]
- 03.10 Формула любви. [12+]

Россия-1

- 05.00, 09.15 Утро России.
- 05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
- 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
- 09.00 Вести.
- 09.55 О самом главном. [12+]
- 11.00 Вести.
- 11.40 Вести-Хакасия.
- 12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
- 13.00 60 минут. [12+]
- 14.00 Вести.
- 14.40 Вести-Сибирь.
- 15.00 Морозова. [12+]
- 17.00 Вести.
- 17.40 Хабарлар-Хакасия.
- 18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
- 19.00 60 минут. [12+]
- 20.00 Вести.
- 20.45 Вести-Хакасия.
- 21.00 Тайны следствия-17. [12+]
- 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
- 01.50 Семейные ценности. [12+]

Матч!

- 05.25 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) — «Боливар» (Аргентина).
- 07.25 Линомания. [16+]
- 09.05 К2. Касаясь неба. [16+]
- 10.10 «Спартак» — ЦСКА. Live. [12+]
- 10.30 Великие моменты в спорте. [12+]
- 11.00, 11.25, 12.55, 15.00, 17.55, 20.00, 22.45 Новости.
- 11.05 Бешеная Сушка. Дневник. [12+]
- 11.30 Все на Матч!
- 13.00 Футбол. Чемпионат Германии. «Вольфсбург» — «Лейпциг». Все на Матч!
- 15.35 Футбол. Чемпионат Германии. «Майнц» — «Боруссия» (Дортмунд).
- 17.35 Комментаторы. [12+]
- 18.00 Футбол. Чемпионат мира среди клубов. 1/2 финала. Все на Матч!
- 20.45 Профессиональный бокс. [16+]
- 22.55, 04.55 Все на Матч!
- 23.25 Хоккей. Евротур. «Кубок Первого канала». Канада — Южная Корея.
- 01.55 Утомлённые слабой. [12+]
- 02.25 Обзор Английского чемпионата. [12+]
- 02.55 Футбол. Чемпионат Англии. «Манчестер Юнайтед» — «Борнмут».

Рен-ТВ

- 05.00, 09.00 Территория заблуждений. [16+]
- 06.00, 11.00 Документальный проект. [16+]
- 07.00 С бодрым утром! [16+]
- 08.30 Новости. [16+]
- 12.00 112. [16+]
- 12.30 Новости. [16+]
- 13.00 Загадки человечества. [16+]
- 14.00 Маска Зорро. [12+]
- 16.05 112. [16+]
- 16.30 Новости. [16+]
- 17.00 Тайны Чапман. [16+]
- 18.00, 02.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
- 19.00 112. [16+]
- 19.30 Новости. [16+]
- 20.00 Легенда Зорро. [16+]
- 22.30 Смотриеть всем! [16+]
- 23.00 Новости. [16+]
- 23.25 Загадки человечества. [16+]
- 00.30 Эш против зловещих мертвецов. [18+]
- 03.00 Тайны Чапман. [16+]
- 04.00 Территория заблуждений. [16+]

СТС/ТВ-7

- 06.00 Смешарики. [0+]
- 06.40 Новаторы. [6+]
- 07.00, 07.40 Команда турбо. [0+]
- 07.25 Три кота. [0+]
- 08.05 Семейка Крудс. Начало. [6+]
- 09.00 Nota bene. [16+]
- 09.30, 23.15 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
- 11.00 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
- 12.30 Два отца и два сына. [16+]
- 13.30 Nota bene. [16+]
- 14.00 Восемидесятые. [16+]
- 15.00, 18.00 Отель «Элеон». [16+]
- 17.00 Воронины. [16+]
- 19.00 Nota bene. [16+]
- 20.00 Психологини. [16+]
- 21.00 Призрак. [6+]
- 00.30 Nota bene. [16+]
- 01.00 Это любовь. [16+]
- 01.30 Крик-3. [16+]
- 03.40 Век Адалин. [16+]
- 05.45 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

- 06.00 Сегодня утром.
- 08.00 Разведчики. [16+]
- 09.00 Новости дня.
- 09.15 Разведчики. [16+]
- 10.00 Военные новости.
- 10.05 Разведчики. [16+]
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 Разведчики. [16+]
- 14.00 Военные новости.
- 14.05 Разведчики. [16+]
- 14.20 Фронт за линией фронта. [12+]
- 18.00 Новости дня.
- 18.40 Легенды госбезопасности. [16+]
- 19.35 Последний день. [12+]
- 20.20 Специальный репортаж. [12+]
- 20.45 Секретная папка. [12+]
- 21.35 Процесс. [12+]
- 23.00 Новости дня.
- 23.15 Звезда на «Звезде». [6+]
- 00.00 Фронт в тылу врага. [12+]
- 03.10 Подвиг Одессы. [6+]

ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. [0+]
- 09.30, 10.00, 17.35, 18.10 Слепая. [12+]
- 10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
- 11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
- 13.30 Охотники за привидениями. [16+]
- 14.00 Сверхъестественный отбор. [16+]
- 15.00 Мистические истории. [16+]
- 18.40, 19.30, 20.30 Касл. [12+]
- 21.15, 22.15 Кости. [12+]
- 23.00 Война дронов. [16+]

ТНТ-Абакан

- 07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 07.30 Скажите честно. [12+]
- 08.00 ТНТ. Best. [16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. [16+]
- 11.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
- 12.00 СашаТаня. [16+]
- 14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 19.15 Гость on-line. [12+]
- 19.30 Улица. [16+]
- 20.00 Ольга. [16+]
- 21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 21.35 Абакан. Родом из 30-х. [6+]
- 22.00 Однажды в России. [16+]
- 23.00 Адаптация. [16+]
- 00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
- 01.00 Дом-2. После заката. [16+]
- 02.00 Импровизация. [16+]
- 03.00 Stand up. [16+]
- 05.00 Comedy Woman. [16+]

ТВ-Центр

- 06.00 Настроение.
- 08.00 Доктор И... [16+]
- 08.35 Неоконченная повесть. [12+]
- 10.30 Римма и Леонид Марковы. На весах судьбы. [12+]
- 11.30 События.
- 11.50 Гранчестер. [16+]
- 13.40 Мой герой. [12+]
- 14.30 События.
- 14.50 Город новостей.
- 15.05 Миссис Брэдли. [12+]
- 17.00 Естественный отбор. [12+]
- 17.50 Женщина в беде. [12+]
- 19.40 События.
- 20.00 Петровка, 38.
- 20.20 Право голоса. [16+]
- 22.00 События.
- 22.30 Линия защиты. [16+]
- 23.05 Дикая деньги. [16+]
- 00.00 События.
- 00.35 Хроники московского быта. [12+]
- 01.25 Карьера охранника Демьянюка. [16+]
- 02.15 Лекарство против страха. [12+]
- 04.05 Миссис Брэдли. [12+]

Мир

- 06.00, 16.15, 17.10, 18.05 Возвращение Мухтара-2. [16+]
- 07.00 Достучаться до звёзд. [12+]
- 07.30 Доброе утро, мир! [16+]
- 08.35 Нет проблем. [16+]
- 10.00, 13.15, 19.20 Маша в законе-2. [16+]
- 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
- 14.00, 03.00 Дела семейные. Новые истории. [16+]
- 21.15 Отдел 44. [16+]
- 23.10 Ой, мороз, мороз! [12+]
- 01.10 Средний род, единственное число. [16+]
- 04.00 Мафиоза. [16+]

Че

- 05.00 100 великих. [16+]
- 07.00 Дорожные войны. [16+]
- 07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
- 08.30 Решала. [16+]
- 10.30 Дорожные войны. [16+]
- 10.50 Предел риска. [16+]
- 13.00 Чужой район. [16+]
- 16.30 Антиколлекторы. [16+]
- 17.30 Паук. [16+]
- 19.30 Решала. [16+]
- 21.30 Двойное наказание. [16+]
- 23.30 Побег-2. [16+]
- 01.10 Паук. [16+]
- 03.10 Антиколлекторы. [16+]
- 04.00 Дорожные войны. [16+]

НТВ

- 05.00, 06.05 Хвост. [16+]
- 06.00 Сегодня.
- 07.00 Деловое утро НТВ. [12+]
- 09.00, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
- 10.00 Сегодня.
- 11.20 Подозреваются все. [16+]
- 12.00 Свидетели. [16+]
- 13.00 Сегодня.
- 13.25 Чрезвычайное происшествие.
- 14.00 Место встречи. [16+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.30 Место встречи. [16+]
- 17.00 Специальный выпуск. [16+]
- 18.00 Ментовские войны. [16+]
- 19.00 Сегодня.
- 19.40 Чужое лицо. [16+]
- 21.50 Казнить нельзя помиловать. [16+]
- 23.55 Итоги дня.
- 00.25 Идея на миллион. [12+]
- 01.50 Дачный ответ. [0+]
- 02.50 Хожение по мукам. [0+]
- 04.20 Поедем, поедим! [0+]

Общественное телевидение России

- 05.30 Активная среда. [12+]
- 05.45 ОТРажение. [12+]
- 09.05, 14.05, 01.05 ПравьДа? [12+]
- 10.00, 16.05, 19.20, 02.00 Большая страна. Общество. [12+]
- 10.45, 16.45, 18.45, 03.35 Активная среда. [12+]
- 11.00 Россия далее везде. Архитектор Мельников. [12+]
- 11.30, 18.05, 04.50 Календарь. [12+]
- 12.10 За дело! [12+]
- 13.05, 20.05, 02.40 Хранимые судьбой. [12+]
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
- 15.05 Человечество. История всех нас. [12+]
- 17.15 Моя история. [12+]
- 17.45 Гербы России. Герб Подольска. [12+]
- 21.00 ОТРажение. [12+]
- 03.45 Гербы России. Герб Сергиева Посада. [12+]
- 04.00 Большая наука. [12+]

История

- 05.20, 23.30 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм второй. [12+]
- 06.15, 01.30 Гробница Чингисхана. Раскрыта тайна. [12+]
- 07.20, 02.30 Луна. Секретная зона. [12+]
- 08.10, 03.25 Мамонты. Гиганты ледникового периода. [12+]
- 09.05, 04.20 Такой хоккей нам не нужен. Николай Озеров. [12+]
- 10.00 СССР. Империя наоборот. Армения. [12+]
- 10.50 Знакомство с древними римлянами. Фильм первый. [12+]
- 12.00 Александр Третий. Сильный, державный... [12+]
- 13.00 Сокровища мира. Тайна Стоунхенджа. [12+]
- 13.55 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм первый. [12+]
- 14.45 Загадка Кельтской гробницы. [12+]
- 15.45 Муза и генерал. Секретный роман Эйтингона. [12+]
- 16.40 Осада Масады. [12+]
- 17.40 Советская империя. Лебедок «Ленин». [12+]
- 18.35 Места силы. Тамплиеры. [16+]
- 19.35 СССР. Империя наоборот. Казахстан. [12+]
- 20.30 Битва против Рима. [12+]
- 22.35 Генерал звездных войн. [12+]
- 00.20 Тайные общества. Наследники тамплиеров. [16+]

Подготовила
Елена
ЛЕОНЧЕНКО



ГАЗЕТА «ХАКАСИЯ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:
WWW.FACEBOOK.COM/GAZETA19.RU
OK.RU/GAZETA19RU

ЧЕТВЕРГ
№№ 231 – 232 (23588 – 23589)
7 ДЕКАБРЯ 2017 ГОДА

Русский иллюзион

- 06.00 Гарпастум. [16+]
08.00, 11.20, 17.00, 20.30, 22.10 Крупным планом. [16+]
08.15 Миннесота. [16+]
09.45 Рита. [16+]
11.40 Золотой телёнок. [12+]
12.35 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
14.30 Артистка. [16+]
16.15 Золотой телёнок. [12+]
17.20 Заяц над бездной. [16+]
19.00 В стиле Jazz. [16+]
20.50 Истинные происшествия. [16+]
22.30 Превращение. [16+]
00.00 Капкан. [16+]
00.50 Белая белая ночь. [16+]
02.55 Мужская женская игра. [16+]
04.30 И не было лучше брата. [16+]

Русский роман

- 08.00 Новый старый дом. [12+]
09.40 Ночная фиалка. [12+]
11.10 Сила любви. [12+]
14.50 Как выйти замуж за миллионера. [12+]
18.30 Простить за всё. [12+]
20.15 Два мгновения любви. [12+]
22.00 Будет светлым день. [12+]
01.25 Мой чужой ребёнок. [12+]
03.10 Время собирать. [12+]
04.45 Новый старый дом. [12+]

Иллюзион+

- 05.35 Заложник. [16+]
07.30 Плохой лейтенант. [16+]
09.30 Игра в имитацию. [16+]
11.20 Мелкие мошенники. [16+]
12.55 Боксёр. [16+]
14.25 Помни (Мemento). [16+]
16.15 Девятки. [16+]
17.55 Не бойся темноты. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.15 Право на убийство. [16+]
23.00 Ложь и иллюзии. [16+]
00.30 Бандиты. [16+]
02.30 Приливы. [16+]
04.15 Девятки. [16+]

Disney

- 06.40 Спасатели в Австралии. [0+]
08.15 Музыка на Канале Disney. [6+]
09.00 Солнечные зайчики. [0+]
09.15 101 далматинец. [6+]
09.45 Русалочка. [6+]
10.15 Чип и Дейл спешат на помощь. [6+]
10.45 Лило и Стич. [0+]
11.10 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
12.05 Узнавайка. [0+]
16.00 Тимон и Пумба. [6+]
17.00 Сорвиголовка Кик Бутовски. [12+]
18.55 С приветом по планетам. [12+]
19.50 Закон Мерфи. [12+]
20.20 Псевдокот. [12+]
20.50 Рапунцель. Новая история. [6+]
21.15 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
22.15 Утиные истории. [6+]
22.40 Гравити Фолз. [12+]
23.30 Упс... Ной уплыл! [6+]
01.15 Гравити Фолз. [12+]
03.00 Жизнь Харли. [6+]
04.00 Однажды в сказке. [12+]
04.45 Однажды ночью. [6+]

Дом кино

- 05.10 Старый Новый год. [12+]
07.30 Кухня. [16+]
10.05 Летучая мышь. [12+]
12.40 Дайте жалобную книгу. [0+]
14.20 Укротительница тигров. [12+]
16.10 Кухня. [16+]
19.10 Практика. [12+]
23.00 Девчата. [0+]
00.50 Высота. [0+]
02.35 Одиноким предоставляется общежитие. [12+]
04.15 Мужики!.. [6+]

TV 1000

- 06.25 Гений. [18+]
08.15 Пока не сыграл в ящик. [12+]
10.10 Правила съёма. Метод Хитча. [12+]
12.30 Пробуждение. [12+]
14.55 Гонка. [16+]
17.20 Елизавета. [16+]
19.50 Правила съёма. Метод Хитча. [12+]
22.10 Пока не сыграл в ящик. [12+]
00.10 Загадочная история Бенджамина Баттона. [16+]
03.35 Прости за любовь. [16+]

Пятница!

- 05.00 Пятница News. [16+]
05.30 Олигарх-ТВ. [16+]
06.30 Орёл и решка. Круассетка. [16+]
07.30 Утро Пятницы. [16+]
09.30 Школа Доктора Комаровского. [16+]
10.00, 19.00 Адская кухня. [16+]
12.00 Орёл и решка. Перегрузка. [16+]
15.00 Орёл и решка. Рай и Ад-2. [16+]
21.00 Секретный миллионер. [16+]
23.20 Сверхъестественное. [16+]
01.00 Пятница News. [16+]
01.30 Сверхъестественное. [16+]
03.10 Сотня. [16+]

Мульт

- 05.00, 10.00 Машины сказки.
05.20, 11.30, 15.00, 20.00, 00.30 Маша и Медведь.
06.00 Волшебный фонарь.
06.20, 15.55, 20.50 Летящие звери.
06.30, 09.30 Бумажки.
07.00, 16.30, 21.00 Друзья на все времена.
07.30, 12.00, 17.00, 21.30, 02.30 Фиксики.
08.00, 12.35, 17.35, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.30, 13.00, 18.00, 22.30, 03.25 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00, 04.00 Лео и Тиг.
10.35 Малышарики.
10.45, 12.30, 17.30 Дракоша Тоша.
10.50 Деревяшки.
11.00, 14.00, 19.00, 23.30, 04.30 Барбоскины.
13.25, 18.25, 23.00 Скалочный патруль.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.25, 20.25 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
00.00 Сказка на ночь.
01.25 Гора Самоцветов.
01.55 Везуха! [6+]

Советы по поводу. Как сохранить сердце здоровым

Для «мотора» — курага и кешью

Сердце — один из самых главных органов человека. Это своеобразный насос, «качающий» кровь в сосудистую систему. От его правильной работы, а также всей сердечно-сосудистой системы зависит состояние органов и всего организма. Собственно говоря, от этого же зависит качество жизни и её продолжительность.

В условиях стресса, нагрузок, плохой экологии и неправильного питания сердцу необходима особая забота. О том, как сохранить его здоровым, рассказывает врач-кардиолог Усть-Абаканской районной больницы Ольга Демакова.

— К сожалению, мы чаще всего не обращаем должного внимания на свой главный орган, который нужно беречь смолоду. В Хакасии в 2016 году зарегистрировано 13148 случаев заболеваний сердечно-сосудистой системы. Из них впервые установлен диагноз 1928 жителям республики, включая детей и подростков.

Факторы, приводящие к сбоям в работе сердца: наследственность, пол (мужчины страдают заболеваниями сердца чаще), возраст (чем старше человек, тем больше риск сердечного недуга), нарушение липидного обмена, повышенный уровень холестерина, нарушение метаболизма углеводов, сахарный диабет, артериальная гипертензия, психоэмоциональные нагрузки, стрессы, вредные привычки (курение, алкоголь), неправильное питание, гиподинамия. На первые три фактора мы повлиять не можем. Борьба же с остальными факторами в нашей власти.

К неправильной работе нашего «мотора» ведёт употребление острой, жареной, жирной, слишком солёной пищи. А к заболеваниям приводит чрезмерное употребление белковой пищи, сладостей, а также кофеинсодержащих напитков (чай, кофе), алкоголя. Неприятные ощущения, боли в сердце, учащённый пульс



Кардиолог Ольга Демакова: «Ко мне на приём приходят 70 процентов женщин и лишь 30 процентов мужчин. Чаще обращаются с нарушением ритма, ишемической болезнью сердца». ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА ОЛЬГИ ДЕМАКОВОЙ

в спокойном состоянии, одышка, удушье — если присутствует хотя бы один из этих симптомов, нужно обязательно обратиться к врачу.

В негативных условиях сердце словно «задыхается». Сердечная мышца должна получать необходимое питание и выводить токсические вещества. При повышенной нагрузке потребность в питании выше. Если к миокарду плохо поступает (или совсем не поступает) кровь, то можно говорить об ишемической болезни сердца (ИБС). В таком состоянии оно не получает достаточное количество кислорода, а при прекращении притока крови к миокарду питание кислородом полностью прекращается. В то же время токсические вещества, образующиеся при работе сердца, не выводятся. Это может происходить из-за спазма или закупорки сосудов сердца склеротическими отложениями.

Пять простых правил для здоровья сердца:

1. Не курить.
2. Следить за своим питанием. Оно должно быть разнообразным, исключая чрезмерное потребление жирного и сладкого.
3. Двигаться. Необходимо проходить пешком около трёх километров в день.
4. Регулярно измерять артериальное давление. Перепады

давления — серьёзный повод обратиться к кардиологу.

5. Измерять уровень холестерина в крови (особенно после 40 лет).

Для правильной работы сердца необходимо питать свой организм витаминами, калием и магнием, в случае заболеваний — помогать сердечной мышце насыщаться кислородом.

Рассмотрим небольшой перечень продуктов, которые нужно употреблять для правильной работы сердечно-сосудистой системы.

Калий содержится в кураге, свежем картофеле (желательно варить в кожуре), винограде, изюме, бананах, тыкве, фасоли.

Магний есть в гречке, рисе, геркулесе, в орехах (кешью и кунжут), тыквенных и подсолнечных семечках, молоке, оливках, пшеничных отрубях, морской капусте, икре горбуши. Эти продукты необходимо включать в рацион не реже трёх раз в неделю.

По назначению врача для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний можно принимать препараты, содержащие необходимые для сердца минералы, — ангиопротекторы. Дословно этот термин переводится как «защита для сосудов».

Необходимо контролировать уровень холестерина в крови. Его норма не выше 5 ммоль/л. В настоящее время во всём мире меняется отношение к болезни и профилактике заболеваний, здоровом образе жизни. Слово «болезнь» уходит на второй план. Всё больше люди задумываются о профилактике заболеваний, здоровом образе жизни. Конечно, это не должно превращаться в культ здоровья и тела. И всё же легче предотвратить болезнь, чем бороться с её последствиями.

На заметку

Проверить работу сердца жители республики могут во время диспансеризации или профосмотра в поликлинике по месту жительства. Кроме того, в Центре здоровья (работает на базе республиканского Центра восстановительной медицины и реабилитации по адресу: Абакан, Хакасская, 26а, тел. 8 (3902) 215-142) специалист на аппарате «Кардиовизор» сможет установить, есть ли у вас риск развития сердечно-сосудистой патологии. При её наличии следует обратиться к участковому терапевту, который выдаст вам направление к кардиологу.



СОВЕТУЕМ
ПОСМОТРЕТЬ
СЕГОДНЯ



Летучая мышь [12+]

Фильм по оперетте Иоганна Штрауса. Однажды жена узнаёт о том, что муж изменяет ей. Не желая терять своего благоверного, она принимает решение появиться на балу в костюме «летучей мыши», чтобы... снова влюбить в себя собственного мужа.

► Звезда, 02.40

РТС

- 06.00 РТС. Утро Хакасии. [16+]
- 09.00 Мультимир. [6+]
- 09.25 РТС. Вопрос дня. [16+]
- 09.40 На кухне у Марты. [16+]
- 10.00 РТС. Новости. [16+]
- 10.30 Психосоматика. 4-я серия. [16+]
- 10.55 Мультимир. [6+]
- 11.20 Метод Лавровой. 25-я и 26-я серии. [16+]
- 13.00 РТС. Новости. [16+]
- 13.10 Горячий снег. [12+]
- 14.55 В мире животных. [12+]
- 15.30 Неизвестная планета. [16+]
- 16.00 РТС. Новости. [16+]
- 16.10 Кто прав? [16+]
- 16.20 Метод Лавровой. 27-я и 28-я серии. [16+]
- 17.55 Неравный брак. 63-я и 64-я серии. [16+]
- 19.30 РТС. Новости. [16+]
- 20.00 РТС. Вопрос дня. [16+]
- 20.15 РТС. Территория 02. [16+]
- 20.25 За витриной универмага. [12+]



Заведующий секцией готового платья Михаил Иванович Крылов, в прошлом майор Советской Армии, вступает в конфликт с директором швейной фабрики Анной Андреевой, к которой имеет весьма аргументированные претензии по поводу пошива продукции. Раздражение скоро переходит во взаимную симпатию. Но тут появляются жулики, которые стараются опорочить доброе имя заведующего секцией, и Анна приходит ему на помощь.

22.15 Фильмы о фильмах. Кино-легенды. 22-я серия. [16+]

23.00 РТС. Новости. [16+]

23.30 Неравный брак. 61-я и 62-я серии. [16+]

01.00 Неизвестная планета. [16+]

01.30 РТС. Ночной эфир. [16+]

Домашний

- 05.35 6 кадров. [16+]
- 06.00 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
- 07.00 РТС. Новости. [16+]
- 07.30 6 кадров. [16+]
- 08.00 По делам несовершеннолетних. [16+]
- 11.00 Давай разведемся! [16+]
- 14.00 Тест на отцовство. [16+]
- 16.00 Понять. Простить. [16+]
- 17.05 Самара. [16+]
- 18.00 Топ-шоп. [16+]
- 18.15 РТС. Возвращение. [16+]
- 18.30 РТС. Новости. [16+]
- 19.00 Дыши со мной. Счастые взаимны. [16+]
- 20.50 Самара. [16+]
- 22.40 Свадебный размер. [16+]
- 23.40 6 кадров. [16+]
- 00.00 РТС. Новости. [16+]
- 00.30 Хорошие руки. [16+]
- 03.35 Братские узы. [16+]

Первый

- 05.00 Доброе утро.
- 09.00 Новости.
- 09.15 Контрольная закупка. [12+]
- 09.50 Жить здорово! [12+]
- 10.50 Модный приговор. [12+]
- 12.00 Новости.
- 12.05 Модный приговор. [12+]
- 12.40 На самом деле. [16+]
- 13.45 Пусть говорят. [16+]
- 14.55 Время покажет. [16+]
- 16.00 Пресс-конференция Президента Российской Федерации Владимира Путина. Прямая трансляция.
- 19.00 Новости.
- 19.15 Время покажет. [16+]
- 21.00 Время.
- 21.30 Серебряный бор. [16+]
- 23.40 Кубок Первого канала по хоккею 2017 г. Сборная России — сборная Швеции. Трансляция из Москвы.
- 02.00 Мужское / Женское. [16+]
- 02.50, 03.05 Модный приговор. [12+]
- 03.00 Новости.
- 03.55 Давай поженимся! [16+]

Россия-К

- 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.45 Новости культуры.
- 06.35 Пряничный домик.
- 07.05 Легенды мирового кино.
- 07.35 Пешком...
- 08.05 Правила жизни.
- 08.35, 22.55 Аббатство Даунтон.
- 09.30 Мхатчики. Театр времён Олега Ефремова.
- 10.15, 18.05 Наблюдатель.
- 11.10, 00.40 XX век.
- 12.10 Хулиган с душой поэта.
- 12.55 Абсолютный слух.
- 13.35 Загадочный предок из каменного века.
- 14.30, 22.20 Дворцы взорвать и ухаживать...
- 15.10 Чайка. Музыкальный фильм.
- 16.40 Россия, любовь моя!
- 17.05 Линия жизни.
- 19.00 Эрмитаж.
- 19.45 Главная роль.
- 20.05 Удивительное превращение тираннозавра.
- 20.55 Спокойной ночи, малыши!
- 21.10 Правила жизни.
- 21.40 Энигма.
- 00.00 Формула невероятности академика Колмогорова.
- 01.40 Михаил Плетнёв и Российский национальный оркестр.
- 02.40 Цвет времени.

Пятый

- 05.00, 09.00 Известия.
- 05.10 Мультфильм. [10+]
- 05.25 Солдаты-11. 1 — 12-я серии. [16+]
- 13.00, 22.00 Известия.
- 13.25 Страх в твоём доме. Кровавая муза. [16+]
- 14.20 Страх в твоём доме. Цена победы. [16+]
- 15.15 Страх в твоём доме. Кровавинка ты наша. [16+]
- 16.05 Детективы. Всё просто. [16+]
- 16.45 Детективы. Разрыв. [16+]
- 17.25 Детективы. Опасный клоун. [16+]
- 18.00 След. Русалочка. [16+]
- 18.45 След. Формула любви. [16+]
- 19.40 След. Потанцуй со мной. [16+]
- 20.25 След. Чистильщик. [16+]
- 21.10 След. Море любви. [16+]
- 22.30 След. Меньше знаешь... [16+]
- 23.20 След. Бросок копыя. [16+]
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск.
- 00.30 Детективы. [16+]

Россия-1

- 05.00, 09.15 Утро России.
- 05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
- 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
- 09.00 Кюгле, чир-суум!
- 09.20 Чир-суум.
- 09.55 О самом главном. [12+]
- 11.00 Вести.
- 11.40 Вести-Хакасия.
- 12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]
- 13.00, 02.50 60 минут. [12+]
- 14.00 Морозова. [12+]
- 15.00 Вести.
- 15.40 Вести-Сибирь.
- 16.00 Пресс-конференция Президента Российской Федерации Владимира Путина. Прямая трансляция.
- 19.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
- 20.00 Вести.
- 20.45 Вести-Хакасия.
- 21.00 Тайны следствия-17. [12+]
- 23.15 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
- 01.50 Морозова. [12+]

Матч!

- 05.25 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) — «Шанхай» (Китай).
- 07.25 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. «Марица» (Болгария) — «Динамо-Казань» (Россия).
- 09.25 Скандинавский характер. [16+]
- 10.30 Великие моменты в спорте. [12+]
- 11.00, 12.55, 15.30, 18.00, 21.45 Новости.
- 11.05 Все на Матч!
- 13.00 Обзор Английского чемпионата. [12+]
- 13.30 Футбол. Чемпионат Англии. «Ливерпуль» — «Вест Бромвич».
- 15.35 Все на Матч!
- 16.00 Футбол. Чемпионат Англии. «Суонси» — «Манчестер Сити».
- 18.05 Футбол. Чемпионат мира среди клубов. 1/2 финала. Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины.
- 21.55, 03.55 Все на Матч!
- 23.00 Хоккей. Евротур. «Кубок Первого канала». Россия — Швеция.
- 01.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Уникаха» (Испания) — «Химки» (Россия).
- 04.30 Волейбол. Чемпионат мира среди клубов. Мужчины. «Зенит-Казань» (Россия) — «Скра» (Польша).

Рен-ТВ

- 05.00 Территория заблуждений. [16+]
- 06.00, 09.00 Документальный проект. [16+]
- 07.00 С бодрым утром! [16+]
- 08.30 Новости. [16+]
- 12.00 112. [16+]
- 12.30 Новости. [16+]
- 13.00 Загадки человечества. [16+]
- 14.00 Легенда Зорро. [16+]
- 16.00 112. [16+]
- 16.30 Новости. [16+]
- 17.00 Тайны Чапман. [16+]
- 18.00, 02.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
- 19.00 112. [16+]
- 19.30 Новости. [16+]
- 20.00 Мэверик. [12+]
- 22.30 Смотриеть всем! [16+]
- 23.00 Новости. [16+]
- 23.25 Загадки человечества. [16+]
- 00.30 Эш против зловещих мертвецов. [18+]
- 03.00 Тайны Чапман. [16+]
- 04.00 Территория заблуждений. [16+]

СТС/ТВ-7

- 06.00 Смешарики. [0+]
- 06.40 Новаторы. [6+]
- 07.00, 07.40 Команда турбо. [0+]
- 07.25 Три кота. [0+]
- 08.05 Семейка Крудс. Начало. [6+]
- 09.00 Nota bene. [16+]
- 09.30, 22.45 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
- 10.15 Призрак. [6+]
- 12.30 Два отца и два сына. [16+]
- 13.30 Nota bene. [16+]
- 14.00 Восьмидесятые. [16+]
- 15.00, 18.00 Отель «Элеон». [16+]
- 17.00 Воронины. [16+]
- 19.00 Nota bene. Постскриптом. [16+]
- 20.00 Психологини. [16+]
- 21.00 Корпоратив. [16+]
- 00.15 «Уральские пельмении». Любимое. [16+]
- 00.30 Nota bene. [16+]
- 01.00 Это любовь. [16+]
- 01.30 Век Адалин. [16+]
- 03.35 Осторожно: дети! [16+]
- 05.30 Музыка на СТС. [16+]

Звезда

- 06.00 Сегодня утром.
 - 08.00 Разведчицы. [16+]
 - 09.00 Новости дня.
 - 09.15 Разведчицы. [16+]
 - 10.00 Военные новости.
 - 10.05 Разведчицы. [16+]
 - 13.00 Новости дня.
 - 13.15 Разведчицы. [16+]
 - 14.00 Военные новости.
 - 14.05 Разведчицы. [16+]
 - 14.50 Фронт в тылу врага. [12+]
 - 18.00 Новости дня.
 - 18.40 Легенды госбезопасности. [16+]
 - 19.35 Легенды космоса. [6+]
 - 20.20 Теория заговора. [12+]
 - 20.45 Код доступа. [12+]
 - 21.35 Процесс. [12+]
 - 23.00 Новости дня.
 - 23.15 Звезда на «Звезде». [6+]
 - 00.00 Собачье сердце. [12+]
- Профессор Преображенский ставит смелые опыты, пытается превратить собаку Шарика в человека. В результате действительно получается некто Шариков. Но, к сожалению, опыт доказывает, что собаке лучше оставаться собакой.*
- 02.40 Летучая мышь. [12+]
 - 05.25 Пять дней в Северной Корее. [12+]

ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. [0+]
 - 09.30, 10.00, 17.35, 18.10 Слепая. [12+]
 - 10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. [12+]
 - 11.30, 12.30 Не ври мне. [12+]
 - 13.30 Охотники за привидениями. [16+]
 - 14.00 Сверхъестественный отбор. [16+]
 - 15.00 Мистические истории. [16+]
 - 18.40, 19.30, 20.30 Касл. [12+]
 - 21.15, 22.15 Кости. [12+]
 - 23.00 Чемпионат России по сериалам. [16+]
 - 00.00 Лучшие из лучших. Без предупреждения. [16+]
- Русская мафия совершила дерзкое злодеяние: преступники угнали грузовик с бумагой для печати банкнот, а также похитили диск с цифровой копией долларов. Диск случайно попадает в руки каратиста Томми Ли, который тут же становится мишенью для гангстеров.*
- 01.45 Сны. [16+]

ТНТ-Абакан

- 07.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 07.35 Абакан. Родом из 30-х. [6+]
- 08.00 ТНТ. Best. [16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. [16+]
- 10.30 Дом-2. Остров любви. [16+]
- 12.00 СашаТаня. [16+]
- 14.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 14.30 Реальные пацаны. [16+]
- 19.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 19.15 Гость on-line. [12+]
- 19.30 Улица. [16+]
- 20.00 Ольга. [16+]
- 21.00 Сегодня в Абакане. [12+]
- 21.30 Явный покупатель. [12+]
- 22.00 Шоу «Студия Союз». [16+]
- 23.00 Адаптация. [16+]
- 00.00 Дом-2. Город любви. [16+]
- 01.00 Дом-2. После заката. [16+]
- 02.00 Импровизация. [16+]
- 03.00 ТНТ-Club. [16+]
- 03.05 Stand up. [16+]
- 05.00 Comedy Woman. [16+]

ТВ-Центр

- 06.00 Настроение.
- 08.10 Доктор И... [16+]
- 08.45 Мы с Вами где-то встречались. [12+]
- 10.35 Мария Миронова и её любимые мужчины. [12+]
- 11.30 События.
- 11.50 Гранчестер. [16+]
- 13.40 Мой герой. [12+]
- 14.30 События.
- 14.55 Город новостей.
- 15.10 Петровка, 38.
- 15.25 Женская логика. [12+]
- 17.35 Женщина в беде. [12+]
- 19.40 События.
- 20.00 Петровка, 38.
- 20.20 Право голоса. [16+]
- 22.00 События.
- 22.30 Обложка. [16+]
- 23.05 Список Фурцевой. [12+]
- 00.00 События.
- 00.35 90-е. [16+]
- 01.25 Адольф Гитлер. Двойная жизнь. [12+]
- 04.20 Горячий снег. [16+]
- 04.20 Роковой курс. Триумф и гибель. [12+]
- 05.20 Смех с доставкой на дом. [12+]

Мир

- 06.00, 16.15, 17.10, 18.05 Возвращение Мухтара-2. [16+]
- 07.00 Наше кино. История большой любви. [12+]
- 07.30 Доброе утро, мир! [16+]
- 08.35 Нет проблем. [16+]
- 10.00, 13.15, 19.20 Маша в законе-2. [16+]
- 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
- 14.00, 02.55 Дела семейные. Новые истории. [16+]
- 21.15 Отдел 44. [16+]
- 23.10 Последний приказ генерала. [16+]
- 01.00 Ой, мороз, мороз! [12+]
- 03.55 Мафиоза. [16+]

Че

- 05.00 100 великих. [16+]
- 07.00 Дорожные войны. [16+]
- 07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
- 08.30 Решала. [16+]
- 10.30 Дорожные войны. [16+]
- 10.50 Двойное наказание. [16+]
- 12.45 Чужой район. [16+]
- 16.30 Антиколлекторы. [16+]
- 17.30 Паук. [16+]
- 19.30 Решала. [16+]
- 21.30 Список контактов. [16+]
- 23.30 Побег-2. [16+]
- 01.10 Паук. [16+]
- 03.10 Антиколлекторы. [16+]
- 04.00 Дорожные войны. [16+]

НТВ

- 05.00, 06.05 Хвост. [16+]
- 06.00 Сегодня.
- 07.00 Деловое утро НТВ. [12+]
- 09.00, 10.25 Возвращение Мухтара. [16+]
- 10.00 Сегодня.
- 11.20 Подозреваются все. [16+]
- 12.00 Свидетели. [16+]
- 13.00 Сегодня.
- 13.25 Чрезвычайное происшествие.
- 14.00 Место встречи. [16+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.30 Место встречи. [16+]
- 17.00 Специальный выпуск. [16+]
- 18.00 Ментовские войны. [16+]
- 19.00 Сегодня.
- 19.40 Чужое лицо. [16+]
- 21.50 Казнить нельзя помиловать. [16+]
- 23.55 Итоги дня.
- 00.25 Идея на миллион. [12+]
- 01.50 Нашпотребнадзор. [16+]
- 02.50 Хожение по мукам. [0+]
- 04.40 Поедем, поедим! [0+]

Общественное телевидение России

- 05.30 Активная среда. [12+]
- 05.45 Отражение. [12+]
- 09.05, 14.05, 01.05 ПравьДа? [12+]
- 10.00, 19.20, 02.00 Большая страна. Люди. [12+]
- 10.45, 03.35 Активная среда. [12+]
- 11.00 Россия далее везде. Лебединое озеро. [12+]
- 11.30, 04.50 Календарь. [12+]
- 12.15 Легенды Крыма. Мать павшей династии. [12+]
- 12.40 Гамбургский счёт. [12+]
- 13.05, 20.05, 02.40 Хранимые судьбой. [12+]
- 14.00, 19.00 Новости.
- 15.00 Новости.
- 15.05 Человечество. История всех нас. [12+]
- 16.00 Пресс-конференция Президента Российской Федерации Владимира Путина. Прямая трансляция.
- 21.00 Отражение. [12+]
- 03.45 Гербы России. Герб Плёса. [12+]
- 04.00 Большая наука. [12+]

История

- 05.15, 01.25 Места силы. Каньон Чако. [12+]
- 06.20, 02.25 СССР. Империя наоборот. Армения. [12+]
- 07.10, 03.20 Знакомство с древними римлянами. Фильм первый. [12+]
- 08.20, 04.30 Александр Третий. Сильный, державный... [12+]
- 09.20 Сокровища мира. Тайна Стоунхенджа. [12+]
- 10.10 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм первый. [12+]
- 11.05 Загадка Кельтской гробницы. [12+]
- 12.05 Муза и генерал. Секретный роман Эйтингона. [12+]
- 12.55 Осада Масады. [12+]
- 13.55 Советская империя. Ледокол «Ленин». [12+]
- 14.50 Места силы. Тамплиеры. [16+]
- 15.50 СССР. Империя наоборот. Казахстан. [12+]
- 16.45 Битва против Рима. [12+]
- 18.50 Генерал звездных войн. [12+]
- 19.45 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм второй. [12+]
- 20.35 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. [12+]
- 21.40 Луна. Секретная зона. [12+]
- 22.35 Мамонты. Гиганты ледникового периода. [12+]
- 23.30 Такой хоккей нам не нужен. Николай Озеров. [12+]
- 00.20 Тайные общества. Шифр иллюминатов. [12+]

**Русский иллюзион**

05.55, 09.20, 11.10, 12.20, 15.30 Крупным планом. [16+]
06.15 Гороскоп на удачу. [12+]
07.50 Заяц над бездной. [16+]
09.40 В стиле Jazz. [16+]
11.30 Золотой телёнок. [12+]
12.40 Истинные происшествия. [16+]
14.05 Превращение. [16+]
15.50 Капкан. [16+]
16.45 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
18.40 Артистка. [16+]
20.20 Белая, белая ночь. [16+]
22.25 Мужская женская игра. [16+]
00.00 Капкан. [16+]
00.50 Русский треугольник. [16+]
02.45 Я хочу туфли. [16+]
04.25 Миннесота. [16+]

Русский роман

06.25 Ночная фиалка. [12+]
08.05 Сила любви. [12+]
11.20 Как выйти замуж за миллионера. [12+]
15.15 Простить за всё. [12+]
16.55 Два мгновения любви. [12+]
18.40 Будет светлым день. [12+]
22.00 Мой чужой ребёнок. [12+]
23.45 Время собирать. [12+]
01.30 Под знаком луны. [12+]
04.45 Сила любви. [12+]

Иллюзион+

05.50 Плохой лейтенант. [16+]
07.50 Не бойся темноты. [16+]
09.25 Право на убийство. [16+]
11.00 Ложь и иллюзии. [16+]
12.30 Бандиты. [16+]
14.30 Приливы. [16+]
16.05 Игра в имитацию. [16+]
18.00 Мелкие мошенники. [16+]
19.30 Интерактивная викторина. [16+]
21.10 Боксёр. [16+]
22.40 Помни (Мементо). [16+]
00.30 Ирландец. [16+]
02.15 Добро пожаловать в капкан. [16+]
03.50 Мгла. [18+]

Disney

06.40 Я буду дома к Рождеству. [12+]
08.20 Музыка на канале Disney. [6+]
09.00 Солнечные зайчики. [0+]
09.15 101 далматинец. [6+]
09.45 Русалочка. [6+]
10.15 Чип и Дейл спешат на помощь. [6+]
10.45 Лило и Стич. [0+]
11.10 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
12.05 Узнавайка. [0+]
16.00 Тимон и Пумба. [6+]
17.00 Кид vs Кэт. [6+]
18.55 Утиные истории. [6+]
19.20 Рапунцель. Новая история. [6+]
19.50 Закон Мёрфи. [12+]
20.20 Псевдокот. [12+]
20.50 Финес и Ферб. [6+]
22.15 Гравити Фолз. [12+]
23.30 Жил был кот. [6+]
01.30 Это моя комната! [0+]
02.45 Правила стиля. [6+]
03.00 Жизнь Харли. [6+]
04.00 Однажды в сказке. [12+]
04.55 Я буду дома к Рождеству. [12+]

Дом кино

06.05 Старик Хоттабыч. [12+]
07.30 Кухня. [16+]
10.00 Ералаш.
10.40 Приходи на меня посмотреть... [12+]
12.40 Высота. [0+]
14.20 Девчата. [0+]
16.10 Кухня. [16+]
19.10 Практика. [12+]
23.00 Призрак. [6+]
01.10 Мамы-3. [12+]
03.00 Перекрёсток. [12+]

TV 1000

06.00 Затмение. [18+]
08.05 Необычайные приключения Адель. [12+]
10.10 Певец на свадьбе. [12+]
12.05 Прости за любовь. [16+]
14.25 Загадочная история Бенджамина Баттона. [16+]
17.45 Необычайные приключения Адель. [12+]
19.50 Пробуждение. [12+]
22.15 Певец на свадьбе. [12+]
00.10 Пианист. [16+]
03.05 Ярмарка тщеславия. [12+]

Пятница!

05.00 Пятница News. [16+]
05.30 Олигарх-ТВ. [16+]
06.30 Орёл и решка. Кругосветка. [16+]
07.30 Утро Пятницы. [16+]
09.30 Школа доктора Комаровского. [16+]
10.00 Адская кухня. [16+]
12.00 Орёл и решка. Перегрузка. [16+]
15.00 Орёл и решка. Рай и Ад-2. [16+]
21.00 Секретный миллионер. [16+]
23.20 Сверхъестественное. [16+]
01.00 Пятница News. [16+]
01.30 Сверхъестественное. [16+]

Мульт

05.00, 10.00 Машины сказки.
05.25, 11.30, 15.00, 20.00, 00.35 Маша и Медведь.
06.00 Волшебный фонарь.
06.25, 15.55, 20.55 Летящие звери.
06.30, 09.30 Бумажки.
07.00, 16.30, 21.00 Друзья на все времена.
07.30, 12.00, 17.05, 21.30, 02.30 Фиксики.
08.00, 12.30, 17.30, 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
08.30, 13.00, 18.00, 22.30, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
09.00 Лео и Тиг.
10.25 Малышарики.
10.50 Деревяшки.
11.00, 14.00, 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
12.25 Дракоша Тоша.
13.25 Сказочный патруль.
14.30 Ми-Ми-Мишки.
15.25, 20.25 Смешарики.
16.00, 02.00 Бумажки.
18.25, 23.00, 04.00 Сказочный патруль.
19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
19.55 Дракоша Тоша.
00.00 Сказка на ночь.
01.25 Гора Самоцветов.
01.55 Везуха!

Личный опыт. Ещё раз о тёплых грядках

Не бойтесь экспериментов

Не экспериментировать, не пытаться вырастить что-нибудь особенное — без этого жизнь огородника, садовода, цветовода невозможна.

Нина ИНЬШИНА

Вспомним, каким был дачный ассортимент ещё в незапамятные годы, на заре садоводческого движения в Хакасии. Из плодовых — ранетки, из ягодных — смородина да малина, цветы — самые скромные. А сейчас? Что только не растёт на грядках! Культуры, о которых прежде и слыхом не слыхивали. Появились разнообразные виды капусты, корнеплодов. Продвинутые огородники с успехом выращивают и неженку-вигну (китайскую фасоль), и полуметровой длины (бывают и длиннее!) дайконы, и разную заморскую зелень. А уж о бахчевых в двух словах и не скажешь. Не одни только огурцы да тыква, но и арбузы, дыни, мордику, мелотрию, цитроны...

Одним из экспериментов можно считать и строительство тёплых грядок. Этот способ позволяет создавать свой плодородный слой. При этом утилизируются различные остатки от древесных, остающихся после обрезки, до осенних листьев и стеблей цветов.

Раньше мы создавали компостные кучи, а теперь предлагаем строить компостные грядки. Чтобы плодородный слой наращивался из года в год, грядка эксплуатируется пять-шесть лет, и каждый год в неё подсыпается новый слой ботвы, листья, травы и так далее. Можно начать с одной-двух компостных грядок, и если понравится, то полностью

**В компостных грядках, ограниченных досками, устанавливается особый микроклимат. А при поливе вода не растекается по дорожкам.** ФОТО ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

перейти на такие грядки-короба. С ними не надо перекапывать весь огород — достаточно рыхлить только верхний слой. Не нужно переворачивать пласт — плодородный слой должен расти, а растёт он за счёт работы микроорганизмов, живущих в почве.

Грядка не заставляет гнуть спину при посадке и обработке. Её высота 15 — 25 сантиметров, ширина — до метра, длина произвольная. Во время работы можно пользоваться невысокой табуреткой или сидеть на бортике.

За сезон содержимое грядки перепревает, отдавая растениям питательные вещества. Если грядка ограничена досками, то внутри устанавливается особый микроклимат, земля становится очень рыхлой. Даже поливать много не нужно. Влага поступает непосредственно к корням растений, не растекается по дорожкам. Так же целенаправленно работают подкормки.

На собственном опыте убедилась в эффективности такой грядки. На ней отлично растут и плодоносят огурцы, перцы, баклажаны, капуста (сначала рас-

сада, позднее кочаны). Именно на такой грядке получила крупные головки цветной капусты и брокколи. Даже свёкла, и та на компостной грядке растёт лучше. А какой результат можно получить, если выращивать таким способом дыни или арбузы, другие южные растения!

Кроме того, тёплые грядки абсолютно бесплатны. С ними нет необходимости в парниках и теплицах. А сколько экономии сил и здоровья, ведь ухаживать за посадками значительно легче. Первую грядку мы построили не только из чистого любопытства — плодородие сада давалось недёшево. Теперь их уже три, и на этом эксперимент не завершается.

Лучше всего начать устраивать тёплую грядку осенью, когда много органики. Но и весной тоже годится — можно утилизировать древесные побеги после обрезки кустарников и деревьев, а сверху уложить сухую ботву и стебли цветов. Но для ускорения процесса надо это сырьё обильно полить, можно с добавлением мочевины или ЭМ-препаратов, ускоряющих перепревание.

Слово специалистам. Для сторонников традиционного земледелия

Курсы для продвинутых

В Национальной библиотеке имени Н.Г. Доможикова возобновились занятия клуба для местных садоводов и огородников «Продвинутый дачник».

Татьяна ГОЛОВКОВА

Тематический курс от ведущих специалистов Хакасии и юга Красноярского края рассчитан на сторонников традиционного земледелия, увлекающихся выращиванием плодовых растений, возделыванием огородных культур и цветов. Занятия проходят каждую вторую и четвертую субботу по адресу: г. Абакан, ул. Чертыгашева, 65. Начало — в 10.30. Вход свободный.

График занятий на декабрь и январь

Дата	Тема	Лектор
9.12	Виды почв. Оценка качества. Компоненты для улучшения почвы	Градобоева Н.А.
23.12	Плодовый сад. Принципы закладки. Ассортимент плодовых деревьев и кустарников	Пискунов Е.И.
20.01	Виноград	Рыкалин А.П.
27.01	Черенкование плодовых деревьев. Привои	Путинцев Ю.



Золотой глаз ^[12+]

Агент 007 отправляется в Россию на поиски террористов, захвативших управление секретным оружейным комплексом. Разработанное для уничтожения компьютерного оборудования, это оружие в руках негодяев превращается в инструмент давления на правительства разных стран.

► Че, 19.30



PTC

- 06.00 **PTC. Утро Хакасии.** ^[16+]
- 09.00 Мультимир. ^[6+]
- 09.25 **PTC. Вопрос дня.** ^[16+]
- 09.40 На кухне у Марты. ^[16+]
- 10.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 10.30 В мире животных. ^[12+]
- 10.55 Мультимир. ^[6+]
- 11.20 **Метод Лавровой. 27-я и 28-я серии.** ^[16+]
- 13.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 13.10 **За витриной универмага.** ^[12+]
- 14.40 Фильмы о фильмах. Кино-легенды. 22-я серия. ^[16+]
- 15.30 Неизвестная планета. ^[16+]
- 16.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 16.10 **PTC. Территория 02.** ^[16+]
- 16.20 **Метод Лавровой. 29-я и 30-я серии.** ^[16+]
- 17.55 **Неравный брак. 65-я и 66-я серии.** ^[16+]
- 19.30 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 20.00 **PTC. Вопрос дня.** ^[16+]
- 20.15 Редкие профессии. ^[16+]
- 20.40 **Человек, который познал бесконечность.** ^[16+]
Фильм рассказывает о жизни известного индийского математика-самоучки Сриниваса Рамануджана. В начале XX века Рамануджан живёт в городе Мадрас в Индии и работает чернорабочим, находясь на грани бедности. Его работодателя замечают, что Сриниваса обладает исключительными математическими навыками, и начинают использовать его для помощи в задачах по бухгалтерскому учёту. Сотрудники, обладающие высшим образованием, понимают, что его понимание математики значительно превосходит простые задачи, они советуют ему познакомиться с профессором математики в университетах. Одно письмо попадает к профессору Кембриджского университета Г.Х. Харди, и он решает связаться с Сринивасом.
- 22.30 Египта. Окно в Европу. ^[16+]
- 23.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 23.30 **Неравный брак. 63-я и 64-я серии.** ^[16+]
- 01.00 Неизвестная планета. ^[16+]
- 01.30 **PTC. Ночной эфир.** ^[16+]



Домашний

- 05.30 Джейми. Обед за 30 минут. ^[16+]
- 07.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 07.30 6 кадров. ^[16+]
- 07.40 По делам несовершеннолетних. ^[16+]
- 09.40 **Подземный переход.** ^[16+]
- 18.00 Топ-шоу. ^[16+]
- 18.15 **PTC. Загадочная Хакасия.** ^[16+]
- 18.30 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 19.00 **Дыши со мной. Счастье взаимны.** ^[16+]
- 20.50 Самара. ^[16+]
- 22.40 Москвички. ^[16+]
- 23.40 6 кадров. ^[16+]
- 00.00 **PTC. Новости.** ^[16+]
- 00.30 **Невеста на заказ.** ^[16+]
- 02.30 **Вопреки здравому смыслу.** ^[16+]
- 04.20 Жанна. ^[16+]



Первый

- 05.00 Доброе утро.
- 09.00 Новости.
- 09.15 Контрольная закупка. ^[12+]
- 09.50 Жить здорово! ^[12+]
- 10.55 Модный приговор. ^[12+]
- 12.00 Новости.
- 12.15 Бабий бунт. ^[16+]
- 12.50 Время покажет. ^[16+]
- 15.00 Новости.
- 15.15 Давай поженимся! ^[16+]
- 16.00 Мужское / Женское. ^[16+]
- 17.00 Время покажет. ^[16+]
- 18.00 Вечерние новости.
- 18.45 Человек и закон. ^[16+]
- 19.55 Поле чудес. ^[16+]
- 21.00 Время.
- 21.30 Сегодня вечером. ^[16+]
- 23.15 Вечерний Ургант. ^[16+]
- 00.05 Время покажет. ^[16+]
- 01.25 Голос. ^[12+]
- 03.30 **Полтергейст.** ^[16+]
- 05.15 Контрольная закупка. ^[12+]



Россия-К

- 06.30, 07.00, 07.30, 08.00, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новостид культуры.
- 06.35 Пряничный домик.
- 07.05 Легенды мирового кино.
- 07.35 Пешком...
- 08.05 Россия, любовь моя!
- 08.35 Тринадцать плюс...
- 09.15 Балахонский манер.
- 09.30 Гении и злодеи.
- 10.20 **Две встречи.**
- 12.00 Цвет времени.
- 12.15 План Маршалла.
- 12.55 Энигма. Василий Петренко.
- 13.35 Удивительное превращение тираннозавра.
- 14.30 Дворцы взорвать и уходить...
- 15.10 **Балет «Дама с собачкой».**
- 16.05 Фидий.
- 16.15 Царская ложка.
- 16.55 Письма из провинции.
- 17.30 Большая опера-2017.
- 19.00 Эрмитаж.
- 19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица».
- 21.50, 02.05 Искатели.
- 22.35 Линия жизни.
- 23.45 2 Верник 2.
- 00.35 Звёзды мировой сцены в гала-концерте на Марсовом поле в Париже.



Пятый

- 05.00, 09.00 Известия.
- 05.10 Мультфильм. ^[10+]
- 05.25 **Солдаты-11. 5 – 8-я серии.** ^[16+]
- 09.25 **Солдаты-12. 1 – 4-я серии.** ^[16+]
- 13.00 Известия.
- 13.25 **Детективы. Выстрел в парке.** ^[16+]
- 13.55 **Детективы. Пансионат.** ^[16+]
- 14.30 **Детективы. Блинчики от кутюр.** ^[16+]
- 15.00 **Детективы. Ключ от сейфа.** ^[16+]
- 15.35 **Детективы. Невестымыра.** ^[16+]
- 16.05 **След. Туфельки.** ^[16+]
- 16.55 **След. Любовь зла.** ^[16+]
- 17.40 **След. Алиментщик.** ^[16+]
- 18.30 **След. Китайский ресторан.** ^[16+]
- 19.15 **След. Скажи папе.** ^[16+]
- 20.00 **След. Бритва оккама.** ^[16+]
- 20.55 **След. Железное алиби.** ^[16+]
- 21.45 **След. Фокус.** ^[16+]
- 22.30 **След. Мёртвая хватка.** ^[16+]
- 23.20 **След. Море любви.** ^[16+]
- 00.05 Страх в твоём доме. ^[16+]



Россия-1

- 05.00, 09.15 Утро России.
- 05.07, 05.35, 06.07, 06.35 Хабарлар-Хакасия.
- 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
- 09.00 Азы чоохтазыг.
- 09.55 О самом главном. ^[12+]
- 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести.
- 11.40 Вести-Хакасия.
- 12.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. ^[12+]
- 13.00, 19.00 60 минут. ^[12+]
- 14.40 Вести-Сибирь.
- 15.00 **Морозова.** ^[12+]
- 17.40 Хабарлар-Хакасия.
- 18.00 Андрей Малахов. Прямой эфир. ^[16+]
- 20.45 Вести-Хакасия.
- 21.00 Юморина. ^[12+]
- 23.35 Торжественная церемония вручения российской национальной музыкальной премии. Трансляция из Государственного Кремлёвского дворца. ^[12+]
- 02.25 **Превратности судьбы.** ^[12+]



Матч!

- 06.30 Футбол. Чемпионат мира среди клубов. 1/2 финала.
- 10.30 Новостид культуры.
- 11.00, 11.25, 12.55, 15.10, 17.25, 18.55, 21.45, 02.50 Новости.
- 11.05 Бешеная Сушка. Дневник. ^[12+]
- 11.30 Все на Матч!
- 13.00 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины.
- 14.40 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. ^[12+]
- 15.15 Все на Матч!
- 15.55 Путь бойца. Александр Поветкин. ^[16+]
- 16.25 Профессиональный бокс. Лучшие бои Александра Поветкина. Кубок мира. Мужчины. Скелетон.
- 18.35 «Спартак» — ЦСКА. Live. ^[12+]
- 19.05 Все на Матч!
- 20.05 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины.
- 21.50 Все на футбол! Афиша. ^[12+]
- 22.20 Александр Поветкин. Лучшее. ^[16+]
- 22.30 Все на Матч!
- 23.00 Профессиональный бокс. Александр Поветкин против Кристиана Хаммера.
- 02.00, 03.00 Все на Матч!
- 02.20 Сильное шоу. ^[16+]
- 03.35 Баскетбол. Евролига. Мужчины. ЦСКА (Россия) — «Маккаби» (Израиль).



Рен-ТВ

- 05.00 Территория заблуждений. ^[16+]
- 06.00 Документальный проект. ^[16+]
- 07.00 С бодрым утром! ^[16+]
- 08.30 Новости. ^[16+]
- 09.00 Документальный проект. ^[16+]
- 12.00 112. ^[16+]
- 12.30 Новости. ^[16+]
- 13.00 Загадки человечества. ^[16+]
- 14.00 Засекреченные списки. ^[16+]
- 16.00 112. ^[16+]
- 16.30 Новости. ^[16+]
- 17.00 НЛО против военных! ^[16+]
- 19.00 112. ^[16+]
- 19.30 Новости. ^[16+]
- 20.00 Мы лишние! Последняя война человечества уже началась? ^[16+]
- 21.00 Что будет, если случится ядерная война? ^[16+]
- 23.00 **Вторжение.** ^[16+]
- 00.50 **Тумстоун. Легенда дикого запада.** ^[16+]
- 03.00 **Коктейль.** ^[16+]



СТС/ТВ-7

- 06.00 Смешарики. ^[10+]
- 06.40 Новаторы. ^[16+]
- 07.00, 07.40 Команда турбо. ^[10+]
- 07.25 Три кота. ^[10+]
- 08.05 Семейка Крудс. Начало. ^[16+]
- 09.00 Nota bene. ^[16+]
- 09.30, 18.30, 20.00 Шоу «Уральских пельменей». ^[16+]
- 10.45 **Корпоратив.** ^[16+]
- 12.30 **Два отца и два сына.** ^[16+]
- 13.30 Nota bene. ^[16+]
- 14.00 **Восьмидесятые.** ^[16+]
- 15.00 **Отель «Элеон».** ^[16+]
- 17.00 **Психологини.** ^[16+]
- 18.00 «Уральские пельмении». Любимое. ^[16+]
- 19.00 Nota bene. ^[16+]
- 21.00 **Штурм Белого дома.** ^[16+]
- 23.30 **Очень плохая училка.** ^[18+]
- 01.20 **Трудности перевода.** ^[16+]
- 03.15 **Четыре возраста любви.** ^[16+]
- 05.15 **Осторожно: дети!** ^[16+]
- 05.45 Музыка на СТС. ^[16+]



Звезда

- 06.10 **Непобедимый.** ^[16+]
Андрей Хромов одержим идеей создать особый вид борьбы — самооборону без оружия. И с этой целью едет в Среднюю Азию, где знакомится с народной борьбой кураш. За время пребывания он не раз попадает в трудные ситуации, из которых выходит с честью.
- 08.00 **Разведчицы.** ^[16+]
- 09.00 Новости дня.
- 09.15 **Разведчицы.** ^[16+]
- 10.00 Военные новости.
- 10.05 **Разведчицы.** ^[16+]
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 **Разведчицы.** ^[16+]
- 14.00 Военные новости.
- 14.05 **Разведчицы.** ^[16+]
- 15.00 Кремлёвцы. 100 лет без поражений. ^[12+]
- 16.05 **Похищение «Савойи».** ^[16+]
- 18.00 Новости дня.
- 18.40 **Берегите женщин.** ^[12+]
- 21.20 **Евдокия.** ^[12+]
- 23.00 Новости дня.
- 23.15 **Евдокия.** ^[12+]
- 23.50 Концерт «100 лет Кремлёвскому училищу». ^[12+]
- 00.50 **Охота на Вервольфа.** ^[16+]
- 04.55 **Горячая точка.** ^[12+]



ТВ-3

- 05.45 Мультфильмы. ^[10+]
- 09.30, 10.00, 17.35 **Слепая.** ^[12+]
- 10.30, 11.00, 16.00, 16.30, 17.00 Гадалка. ^[12+]
- 11.30, 12.30 Не ври мне. ^[12+]
- 13.30, 14.00, 14.30 **Охотники за привидениями.** ^[16+]
- 15.00 Мистические истории. ^[16+]
- 18.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. ^[16+]
- 19.00 Человек-невидимка. ^[12+]
- 20.00 **Санктум.** ^[16+]
Группа гидроспелеологов решает исследовать самую большую систему пещер на Земле. Внезапно начавшийся тропический шторм заставляет команду спуститься в глубины пещер. И под землёй герои понемногу начинают сходить с ума.
- 22.00 **Пирамида.** ^[16+]
- 23.45 **Вулкан.** ^[12+]
- 01.45 Тайные знаки. ^[12+]



TNT-Абакан

- 07.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 07.40 Явный покупатель. ^[12+]
- 08.00 TNT. Best. ^[16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. ^[16+]
- 11.00 Дом-2. Остров любви. ^[16+]
- 12.00 **СашаТаня.** ^[16+]
- 14.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 14.30 Однажды в России. ^[16+]
- 19.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 19.15 Молодёжная программа. ^[16+]
- 19.30 Однажды в России. ^[16+]
- 20.00 Comedy Woman. ^[16+]
- 21.00 Сегодня в Абакане. ^[12+]
- 21.35 СпортАнзор. ^[16+]
- 22.00 Комеди Клуб. ^[16+]
- 23.00 Открытый микрофон. ^[16+]
- 00.00 Дом-2. Город любви. ^[16+]
- 01.00 Дом-2. После заката. ^[16+]
- 02.00 Такое кино! ^[16+]
- 02.35 Импровизация. ^[16+]
- 03.35 Stand up. ^[16+]
- 05.00 Comedy Woman. ^[16+]



ТВ-Центр

- 06.00 Настроение.
- 08.05 **Принцесса на бобах.** ^[12+]
- 10.25 **Детективы Анны Малышевой.** ^[12+]
- 11.30 События.
- 11.50 **Алтарь Тристана.** ^[12+]
- 14.30 События.
- 14.50 Город новостей.
- 15.05 Петровка, 38.
- 15.25 **Взрослая дочь, или Тест на...** ^[16+]
- 17.20 **Три в одном.** ^[12+]
- 19.30 В центре событий.
- 20.40 Красный проект. ^[16+]
- 22.00 События.
- 22.30 Приют комедиантов. ^[12+]
- 00.25 **Небо падших.** ^[16+]
- 02.55 Доброе утро.
- 04.35 **Берегите пародиста! Музыкальный фильм.** ^[12+]



Мир

- 06.00, 17.10, 18.05 **Возвращение Мухтара-2.** ^[16+]
- 07.00 Достояние республик. Поверженные колоссы. ^[12+]
- 07.30 Доброе утро, мир! ^[16+]
- 08.35, 23.00 Шоу «Во весь голос». ^[12+]
- 09.50, 13.15 **Маша в законе-2.** ^[16+]
- 13.00, 16.00, 19.00 Новости.
- 14.00 Дела семейные. Новые истории. ^[16+]
- 16.15 Секретные материалы. ^[16+]
- 19.20 **Гадкий утёнок.** ^[16+]
- 00.20 **Формула любви.** ^[10+]
- 02.10 Держись, шоу-биз! ^[16+]
- 02.35 Кошмар большого города. ^[16+]
- 03.10 **Последний приказ генерала.** ^[16+]
- 04.55 Мультфильмы. ^[16+]



Че

- 05.00 100 великих. ^[16+]
- 06.00 Мультфильмы. ^[10+]
- 07.00 Дорожные войны. ^[16+]
- 07.30, 18.30 В формате родного края. «Рыбалка». ^[16+]
- 08.30 Дорожные войны. ^[16+]
- 08.50 **Паук.** ^[16+]
- 12.45 **Пятницкий.** ^[16+]
- 16.30 **Список контактов.** ^[16+]
- 19.30 **Золотой глаз.** ^[12+]
- 21.50 **Завтра не умрёт никогда.** ^[12+]
- 00.00 Клетка с акулами. ^[18+]
- 01.10 **Универсальный солдат.** ^[18+]
- 03.00 Дорожные войны. ^[16+]



НТВ

- 05.00, 06.05 **Хвост.** ^[16+]
- 06.00 Сегодня.
- 07.00 Деловое утро НТВ. ^[12+]
- 09.00, 10.25 **Возвращение Мухтара.** ^[16+]
- 10.00 Сегодня.
- 11.20 **Подозреваются все.** ^[16+]
- 12.00 **Свидетели.** ^[16+]
- 13.00 Сегодня.
- 13.25 Чрезвычайное происшествие.
- 14.00 Место встречи. ^[16+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.30 ЧП. Расследование. ^[16+]
- 17.00 **Просто Джексон.** ^[16+]
- 19.00 Сегодня.
- 19.40 **Барсы.** ^[16+]
- 23.30 Захар Прилепин. Уроки русского. ^[12+]
- 00.00 Идея на миллион. ^[12+]
- 01.25 Мы и наука. Наука и мы. ^[12+]
- 02.25 **Хождение по мукам.** ^[10+]
- 03.45 **Поедем, поедим!** ^[10+]
- 04.05 **Брачный контракт.** ^[16+]



Общественное телевидение России

- 05.30 Активная среда. ^[12+]
- 05.45 ОТражение. ^[12+]
- 09.05, 14.05, 01.05 За дело! ^[12+]
- 10.00, 16.05, 19.20, 02.00 Большая страна. Открытие. ^[12+]
- 10.45, 16.45, 18.45 Активная среда. ^[12+]
- 11.00 Россия далее везде. Золотое кольцо. ^[12+]
- 11.30, 18.05 Календарь. ^[12+]
- 12.10 Гербы России. Гербы Плёса. ^[12+]
- 12.25, 17.15 Вспомнить всё. ^[12+]
- 13.05, 20.05, 02.40 **Хранимые судьбой.** ^[12+]
- 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Новости.
- 15.05 Человечество. История всех нас. ^[12+]
- 21.00 ОТражение. ^[12+]
- 03.35 Культурный обмен. ^[12+]
- 04.20 **Путешествие мсье Перришона.** ^[12+]



История

- 05.35, 02.20 Сокровища мира. Тайна Стоунхенджа. ^[12+]
- 06.30, 03.15 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм первый. ^[12+]
- 07.25, 04.10 Загадка Кельтской гробницы. ^[12+]
- 08.25 Муза и генерал. Секретный роман Эйтингона. ^[12+]
- 09.20 Осада Масады. ^[12+]
- 11.15 Места силы. Тамплиеры. ^[16+]
- 12.20 СССР. Империя наоборот. Казахстан. ^[12+]
- 13.15 Битва против Рима. ^[12+]
- 15.20 Генерал звёздных войн. ^[12+]
- 16.15 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм второй. ^[12+]
- 17.10 Гробница Чингисхана. Раскрытая тайна. ^{[12+]</}

Подготовила
**Вера
ДОРОШЕВА**



ГАЗЕТА «ХАКАСИЯ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:
WWW.FACEBOOK.COM/GAZETA19.RU
OK.RU/GAZETA19RU

ЧЕТВЕРГ
№№ 231 – 232 (23588 – 23589)
7 ДЕКАБРЯ 2017 ГОДА

Русский иллюзион

- 06.00 Рита. [16+]
- 07.30 Мой сводный брат Франкенштейн. [16+]
- 09.25 Крупным планом. [16+]
- 09.40 Артистка. [16+]
- 11.15 Крупным планом. [16+]
- 11.35 Капкан. [16+]
- 12.30 Белая, белая ночь. [16+]
- 14.35 Мужская женская игра. [16+]
- 16.10 Капкан. [16+]
- 17.05 Истинные происшествия. [16+]
- 18.20 Крупным планом. [16+]
- 18.40 Превращение. [16+]
- 20.05 Крупным планом. [16+]
- 20.25 Русский треугольник. [16+]
- 22.20 Я хочу туфли. [16+]
- 00.00 Капкан. [16+]
- 00.50 Кладоискатели. [16+]
- 02.40 Трио. [16+]
- 04.20 Заяц над бездной. [16+]

Русский роман

- 08.05 Как выйти замуж за миллионера. [12+]
- 11.35 Простить за всё. [12+]
- 13.20 Два мгновения любви. [12+]
- 15.00 Будет светлым день. [12+]
- 18.25 Мой чужой ребёнок. [12+]
- 20.10 Время собирать. [12+]
- 22.00 Под знаком луны. [12+]
- 01.25 Смайлик. [16+]
- 03.00 Артистка. [12+]
- 04.45 Как выйти замуж за миллионера. [12+]

Иллюзион+

- 06.00 Игра в имитацию. [16+]
- 08.00 Мелкие мошенники. [16+]
- 09.35 Боксёр. [16+]
- 11.05 Помни (Мemento). [16+]
- 13.00 Ирландец. [16+]
- 14.40 Добро пожаловать в капкан. [16+]
- 16.20 Право на убийство. [16+]
- 18.00 Ложь и иллюзии. [16+]
- 19.30 Интерактивная викторина. [16+]
- 21.00 Бандиты. [16+]
- 23.00 Приливы. [16+]
- 00.35 Знаменитость. [16+]
- 02.20 88 минут. [16+]
- 04.10 Мелкие мошенники. [16+]

Disney

- 06.30 Однажды ночью. [6+]
- 08.20 Музыка на Канале Disney. [6+]
- 09.00 Солнечные зайчики. [0+]
- 09.15 101 далматинец. [6+]
- 09.45 Русалочка. [6+]
- 10.15 Чип и Дейл спешат на помощь. [6+]
- 10.45 Лило и Стич. [0+]
- 11.10 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
- 12.05 Узнавайка. [0+]
- 16.00 Спасатели в Австралии. [0+]
- 17.40 Утиные истории. [6+]
- 18.05 Гравити Фолз. [12+]
- 21.20 Рапунцель. Новая история. [6+]
- 21.55 Улс... Ной уплыл! [6+]
- 23.30 Планета сокровищ. [0+]
- 01.30 Леди Баг и Супер-Кот. [12+]
- 02.00 Стражи Галактики. [12+]
- 03.00 Команда Мстители. [12+]
- 03.55 Однажды в сказке. [12+]

Дом кино

- 05.05 Труффальдино из Бергамо. [12+]
- 07.30 Кухня. [16+]
- 10.05 Мамы-3. [12+]
- 11.55 Каникулы строгого режима. [12+]
- 14.00 Призрак. [6+]
- 16.10 Кухня. [16+]
- 19.10 Практика. [12+]
- 23.00 Москва слезам не верит. [12+]
- 01.50 Блондинка за углом. [12+]
- 03.25 Формула любви. [0+]

TV 1000

- 05.45 Зильс-Мария. [18+]
- 08.10 Серьёзный человек. [16+]
- 10.10 Останься со мной. [16+]
- 12.10 Ярмарка тщеславия. [12+]
- 15.05 Пианист. [16+]
- 18.05 Зимняя спячка. [12+]
- 21.45 Двое во вселенной. [16+]
- 00.10 Уж кто бы говорил. [12+]
- 02.10 Малавита. [16+]
- 04.20 Багровые реки. [16+]

Пятница!

- 05.00 Пятница News. [16+]
- 05.30 Олигарх-ТВ. [16+]
- 06.30 Орёл и решка. Кругосветка. [16+]
- 07.30 Утро Пятницы. [16+]
- 09.30 Школа доктора Комаровского. [16+]
- 10.00 Орёл и решка. Перегрузка. [16+]
- 13.00 Бедняков+1. [16+]
- 14.00 Орёл и решка. Рай и Ад-2. [16+]
- 16.00 Любите Куперов. [16+]
- 18.10 Подарок на Рождество. [16+]
- 20.00 Папе снова 17. [16+]
- 22.00 Семьянин. [16+]
- 00.00 Мужчина нарасхват. [16+]
- 02.00 Пятница News. [16+]
- 02.30 Верю — не верю. [16+]

Мульт

- 05.00 Машины сказки.
- 05.35 Маша и Медведь.
- 06.00 Волшебный фонарь.
- 06.20 Летящие звери.
- 06.30 Бумажки.
- 07.00 Друзья на все времена.
- 07.25 Фиксики.
- 08.00 Лунтик и его друзья.
- 08.25, 13.00, Белка и Стрелка. Озорная семейка.
- 09.00 Лео и Тиг.
- 09.30 Бумажки.
- 10.00 Машины сказки.
- 10.25 Малышарики.
- 10.50 Деревяшки.
- 11.00, 14.00 Барбоскины.
- 11.30 Маша и Медведь.
- 12.00 Фиксики.
- 12.30 Лунтик и его друзья.
- 13.25 Сказочный патруль.
- 14.30 Ми-Ми-Мишки.
- 15.00 Маша и Медведь.
- 15.25 Смешарики.
- 15.55 Летящие звери.
- 16.00, 02.00 Бумажки.
- 16.30 Друзья на все времена.
- 17.00 Фиксики.
- 17.25 Лунтик и его друзья.
- 18.00, 22.30, 03.30 Белка и Стрелка. Озорная семейка.
- 18.25, 23.00, 04.00 Сказочный патруль.
- 19.00, 23.25, 04.30 Барбоскины.
- 19.30, 01.00 Ми-Ми-Мишки.
- 20.00, 00.25 Маша и Медведь.
- 20.25 Смешарики.
- 20.50 Летящие звери.
- 21.00 Друзья на все времена.
- 21.30, 02.30 Фиксики.
- 22.00, 03.00 Лунтик и его друзья.
- 23.55 Дракоша Тоша.
- 00.00 Сказка на ночь.
- 01.25 Гора Самоцветов.
- 01.55 Везуха!

Живая природа

Цвета утренней зари...

Зима — время самых красивых «яблочек». Обычно именно зимой на ветках можно увидеть красногрудого снегиря.

Эти красивые птицы в чёрных «шапочках», с чёрными крыльями и хвостами и серыми спинками своими красными грудками ярко выделяются на фоне заснеженных деревьев. Правда, такие нарядные — только самцы, у самочек грудь и брюшко простого коричневатого цвета.

Снегири — очень распространённые птицы, населяют всю Европу, Переднюю Азию, Сибирь, Камчатку, а также Японию. Обитают они в лесах, особенно хвойных, а больше всего любят еловые. Снегири своё место жительства меняют редко, полностью откочёвывают на зиму только из совсем уж северной тайги. Так что перелётными птицами их назвать нельзя. А в городах мы их видим в холодное время года лишь потому, что сюда они прилетают из леса в поисках корма.

Питаются эти красавцы семенами, почками и ягодами. Частенько зимой их можно видеть на рябине или дичке. Вот только ягодную мякоть снегيري не уважают — выедают семена, а остальное выбрасывают.



Раскрась на этой картинке снегиря — да не жалея красной краски, пусть он будет самым ярким этой зимой.

Снегирей часто содержат в клетках как певчих птиц, они и размножаются в неволе. А в Западной Европе снегирь даже стал домашним с множеством цветовых вариаций.

Весёлые задания

Помоги животным найти их еду.



СОВЕТУЕМ
ПОСМОТРЕТЬ
СЕГОДНЯ



Пётр Первый

По одноимённому роману А.Н. Толстого. О жизни и государственной деятельности преобразователя России XVIII века царя Петра I. О начале петровских реформ и войне со шведами за выход к Балтийскому морю.

► Россия-К, 07.05



PTC

- 06.00 Мультимир. [6+]
- 07.00 **PTC. Утро Хакасии.** [16+]
- 07.30 **PTC. Вопрос дня.** [16+]
- 07.45 Мультимир. [6+]
- 08.25 **Метод Лавровой.** 30 — 39-я серии. [16+]
- 10.00 **PTC. Новости.** [16+]
- 10.30 Euromaxx. Окно в Европу. [16+]
- 11.00 В мире животных. [12+]
- 11.25 Мультимир. [6+]
- 11.50 National geographic. [12+]
- 12.50 **Вшестером весь свет обойдём.** [12+]
- 13.50 Неизвестная планета. [16+]
- 14.15 **Принц-медведь.** [12+]
- 15.20 **Человек, который познал бесконечность.** [16+]
- 17.00 Мир без виз. Турция. [16+]
- 18.45 **Наследство сестёр Корвал.** [16+]
- 21.00 **Барбаросса.** 1-я серия. [16+]



Италия. 1100 год. Северная Италия находится под властью немецкого императора Фридриха Барбароссы. Его мечта — завоевать земли Центра и Юга и объединить империю, которая когда-то была во власти Карла Великого. Но молодой человек из Милана Альберто да Гузано на севере Италии собирает войско из 900 таких же молодых людей. Их мечта — свергнуть Барбароссу и вернуть свободу Северной Италии. Так берёт начало серия смертельных столкновений между двумя символами средневековой Италии, борющихся за свободу, независимость и социальное положение своего народа.

- 22.40 Михаил Танич. Последнее море. [12+]
- 23.30 **Неравный брак.** 65-я и 66-я серии. [16+]
- 01.00 Неизвестная планета. [16+]
- 01.30 **PTC. Ночной эфир.** [16+]



Домашний

- 05.20 6 кадров. [16+]
- 05.30 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
- 07.30 **Предсказание.** [16+]
- 09.20 **Подруга особого назначения.** [16+]
Секретарша Варвара Лаптева обнаружила в кабинете своего шефа труп. Васря и не подозревала, что с этого дня её жизнь уже никогда не будет прежней. Теперь ей придётся провести собственное расследование таинственного убийства, спасти друзей от смертельной опасности и даже встретит человека, о котором и не мечтала.
- 13.30 **Лучшее лето нашей жизни.** [16+]
- 17.45 Лёгкие рецепты. [16+]
- 18.00 **PTC. Программы PTC.** [16+]
- 19.00 **Другая семья.** [16+]
- 23.00, 04.25 6 кадров. [16+]
- 00.00, 04.25 6 кадров. [16+]
- 00.30 **Бесценная любовь.** [16+]



Первый

- 06.00 Новости.
- 06.10 **Дети понедельника.** [12+]
- 08.00 Играй, гармонь любимая! [12+]
- 08.45 Смешарики. Новые приключения.
- 09.00 Умницы и умники. [12+]
- 09.45 Слово пастыря. [12+]
- 10.00, 12.00 Новости.
- 10.15 Римма Маркова. Слабости сильной женщины. [12+]
- 11.20 Летучий отряд. [12+]
- 12.15 Идеальный ремонт. [12+]
- 13.15 На 10 лет моложе. [16+]
- 14.05 Время кино. [12+]
- 16.45 Сегодня вечером. [16+]
- 18.30 Голос. [12+]
- 20.30 Время.
- 20.50 Кубок Первого канала по хоккею 2017 г. Сборная России — сборная Канады. Прямой эфир. В перерывах — Вечерние новости.
- 23.15 Прожекторперисхилтон. [16+]
- 23.50 Короли фанеры. [16+]
- 00.35 Познер. [16+]
- 01.30 **Все без ума от Мэри.** [16+]
- 03.40 **Осада.** [16+]



Россия-К

- 06.30 Библейский сюжет.
- 07.05 **Пётр Первый.**
- 08.45 Леопольд и золотая рыбка. М/ф. Обыкновенный концерт.
- 09.10 **Путешествие мсье Перришона.**
По мотивам комедии Эжена Лабриша. Двое молодых людей, Арман и Даниэль, влюбляются в дочь каретника Перришона. Они отправляются в Альпы вслед за семейством Перришонов, чтобы там решить, кому из них быть мужем милой девушки.
- 10.55 Власть факта.
- 11.35 Яд. Достижение эволюции.
- 12.30 Эрмитаж.
- 12.55 Страсти по Щедрину.
- 13.50 **Балет «Кармен-сюита».**
- 14.35 **Эй, на линкоре!**
- 16.00 История искусства.
- 16.55 Игра в бисер.
- 17.35 Искатели.
- 18.25 Амедео Модильяни и Жанна Эбютерн.
- 19.15 Большая опера-2017.
- 21.00 Агора.
- 22.00 Юбилей Родио-на Щедрина.
- 00.05 **Путешествие мсье Перришона.**
- 01.25 Яд. Достижение эволюции.
- 02.20 Мультфильмы для взрослых. [18+]



Пятый

- 05.30 Мультфильмы. [10+]
- 09.00 Известия.
- 09.15 **След. Офисные крысы.** [16+]
- 10.10 **След. Крутые парни.** [16+]
- 11.00 **След. Потанцуй со мной.** [16+]
- 11.55 **След. Клуб самоубийц.** [16+]
- 12.40 **След. Спецагент.** [16+]
- 13.30 **След. Меньше знаешь...** [16+]
- 14.25 **След. Экстрасенс.** [16+]
- 15.10 **След. Трасса.** [16+]
- 16.05 **След. Чистильщик.** [16+]
- 16.50 **След. Кошмар на улице Газовой.** [16+]
- 17.40 **След. Ноу-хау.** [16+]
- 18.30 **След. Палач.** [16+]
- 19.10 **След. Наивный умысел.** [16+]
- 20.00 **След. Школьные годы чудесные.** [16+]
- 20.55 **След. Камера.** [16+]
- 21.35 **След. Прогулка по воле.** [16+]
- 22.25 **След. Бриллиантовый дым.** [16+]
- 23.05 **След. Научный подход.** [16+]
- 00.00 Известия. Главное.
- 00.55 **Секс-миссия, или Новые амазонки.** [16+]
- 03.10 **Ва-банк.** [16+]
- 05.10 **Ва-банк-2.** [16+]



Россия-1

- 04.40 **Срочно в номер!-2.** [12+]
- 06.35 Мульт утро.
- 07.10 Живые истории. [12+]
- 08.00 Вести-Хакасия.
- 08.20 Культура Хакасии.
- 08.30 Авторейтинг.
- 08.50 Муж на кухне.
- 09.20 Сто к одному. [12+]
- 10.10 Пятеро на одного. [12+]
- 11.00 Вести.
- 11.20 Вести-Хакасия.
- 11.40 Аншлаг и Компания. [16+]
- 14.00 **Через беды и печали.** [12+]
- 18.00 Привет, Андрей! [12+]
- 20.00 Вести в субботу.
- 21.00 **Позднее раскаяние.** [12+]
- 00.55 **Напрасная жертва.** [12+]
- 02.50 **Следствие ведут знатоки.** [12+]



Матч!

- 05.35 Футбол. Чемпионат Франции. «Сент-Этьен» — «Монако».
- 07.35 Хулиган. [16+]
- 09.00 Смешанные единоборства. Bellator.
- 11.00 Все на Матч! События недели. [12+]
- 11.30 Смешанные единоборства. Fight Nights. [16+]
- 13.10 Вся правда про... [12+]
- 13.30 Все на футбол! Афиша. [12+]
- 14.00, 16.50, 23.20, 02.25 Новости.
- 14.10 Бешеная Сушка. [12+]
- 14.40 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины.
- 16.20 Автоинспекция. [12+]
- 16.55 Хоккей. Евротур. «Кубок Первого канала». Южная Корея — Швеция.
- 19.25 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины.
- 20.10 Биатлон с Дмитрием Губерниевым. [12+]
- 20.40 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины.
- 21.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Локомотив-Кубань» (Краснодар) — «Зенит» (Санкт-Петербург).
- 23.25 Команда на прокачку. [12+]
- 00.25 Футбол. Чемпионат Англии. «Манчестер Сити» — «Тоттенхэм».
- 02.30 Утомлённые славы. [12+]
- 03.00 Все на Матч!
- 04.00 Лыжный спорт. Кубок мира. Мужчины. 15 км.



Рен-ТВ

- 05.00, 17.00 Территория заблуждений. [16+]
- 08.10 **Флаббер.** [16+]
- 09.55 Минтранс. [16+]
- 10.40 Самая полезная программа. [16+]
- 11.40 Ремонт по-честному. [16+]
- 12.30 Военная тайна. [16+]
- 16.30 Новости. [16+]
- 16.35 Военная тайна. [16+]
- 19.00 Засекреченные списки. 7 смертных грехов, которые правят миром. [16+]
- 21.00 **Перл-Харбор.** [16+]
Рэйф и Дэнни — лучшие друзья. Они вместе росли, вместе учились на пилотов. И вместе попадают в пленко Второй мировой войны, где их судьбы разделяются. Рэйф отправляется воевать в Европу, а Дэнни вместе с невестой своего друга, медсестрой Эвиллин переводится на базу Перл-Харбор. Известие о трагической смерти Рэйфа сближает Дэнни и Эвиллин.
- 00.20 **Меч.** [16+]



СТС/ТВ-7

- 06.00 Новаторы. [6+]
- 06.15 Команда турбо. [10+]
- 06.40 Алиса знает, что делать! [6+]
- 07.10 Смешарики. [10+]
- 07.25 Семейка Крудс. Начало. [6+]
- 07.50 Три kota. [10+]
- 08.00 Скажите честно. [12+]
- 08.30 Явный покупатель. [12+]
- 09.00 Абакан. Родом из 30-х. [6+]
- 09.30 Сегодня в Абакане. [12+]
- 10.00 ПроСТО кухня. [12+]
- 10.30 Успеть за 24 часа. [16+]
- 11.30 Вокруг света во время декрета. [12+]
- 12.30 **Психологи.** [16+]
- 14.30 **Лови волну!** [16+]
- 16.00 Постскриптум. [16+]
- 16.30 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
- 16.45 **Штурм Белого дома.** [16+]
- 19.20 **Мадагаскар-3.** [10+]
- 21.00 **Троя.** [16+]
- 00.10 **13-й район.** [12+]
- 01.45 **Очень плохая училка.** [18+]
- 03.30 **Трудности перевода.** [16+]
- 05.25 **Осторожно: дети!** [16+]



Звезда

- 06.20 **Собачье сердце.** [6+]
- 09.00 Новости дня.
- 09.15 Легенды музыки. [6+]
- 09.40 Последний день. [12+]
- 10.30 Не факт! [6+]
- 11.00 Загадки века. [12+]
- 11.50 Улика из прошлого. [16+]
- 12.35 Теория заговора. [12+]
- 13.00 Новости дня.
- 13.15 Легенды спорта. [6+]
- 13.45 **Каменская.** [16+]
- 18.00 Новости дня.
- 18.10 **Задело!** [12+]
- 18.25 **Каменская.** [16+]
- 23.00 Новости дня.
- 23.20 Десять фотографий. [6+]
- 00.05 **Ты — мне, я — тебе.** [16+]
У Ивана Сергеевича Кашкина, столичного банщика, весьма знатная клиентура. И только поэтому любой дефицитный товар всегда к его услугам. Жизнь течёт в нужном русле, он спокоен и счастлив. Но болезнь брата-близнеца, инспектора рыбнадзора, неожиданно меняет его судьбу. Временно заменив брата на работе, он становится соучастником преступления...
- 01.45 **Сыщик.** [16+]
- 04.25 **Ученик лекаря.** [12+]



ТВ-3

- 05.45 Мультфильмы. [10+]
- 09.30 Школа доктора Комаровского. [12+]
- 10.00, 10.45, 11.30, 12.30 **Остаться в живых.** [16+]
- 13.15 **Вулкан.** [12+]
- 15.15 **Пирамида.** [16+]
- 17.00 **Санктум.** [16+]
- 19.00 **Битва титанов.** [16+]
- 21.00 **300 спартанцев.** [16+]
- 23.15 **Операция «Арго».** [16+]
4 ноября 1979 года революция в Иране достигает своего апогея. Исламисты штурмуют посольство США в Тегеране и врываются на его территорию. Полсотни сотрудников оказываются в плену, но шестерым удаётся покинуть посольство и укрыться в доме канадского посла Кена Тейлора.
- 01.30 **Лучшие из лучших. Без предупреждения.** [16+]
- 03.15 Тайные знаки. [12+]



TNT-Абакан

- 07.00 TNT. Best. [16+]
- 08.00 TNT Music. [16+]
- 08.30 TNT. Best. [16+]
- 09.00 **Агенты 003.** [16+]
- 09.30 **Дом-2. Lite.** [16+]
- 10.30 **Дом-2. Остров любви.** [16+]
- 11.30 Школа ремонта. [12+]
- 12.30 Битва экстрасенсов. [16+]
- 14.00 **Ольга.** [16+]
- 16.40 **Грань будущего.** [12+]
- 19.00 Неделя в Абакане. [12+]
- 19.30 **Экстрасенсы ведут расследование.** [16+]
- 20.00 Битва экстрасенсов. [16+]
- 21.30 Танцы. [16+]
- 23.30 **Дом-2. Город любви.** [16+]
- 00.30 **Дом-2. После заката.** [16+]
- 01.30 **Импровизация.** [16+]
- 02.25 Stand up. [16+]
- 03.25 TNT Music. [16+]
- 04.00 Comedy Woman. [16+]



ТВ-Центр

- 05.35 Марш-бросок. [12+]
- 06.05 АБВГДейка.
- 06.30 Александр Панкратов-Чёрный. Мужчина без комплексов. [12+]
- 07.25 Православная энциклопедия. [6+]
- 07.55 **Варвара-краса, длинная коса.** [12+]
- 09.15 **Три в одном.** [12+]
- 11.30 События.
- 11.45 **Внимание! Всем постам...** [12+]
- 13.25 **Нарушение правил.** [12+]
- 14.30 События.
- 14.45 **Нарушение правил.** [12+]
- 17.20 **Детективы Анны Малышевой.** [12+]
- 21.00 Постскриптум.
- 22.10 **Право знать!** [16+]
- 23.40 События.
- 23.55 **Право голоса.** [16+]
- 03.05 Революция правых. [16+]
- 03.35 Политтехнолог Ванга. [16+]
- 04.25 **Дикая денги.** [16+]
- 05.25 **Список Фурцевой.** [12+]



Мир

- 06.00 Мультфильмы. [10+]
- 07.50 Союзники. [12+]
- 08.20 Мультфильмы. [10+]
- 09.00 Ой, мамочки! [12+]
- 09.30 Наше кино. История большой любви. [12+]
- 10.00 Новости.
- 10.15 **Достояние республик. Поверженные колоссы.** [12+]
- 10.45 **Жестокий романс.** [12+]
- 13.35 **Формула любви.** [10+]
- 15.30 Любимые актёры. Татьяна Пельцер. [12+]
- 16.00 Новости.
- 16.15 **Щит и меч.** [12+]
- 19.00 Новости.
- 19.15 **Щит и меч.** [12+]
- 23.05 **Жестокий романс.** [12+]
- 01.55 **Сердце моё — Астана.** [16+]
- 04.10 **Весёлые ребята.** [10+]



Че

- 05.00 100 великих. [16+]
- 06.00 Мультфильмы. [10+]
- 07.00 **Чиполлино.** [10+]
- 08.45 **Доктор Хаус.** [16+]
- 10.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
- 11.30 **Доктор Хаус.** [16+]
- 15.50 **Золотой глаз.** [12+]
- 18.15 **Завтра не умрёт никогда.** [12+]
- 20.30 **И целого мира мало.** [16+]
- 23.00 **Универсальный солдат.** [18+]
- 01.00 **31 июня.** [10+]
- 03.40 **Дорожные войны.** [16+]



NTV

- 05.05 ЧП. Расследование. [16+]
- 05.40 Звёзды сошлись. [16+]
- 07.25 **Смотр.** [10+]
- 08.00 **Сегодня.**
- 08.20 Их нравы. [10+]
- 08.55 **Новый дом.** [10+]
- 09.30 **Готовим с Алексеем Зиминим.** [10+]
- 10.00 **Сегодня.**
- 10.20 **Главная дорога.** [16+]
- 11.00 **Еда живая и мёртвая.** [12+]
- 12.00 **Квартирный вопрос.** [10+]
- 13.05 **Нашпотребнадзор.** [16+]
- 14.10 **Поедем, поедим!** [10+]
- 15.05 **Своя игра.** [10+]
- 16.00 **Сегодня.**
- 16.20 **Однажды...** [16+]
- 17.00 **Секрет на миллион.** [16+]
- 19.00 **Центральное телевидение.**
- 20.00 **Жди меня.** [12+]
- 21.00 **Ты супер! Танцы.** [6+]
- 23.40 **Международная пилорама.** [18+]
- 00.40 **Квартирник НТВ у Маргулиса.** [16+]
- 01.50 **Хожение по мукам.** [10+]
- 03.20 **Брачный контракт.** [16+]



Общественное телевидение России

- 05.45 **ОТРажение.** [12+]
- 09.05 **Вспомнить всё.** [12+]
- 09.45, 17.55 **История моей бабушки.** [12+]
- 10.10, 17.05, 01.40 **Концерт «Спасибо за любовь».** [12+]
- 11.05 **Культурный обмен.** [12+]
- 12.00 **Служу Отчизне.** [12+]
- 12.25 **Знак равенства.** [12+]
- 12.40 **Знакомительная наука.** Светлая голова. [12+]
- 13.00 **Над нами Южный Крест.** [12+]
- 14.30 **Дом «Э».** [12+]
- 15.00 **Большая наука.** [12+]
- 15.50 **Новости Совета Федерации.** [12+]
- 16.05 **За дело!** [12+]
- 17.00, 19.00, 23.00 **Новости.**
- 18.25, 19.05 **Хранимые судьбой.** [12+]
- 23.20 **Моя история.** [12+]
- 00.00 **А поутру они про-снулись...** [12+]
- 02.35 **Киноправда?** [12+]
- 04.50 **Прощание в июне.** [12+]



История

- 05.10 **Муза и генерал. Секретный роман Эйтингона.** [12+]
- 06.05 **Осада Масады.** [12+]
- 07.10 **Советская империя. Ле-докол «Ленин».** [12+]
- 08.05 **Места силы. Тамплиеры.** [16+]
- 09.05 **СССР. Империя наоборот. Казахстан.** [12+]
- 10.00, 19.50 **«Нева» и «Надежда».** Первое русское плавание кругом света. Фильм третий. [12+]
- 10.55, 20.45 **Потерянные воины Карфагена.** [12+]
- 12.00, 21.50 **Станция «Восток».** На пороге жизни. [16+]
- 13.50, 23.40 **Обменяли хулигана на Луиса Корвалана.** [12+]
- 14.45 **Ангкор. Земля богов. Взлёт империи.** [12+]
- 15.45 **СССР. Империя наоборот. Украина.** [12+]
- 16.40 **Знакомство с древними римлянами. Жизнь улиц.** [12+]
- 17.50 **Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону.** [12+]
- 18.50 **Сокровища мира. Туринская плащаница.** [12+]
- 00.35 **Ангкор. Земля богов. Взлёт империи.** [12+]
- 01.35 **СССР. Империя наоборот. Украина.** [12+]
- 02.30 **Знакомство с древними римлянами. Жизнь улиц.** [12+]
- 03.40 **Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону.** [12+]
- 04.45 **Сокровища мира. Туринская плащаница.** [12+]

Елена
АБУМОВАГАЗЕТА «ХАКАСИЯ» В СОЦИАЛЬНЫХ СЕТЯХ:
VK.COM/GAZETA19RU
TWITTER.COM/GAZETA19ЧЕТВЕРГ
№№ 231 – 232 (23588 – 23589)
7 ДЕКАБРЯ 2017 ГОДА

Русский иллюзион

- 05.55 В стиле Jazz. [16+]
07.25 Истинные происшествия. [16+]
08.40 Превращение. [16+]
10.10 Русский треугольник. [16+]
12.05 Я хочу туфли. [16+]
13.40 Белая белая ночь. [16+]
15.45 Мужская женская игра. [16+]
17.20 Жена Сталина. [16+]
18.55 Кладоискатели. [16+]
20.40 Трио. [16+]
22.30 Узник замка Иф. [12+]
00.50 Фортуна. [16+]
02.20 Быстрее, чем кролики. [16+]
03.55 В далёком сорок пятом... Встреча на Эльбе. [18+]

Русский роман

- 08.10 Простить за всё. [12+]
09.50 Два мгновения любви. [12+]
11.25 Будет светлым день. [12+]
15.00 Мой чужой ребёнок. [12+]
16.45 Время собирать. [12+]
18.30 Под знаком луны. [12+]
22.00 Смайлик. [16+]
23.40 Артистка. [12+]
01.30 Вернётся — поговорим. [12+]

Иллюзион+

- 05.45 Право на убийство. [16+]
07.20 Ложь и иллюзии. [16+]
08.50 Бандиты. [16+]
10.50 Приливы. [16+]
12.25 Знаменитость. [16+]
14.15 88 минут. [16+]
16.10 Боксёр. [16+]
17.40 Помни (Мemento). [16+]
19.30 Интерактивная вики-торина. [16+]
21.10 Ирландец. [16+]
22.55 Добро пожаловать в капкан. [16+]
00.30 Эквилибриум. [16+]
02.15 Этот неловкий момент. [16+]
03.45 Последние рыцари. [18+]

Disney

- 07.25 Аладдин. [0+]
08.20 Музыка на Канале Disney. [6+]
09.00 Храбрый оленёнок. [6+]
09.30 Весенние денёчки с малышом Ру. [0+]
10.40 Узнавайка. Шериф Келли и Дикий Запад. [0+]
11.10 Узнавайка. Майлз с другой планеты. [6+]
11.35 Узнавайка. Доктор Плюшева. Клиника для игрушек. [0+]
12.00 Узнавайка. Герои в масках. [0+]
12.30 Узнавайка. Елена — принцесса Авалора. [0+]
13.00 Узнавайка. София Прекрасная. [0+]
14.00 Узнавайка. [0+]
16.15 Тимон и Пумба. [6+]
17.40 История игрушек. Забытые времена. [6+]
18.05 Мультячки. Байки Мэтра. [0+]
18.50 Планета сокровищ. [0+]
20.40 ВАЛЛ-И. [0+]
22.40 Утиные истории. [6+]
23.10 Рапунцель. Новая история. [6+]
23.30 Город героев. [6+]
01.25 Хроники Нарнии. Принц Каспиан. [12+]
04.20 Снежная пятёрка. [0+]

Дом кино

- 05.05 Собака на сене. [12+]
07.30 Кухня. [16+]
10.05 Формула любви. [0+]
11.40 Ералаш.
12.25 Блондинка за углом. [12+]
14.00 Москва слезам не верит. [12+]
16.45 Куприн. [16+]
20.50 Барышня-крестьянка. [0+]
23.00 Бриллиантовая рука. [0+]
00.50 Сирота казанская. [12+]
02.25 Снежный ангел. [12+]
04.25 Мы из джаза. [12+]

TV 1000

- 06.20 Корабль-призрак. [16+]
08.00 Гонка. [16+]
10.10 Елизавета. [16+]
12.40 Малавита. [16+]
14.55 Багровые реки. [16+]
17.10 Уж кто бы говорил. [12+]
19.10 Гонка. [16+]
21.40 Елизавета. [16+]
00.10 Уж кто бы говорил-2. [12+]
01.50 Легенды осени. [16+]
04.30 Человек — швейцарский нож. [18+]

Пятница!

- 05.30 Пятница News. [16+]
06.00 Орёл и решка. [16+]
07.00 Школа доктора Комаровского. [16+]
08.00 Орёл и решка. [16+]
09.00 ЖаннаПомоги. [16+]
11.00 Орёл и решка. [16+]
15.00 Папе снова 17. [16+]
17.00 Любите Куперов. [16+]
19.00 Подарок на Рождество. [16+]
21.00 Семьянин. [16+]
23.00 Лучшее предложение. [16+]
01.30 Мужчина нарасхват. [16+]
03.30 Верю — не верю. [16+]

Мульт

- 05.00 Машины сказки.
05.25 Маша и Медведь.
06.00 Волшебный фонарь.
06.20 Летающие звери.
06.25 Бумажки.
07.00 Друзья на все времена.
07.30 Фиксики.
08.00 Лунтик и его друзья.
08.30 Белка и Стелка. Озорная семейка.
09.00 Сказочный патруль.
09.30 Бумажки.
10.00 Машины сказки.
10.35 Жила-была Царевна.
11.00 Барбоскины.
11.30 Маша и Медведь.
12.00 Фиксики.
12.30 Лунтик и его друзья.
13.00 Белка и Стелка. Озорная семейка.
13.40 МУЛЬТпреьера!
14.00 Барбоскины.
14.30 Машины сказки.
15.00 Маша и Медведь.
15.30 Смешарики.
16.00 Друзья на все времена.
17.00 МУЛЬТпреьера!
17.30 Лунтик и его друзья.
18.00 МУЛЬТсюрприз.
22.00 Лунтик и его друзья.
22.30 Белка и Стелка. Озорная семейка.
23.00 МУЛЬТпреьера!
23.25 Барбоскины.
00.00 Сказка на ночь.
01.00 Ми-Ми-Мишки.
01.15 Необыкновенные приключения Карики и Вали.
02.00 МУЛЬТсюрприз.

Классика. Что находят в капусте

Ламца-дрица-ца-ца-ца, съел четыре голубца

Хочу сказать — дожилась! Вахтёрша Раиса на днях осведомилась недоверчиво: «Неужели всё, о чём ты пишешь, ты и приготовить можешь?» Ну просто глаза на лоб от таких вопросов.

Не только могу, но и готовлю, и люблю, и с удовольствием это делаю — иначе как бы мне так весело и легко писалось про это. А если что не умею, так обязательно сначала приготовлю такое блюдо — паштет там, болгарские вертуты, калитки финские — и только после этого описывать процесс. Есть у меня любимые блюда, есть те, что готовлю редко, а есть такие, что называются просто — моя «коронка», и готовить их я умею с самого детства. То есть даже не так — просто вкус их, пожалуй, был осознан и впитан ещё с материнским молоком. Ни капли не преувеличиваю, если речь идёт, например, о голубцах, которые моя мама научилась делать ещё девочкой.

Она не любит вспоминать детство, поэтому всё, что касается того времени, приходится выпытывать буквально по слову, по предложению. Понемногу восстанавливаю картину. Мама в три года осталась сиротой, с семи лет работала «в няньках» — такая жизнь многому учила её. С большой благодарностью вспоминает она интеллигентную семью военных — судя по словам её, они не просто взяли её работать, но, в какой-то мере, заменили родителей, а когда подросла, дали путёвку в жизнь — помогли поступить в педагогический техникум. Конечно, и азам кулинарных премудростей мама тоже училась у своей хозяйки.

— Галина Николаевна часто голубцы делала, — вспоминает мама, — я рядом с ней и научилась, с двенадцати, наверное, лет, уже сама их делала, все хвалили.

Действительно, голубцы, приготовленные моей мамой, — блюдо высокой русской кухни. Сколько бы ни делала их мама, они всегда быстро «истаивали» — на любой «гулянке» (так у нас в Забайкалье называют праздничные посиделки) мамы голубцы улетают в первую очередь, а после все сожалеют, почему их было мало, хотя я в самом деле — не вру ни разу! — готовит их мама не в жаровне какой-нибудь, в самом настоящем тазу для варки варенья. Я, кстати, раньше на праздники тоже так делала — навалию таз



ФОТО ИЗ ОТКРЫТЫХ ИСТОЧНИКОВ

голубцов и таз хвороста, и всё съедается, кстати.

Хотите такие же вкусные голубцы научиться готовить? Так, как говорится, велкам или добро пожаловать!

Для голубцов:

Нам понадобится:
вилок капусты
растительное масло для обжарки
300 граммов деревенского молока или сливок
полстакана деревенской сметаны
вода
2 моркови
одна луковица
3 — 4 штуки свежих помидоров
соль, лавровый лист.

Начинка:
1,5 килограмма мяса, смешанный (говядина-свинина) фарш
стакан риса
2 репчатые луковицы размера среднего или покрупнее
соль, чёрный перец.

Секрет моей мамы — у неё всегда в кладовочке хранятся замороженными несколько вилок капусты. Как только наступает время голубцов, она достаёт один из них, размораживает, вырезает кочерыжку и разбирает кочан на листья — размороженная капуста разбирается несказанно легче, и такие листья сразу готовы к употреблению, то есть к заворачиванию в них фарша, нужно только срезать, где есть, толстые основания листьев.

А дальше рис отвариваем, чтобы он оставался рассыпчатым, лук мелко нарезаем и обжариваем на растительном масле до прозрачности, смешиваем всё с мясом. Фарш промешиваем тщательно, обязательно добавляем туда половину стакана воды, солим, перчим, мешаем ещё.

Ну а теперь творчество. Порцию фарша заворачиваем в капустный лист, чуть прижима-

ем рукой, чтобы избавиться от лишней влаги. Вообще формирование голубцов — занимательная история. Мой сын, глядя однажды, как исчезает мясной фарш в капустном конвертике, сказал грустно: «Мама, зачем ты всё усложняешь? Можно ведь мясо отдельно, капусту отдельно...» Простило его только то, что был он в это время мал и совершенно не разбирался ни в голубцах, ни в колбасных обрезках. Со временем он, как и все в нашей семье, был «подсажен» на голубцы, и более не задавал глупых вопросов.

Но к голубцам. Сформированные рулетиком обжариваем до золотистости на растительном масле, складываем, порция за порцией (не будешь же ради семи голубцов ломаться?), в толстостенную кастрюлю или жаровню. Ставим на средний огонь, залив смесью молока и сметаны, солим. Так они под крышкой тушатся минут тридцать. В это время мы трём морковь, чистим и нарезаем лук, снимаем кожицу с помидоров и измельчаем их. Так же на растительном масле обжариваем лук до прозрачности, добавляем морковь, немного протушиваем, добавляем помидоры. Этой красивой овощной смесью заливаем наши голубцы, закрываем крышкой и оставляем томиться ещё примерно на час. Теперь остаётся добавить зелень (я люблю сухую в этом случае) и лавровый лист, потомить ещё пятю минут...

Скажите, сложно? Да ничего подобного! Самое лучшее блюдо на земле, не очень калорийное, вкусное и сбалансированное. Впрочем, что говорить-то? Пора на стол накрывать. А я пойду маме позвоню. Спасибо скажу за то, что она научила меня так вкусно готовить.

P.S. Недавно приготовила голубцы в кокосовом молоке — ну, вот такая блажь у меня возникла — обалденные получились, куда там всяким «Рафаэлло» и «Баунти»!



Линкольн [12+]

Биографическая лента об Аврааме Линкольне, шестнадцатом президенте США, который внёс неоценимый вклад в победу северян во времена гражданской войны.

► Первый, 02.10



PTC

- 06.00 Мультимир. [6+]
- 07.00 **Наследство сестёр Корвал.** [16+]
- 09.20 Михаил Танич. Последнее море. [12+]
- 10.10 В мире животных. [12+]
- 10.35 Мультимир. [6+]
- 10.55 Мир без виз. Турция. [16+]
- 11.50 **Принц-медведь.** [12+]
Давным-давно в далёком королевстве жил капризный и ветреный принц Мариус. Однажды он попал в ловушку колдуня, и тот превратил его в косятое чудовище. Спасти королевича от проклятия сможет только искренняя любовь.
- 12.50 National geographic. [12+]
- 13.40 **Девочка со спичками.** [12+]
Юная Инга живёт в сиротском приюте вместе со своим маленьким другом Эмилем. Приютом управляет жестокая госпожа Ландсфрид, которая заставляет детей работать, чтобы обеспечить ей безбедную жизнь. В канун Рождества Инга вместе с другими детьми выходит на городскую площадь, чтобы продать спички, но радостные горожане в предчувствии праздника проходят мимо замерзающих детей. Те немногие деньги, что Инге удалось заработать, она отдала Эмилю, чтобы мальчишка не наказали. Оставшись на ночной площади, девочка со спичками продолжала ждать, пока кто-нибудь не схватится над ней и не купит её товар. Отчаявшись, девочка зашла в дом, где когда-то жила со своими родителями, и чтобы хоть как-то согреться, зажгла спичку...
- 14.40 **Часы любви.**
1 — 4-я серии. [16+]
- 18.00 **PTC. 7 дней.** [16+]
- 18.25 **Часы любви.**
5 — 8-я серии. [16+]
- 21.35 **Барбаросса.**
2-я серия. [16+]
- 23.00 **PTC. 7 дней.** [16+]
- 23.25 **Марс.** Покорение. [16+]
- 00.15 В краю Тунгусского метеорита. [16+]
- 01.30 **PTC. Ночной эфир.** [16+]



Домашний

- 05.30 Джейми. Обед за 30 минут. [16+]
- 07.30, 23.45 6 кадров. [16+]
- 08.05 **Невеста на заказ.** [16+]
- 10.05 **Саквож со светлым будущим.** [16+]
Автор детективных романов Дмитрий Родионов и его секретарша Маша попадают в историю, соответствующую всем канонам криминального жанра: детям Маши угрожает смертельная опасность, если писатель не отменит поездку в Киев, где он должен встретиться с кандидатом в президенты Борисом Головки.
- 14.00 **Другая семья.** [16+]
- 18.00 **PTC. Программы PTC.** [16+]
- 19.00 **Я не смогу тебя забыть.** [16+]
- 22.45 Москвички. [16+]
- 00.30 **Предсказание.** [16+]
- 02.25 **Маленькая Вера.** [16+]



Первый

- 06.00 Новости.
- 06.10 **Русское поле.** [12+]
- 07.45 Смешарики. ПИН-код.
- 08.00 Часовой. [12+]
- 08.35 Здоровье. [16+]
- 09.40 Непутёвые заметки. [12+]
- 10.00 Новости.
- 10.15 Честное слово. [12+]
- 11.10 Смак. [12+]
- 12.00 Новости.
- 12.15 Дорогая передача. [12+]
- 12.45 Теория заговора. [16+]
- 13.40 Дело декабристов. [12+]
- 15.40 Он и она. [12+]
- 17.30 Русский ниндзя. [12+]
- 19.30 **Лучше всех!** [12+]
- 21.00 Воскресное «Время».
- 22.30 Что? Где? Когда?
- 23.40 Кубок Первого канала по хоккею 2017 г. Сборная России — сборная Финляндии. Трансляция из Москвы. [12+]
- 02.10 **Линкольн.** [12+]



Россия-К

- 06.30 Святыни христианского мира.
- 07.05 **Пётр Первый.**
- 08.45 Мультфильмы.
- 09.40 Обыкновенный концерт.
- 10.10 Мы — грамотеи!
- 10.50 **Друг мой, Колька!..**
Пионеры обычной средней школы маются от скуки. Проводя часы в бессмысленных заседаниях и голо-сованиях, дети мечтают о реальном деле. Новый пионервожатый Сергей Руденко предлагает ребятам организовать клуб автолюбителей...
- 12.15 Что делать?
- 13.00 Звёзды мировой сцены в гала-концерте на Марсовом поле в Париже.
- 14.30 Билет в Большой.
- 15.15 По следам тайны.
- 16.00 Гений.
- 16.35 Пешком...
- 17.05 Куклы.
- 17.50 **Ты есть...**
- 19.30 Новости культуры.
- 20.10 Романтика романа.
- 21.00 Белая студия.
- 21.45 **О лошадях и людях.** [18+]
- 23.15 Джаз пяти континентов.
- 00.55 Амедео Модильяни и Жанна Эбюттерн.
- 01.40 По следам тайны.
- 02.25 Мультфильмы для взрослых. [18+]



Пятый

- 06.55 Мультфильмы. [0+]
- 08.35 День ангела. [0+]
- 09.00 Известия. Главное.
- 10.00 Истории из будущего. [0+]
- 10.50 **Мужики!..** [12+]
Узнав о том, что умерла его бывшая невеста, шахтёр Павел Зубов приезжает в родное село. У него на руках оказываются оставшиеся сиротами трое детей. Старшая дочь — его, Павла. Осознание ответственности перед нею приводит Павла к мужественному решению: он становится отцом всем троим детям.
- 12.45 **Дурная кровь.**
1 — 14-я серии. [16+]
- 02.55 **Солдаты-12.**
1-я и 2-я серии. [16+]



Россия-1

- 04.50 **Срочно в номер!-2.** [12+]
- 06.45 Сам себе режиссёр. [12+]
- 07.35 Смехопанорама. [12+]
- 08.05 Утренняя почта. [12+]
- 08.45 Вести-Хакасия. События недели.
- 09.25 Сто к одному. [12+]
- 10.10 Когда все дома с Тимуром Кизяковым. [12+]
- 11.00 Вести.
- 11.20 Кастинг Всероссийского открытого телевизионного конкурса юных талантов «Синяя птица». [12+]
- 11.50 Сметься разрешается. [12+]
- 13.35 **Куда уходят дожди.** [12+]
- 17.30 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица». [12+]
- 20.00 Вести недели.
- 22.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
- 00.30 Американский отдел. Капкан на ЦРУ. [12+]
- 02.25 **Следствие ведут знатоки.** [12+]



Матч!

- 05.40 Лыжный спорт. Кубок мира. Женщины. 10 км.
- 07.15 Бобслей и скелетон. Кубок мира.
- 08.00 Смешанные единоборства. UFC.
- 10.30 Футбол. Чемпионат мира среди клубов. Финал.
- 12.30 Дзюдо. Турнир серии «Мастерс». [16+]
- 13.00 Бешеная Сушка. [12+]
- 13.30 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Женщины.
- 14.15, 15.05, 20.25, 00.20 Новости.
- 14.20 Биатлон. Кубок мира. Гонка преследования. Мужчины.
- 15.10 Смешанные единоборства. Fight Nights. [16+]
- 16.55 Хоккей. Евротур. «Кубок Первого канала». Швеция — Чехия.
- 19.25 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины.
- 20.30 Хоккей. Евротур. «Кубок Первого канала». Россия — Финляндия.
- 23.25 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины.
- 00.30, 04.40 Все на Матч!
- 01.15 Лыжный спорт. Кубок мира. Женщины. Гонка преследования. 10 км.
- 01.55 Лыжный спорт. Кубок мира. Мужчины. Гонка преследования. 15 км.
- 02.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Аталанта» — «Лацио».



Рен-ТВ

- 05.00 **Меч.** [16+]
Максим Калинин когда-то служил в разведке, после чего пошёл работать в УБОП. Но однажды его увольняют по сфабрикованному обвинению — принципиальный Калинин отказался отпустить на волю преступника, за которого кто-то из его начальства уже получил крупную взятку. Но даже после этого он не отступил от борьбы с преступностью. Собрав вокруг себя нескольких единомышленников, Калинин основывает карательную команду «Меч».
- 23.00 Добров в эфире. [16+]
- 00.00 25/17. Музыкальный фильм. [16+]
- 02.00 Военная тайна. [16+]



СТС/ТВ-7

- 06.00 Алиса знает, что делать! [6+]
- 06.30 Смешарики. [0+]
- 06.55, 10.00 Приключения Кота в сапогах. [6+]
- 07.50 Три кота. [0+]
- 08.00 Слушаем пастыря. [6+]
- 08.15 Молодёжная программа. [16+]
- 08.30 Мамина школа. [0+]
- 09.00 СпортАнзор. [6+]
- 09.30 Неделя в Абакане. [12+]
- 10.30 Детский КВН. [6+]
- 11.30 **Отель «Элеон».** [16+]
- 13.30 **Привидение.** [16+]
- 16.00 Ютуб... [16+]
- 16.30 Кунг-фу панда: невероятные тайны. Шрэк-4D. Кумир Тридцатого королевства. Пингвины из Мадагаскара в Рождественских приключениях. [6+]
- 17.30 **Мадагаскар-3.** [0+]
- 19.10 **Лысий нянька.**
Спецзадание. [6+]
- 21.00 Успех. [16+]
- 22.55 **Средь бела дня.** [16+]
- 00.40 **Троя.** [16+]
- 03.45 **Артур и минипуты.** [6+]
- 05.40 Музыка на СТС. [16+]



Звезда

- 07.30 **Дачная поездка сержанта Цыбули.** [12+]
- 09.00 Новости недели.
- 09.25 Служу России. [12+]
- 09.55 Военная приёмка. [16+]
- 10.45 Политический детектив. [12+]
- 11.10 Код доступа. [12+]
- 12.00 Специальный репортаж. [12+]
- 12.25 Теория заговора. [12+]
- 13.15 Перехватчики МиГ-25 и МиГ-31. Лучшие в своём деле. [12+]
- 14.00 **Трасса.** [16+]
- 18.00 Новости. Главное.
- 18.45 Легенды советского сыска. [16+]
- 22.00 Прогнозы. [12+]
- 22.45 Фетисов. [12+]
- 23.35 **Васёк Трубочёв и его товарищи.** [12+]
По одноимённой повести В.Осеевой. Фильм повествует о жизни и приключениях советских школьников в предвоенные годы. О том, как вечеринке друзей-одноклассники едва не становятся врагами.
- 01.15 **Отряд Трубочёва сражается.** [12+]
- 03.10 **Никто, кроме нас...** [16+]
- 05.20 Освобождение. [12+]
- 05.50 **Тайная прогулка.** [12+]



ТВ-3

- 06.00 Мультфильмы. [0+]
- 08.00 Школа доктора Комаровского. [12+]
- 08.30 Мультфильмы. [0+]
- 10.30, 11.30, 12.15, 13.00, 14.00 **Гримм.** [16+]
- 14.45 **Битва титанов.** [16+]
- 16.45 **300 спартанцев.** [16+]
- 19.00 **Храброе сердце.** [16+]
Смерть малолетней наследницы, единственной претендентки на престол, вызвала в Шотландии спор за корону, в который вмешался английский король Эдуард I. Не желая присягать англичанину шотландцы взбунтовались, и началось противостояние, длившееся долгие годы.
- 22.30 **Плоть и кровь.** [16+]
- 01.00 **Операция «Арго».** [16+]
- 03.15 Тайные знаки. [12+]



TNT-Абакан

- 06.00 TNT. Best. [16+]
- 09.00 Дом-2. Lite. [16+]
- 10.00 Дом-2. Остров любви. [16+]
- 11.00 Перегрузка. [16+]
- 12.00 **СашаТаня.** [16+]
- 14.25 **Грань будущего.** [12+]
- 16.30 **Прометей.** [16+]
- 19.00 Неделя в Абакане. [12+]
- 19.30 Комеди Клуб. [16+]
- 21.00 Однажды в России. [16+]
- 22.00 Stand up. [16+]
- 23.00 Дом-2. Город любви. [16+]
- 00.00 Дом-2. После заката. [16+]
- 01.00 Импровизация. [16+]
- 02.00 Stand up. [16+]
- 03.00 TNT Music. [16+]
- 03.30 Comedy Woman. [16+]
- 06.00 TNT. Best. [16+]



ТВ-Центр

- 06.10 **Земля Санникова.** [12+]
- 08.05 **Ягуар.** [12+]
- 10.00 Игорь Скляр. Под страхом славы. [12+]
- 10.55 Барышня и кулинар. [12+]
- 11.30 События.
- 11.45 Петровка, 38.
- 11.55 Доброе утро.
- 13.45 Смех с доставкой на дом. [12+]
- 14.30 Московская неделя.
- 15.00 10 самых... [16+]
- 16.40 Вторая семья. [12+]
- 17.30 **Машкин дом.** [12+]
- 20.30 **Детектив по воскресеньям.** [12+]
- 00.15 **Внимание! Всем постам...** [12+]
- 01.50 **Взрослая дочь, или Тест на...** [16+]
- 03.40 **Эмигрант.** [12+]



Мир

- 06.00 Миллион вопросов о природе. [16+]
- 06.10 Мультфильмы. [0+]
- 06.30 Такие странные. [16+]
- 07.00 Беларусь сегодня. [12+]
- 07.30 Знаем русский. [6+]
- 08.15 Мультфильмы. [0+]
- 08.20 Культ // Туризм. [16+]
- 08.50 Ещё дешевле. [12+]
- 09.20 Мультфильмы. [0+]
- 09.30 Достучаться до звезды. [12+]
- 10.00 Новости.
- 10.15 Шоу «Во весь голос». [12+]
- 11.35 **Неподкупный.** [16+]
- 16.00 Новости.
- 16.15 **Неподкупный.** [16+]
- 19.00 Вместе.
- 20.00 **Неподкупный.** [16+]
- 03.20 **Возвращение Мухтара-2.** [16+]
- 05.00 100 великих. [16+]
- 06.00 Мультфильмы. [0+]
- 07.45 **31 июня.** [0+]
- 10.30 В формате родного края. «Рыбалка». [16+]
- 11.30 Программа испытаний. [16+]
- 12.30 Решала. [16+]
- 15.30 **Выстрел.** [16+]
- 22.00 Путь Баженова. Напролом. [16+]
- 23.00 Клетка с акулами. [18+]
- 00.00 **И целого мира мало.** [16+]
- 02.30 **Чиполлино.** [0+]
- 04.00 100 великих. [16+]



Че



НТВ

- 05.10 **Мы из джаза.** [16+]
- 07.00 Центральное телевидение. [16+]
- 08.00 Сегодня.
- 08.20 Их нравы. [0+]
- 08.40 Устами младенца. [0+]
- 09.25 Едим дома. [0+]
- 10.00 Сегодня.
- 10.20 Первая передача. [16+]
- 11.05 Чудо техники. [12+]
- 12.00 Дачный ответ. [0+]
- 13.00 Муслим Магомаев. Возвращение. [16+]
- 14.00 У нас выигрывают! [12+]
- 15.05 Своя игра. [0+]
- 16.00 Сегодня.
- 16.20 Следствие вели... [16+]
- 18.00 Новые русские сенсации. [16+]
- 19.00 Итоги недели.
- 20.10 Ты не поверишь! [16+]
- 21.10 Звёзды сошлись. [16+]
- 23.00 Путь нефти. [12+]
- 00.00 **Сын за отца...** [16+]
- 01.40 **Хожение по мукам.** [0+]
- 03.15 **Брачный контракт.** [16+]



Общественное телевидение России

- 07.05 Продовольственная безопасность. Правда о пальме. [12+]
- 07.30 Мужской выбор. [12+]
- 08.35 Дом «Э». [12+]
- 09.00 Рукотворные чудеса. [12+]
- 09.25 **Прощание мсье Перришона.** [12+]
- 10.40 Гамбургский счёт. [12+]
- 11.05 Большая наука. [12+]
- 12.00 От прав к возможностям. [12+]
- 12.30 Фигура речи. [12+]
- 12.55 **А поутру они проснулись...** [12+]
- 14.35 Заведи меня, Сусанин. [12+]
- 15.15 Рукотворные чудеса. [12+]
- 15.35 Промыслить всё. [12+]
- 16.05 Продовольственная безопасность. Правда о пальме. [12+]
- 16.30 Служу Отчизне. [12+]
- 17.00 Новости.
- 17.05 **Над нами Южный Крест.** [12+]
- 18.30 Гамбургский счёт. [12+]
- 19.00 Новости.
- 19.05 Киноправда?! [12+]
- 21.15 **Путешествие мсье Перришона.** [12+]
- 22.30 Вспомнить всё. [12+]
- 23.00 ОТРажение недели.
- 23.40 Культурный обмен. [12+]
- 00.25 **Прощание в июне.** [12+]
- 02.35 ОТРажение недели.
- 03.15 Вода России. [12+]
- 04.00 Большая наука. [12+]
- 04.50 Календарь. [12+]



История

- 05.40, 15.25, 01.15 «Нева» и «Надежда». Первое русское плавание кругом света. Фильм третий. [12+]
- 06.35, 16.20, 02.10 Потерянные воины Карфагена. [12+]
- 07.40, 17.25, 03.15 Станция «Восток». На пороге жизни. [16+]
- 09.25, 19.15 Обменяли хулигана на Луиса Корвалана. [12+]
- 10.20, 20.10 Анкор. Земля богов. Взлёт империи. [12+]
- 11.20, 21.10 СССР. Империя наоборот. Украина. [12+]
- 12.15, 22.05 Знакомство с древними римлянами. Жизнь улиц. [12+]
- 13.25, 23.15 Поединок в Лефортово. Шах и мат Бурбону. [12+]
- 14.30, 00.20 Сокровища мира. Туринская плащаница. [12+]



Русский иллюзион

- 05.40 Артистка. [16+]
 07.20 Белая, белая ночь. [16+]
 09.20 Крупным планом. [16+]
 09.35 Мужская женская игра. [16+]
 11.10 Кладоискатели. [16+]
 13.00 Трио. [16+]
 14.50 Русский треугольник. [16+]
 16.45 Жена Сталина. [16+]
 18.25 Я хочу туфли. [16+]
 20.05 Фортуна. [16+]
 21.35 Быстрее, чем кролики. [16+]
 23.10 Узник замка Иф. [12+]
 00.50 Жмурки. [16+]
 02.40 Овсянки. [16+]
 03.55 Мишень. [18+]

Русский роман

- 05.00 Простить за всё. [12+]
 06.40 Два мгновения любви. [12+]
 08.20 Будет светлым день. [12+]
 11.25 Мой чужой ребёнок. [12+]
 13.20 Время собирать. [12+]
 15.05 Под знаком луны. [12+]
 18.30 Смайлик. [16+]
 20.00 Артистка. [12+]
 22.00 Вернётся — поговорим. [12+]
 01.30 Снег растает в сентябре. [12+]
 04.55 Будет светлым день. [12+]

Иллюзион+

- 05.45 Боксёр. [16+]
 07.15 Помни (Мементо). [16+]
 09.05 Ирландец. [16+]
 10.50 Добро пожаловать в капкан. [16+]
 12.25 Эквilibrium. [16+]
 14.10 Этот неловкий момент. [16+]
 15.40 Бандиты. [16+]
 17.40 Знаменитость. [16+]
 19.30 Интерактивная викторина. [16+]
 21.05 Приливы. [16+]
 22.40 88 минут. [16+]
 00.30 Вундеркинды. [16+]
 02.20 Бруклинские полицейские. [16+]
 04.35 Бандиты. [16+]

Disney

- 06.00 Санта Клаус. [6+]
 08.15 Музыка на канале Disney. [6+]
 09.00 Умка. М/ф. [6+]
 09.15 Умка ищет друга. М/ф. [6+]
 09.30 Винни и Слонотоп. [0+]
 10.40 Узнавайка. Шериф Келли и Дикий Запад. [0+]
 11.10 Узнавайка. Майлз с другой планеты. [6+]
 11.35 Узнавайка. Доктор Плюшева. Клиника для игрушек. [0+]
 12.00 Узнавайка. Герои в масках. [0+]
 12.30 Узнавайка. Елена — принцесса Авалора. [0+]
 13.00 Узнавайка. София Прекрасная. [0+]
 14.00 Узнавайка. [0+]
 16.00 Утиные истории. [6+]
 16.25 Рапунцель. Новая история. [6+]
 17.00 Хроники Нарнии. Принц Каспиан. [12+]
 19.50 Жил был кот. [6+]
 21.35 Город героев. [6+]
 23.30 ВАЛЛ-И. [0+]
 01.25 Снежная пятёрка. [0+]
 03.05 Санта Клаус. [6+]

Дом кино

- 06.00 Девушка с гитарой. [12+]
 07.30 Каменская. [16+]
 11.00 Два дня. [16+]
 12.40 Сирота казанская. [12+]
 14.30 Бриллиантовая рука. [0+]
 16.25 Вокзал для двоих. [12+]
 19.00 Каменская. [16+]
 23.00 Самая обаятельная и привлекательная. [12+]
 00.35 Опасно для жизни! [12+]
 02.20 Берегись автомобиля. [0+]
 04.05 Эта весёлая планета. [12+]

TV 1000

- 06.20 Убей меня нежно. [18+]
 08.05 Прости за любовь. [16+]
 10.10 Загадочная история Бенджамина Баттона. [16+]
 13.25 Хранитель Луны. [0+]
 15.05 Прости за любовь. [16+]
 17.25 Уж кто бы говорил-2. [12+]
 19.00 Счастливчик Гилмор. [12+]
 20.50 Загадочная история Бенджамина Баттона. [16+]
 00.10 Уж кто бы говорил-3. [12+]
 02.10 Невероятный Халк. [16+]
 04.25 Лунатики. [16+]

Пятница!

- 05.30 Олигарх-ТВ. [16+]
 06.00 Орёл и решка. [16+]
 07.00 Школа доктора Комаровского. [16+]
 08.00 Орёл и решка. [16+]
 09.00 Бедняков +1. [16+]
 10.00 Еда, я люблю тебя! [16+]
 12.00 Генеральная уборка. [16+]
 13.00 Орёл и решка. Рай и ад. [16+]
 14.00 Орёл и решка. [16+]
 20.00 Еда, я люблю тебя! [16+]
 21.00 Ревизорро. Москва. [16+]
 23.00 Битва салонов. [16+]
 01.00 Лучшее предложение. [16+]
 03.30 Верю — не верю. [16+]

Мульт

- 05.45 Волшебный фонарь.
 06.20 Летающие звери.
 06.30 Барбоскины.
 07.00 Машины сказки.
 07.45 Маша и Медведь.
 08.00 Лунтик и его друзья.
 08.30 Белка и Стелка. Озорная семейка.
 09.00 МУЛЬТпреьера!
 09.20 Бумажки.
 10.00 Машины сказки.
 10.50 Жила-была Царевна.
 11.05 Барбоскины.
 11.30 Маша и Медведь. Фиксики.
 12.25 Лунтик и его друзья.
 13.00 Белка и Стелка. Озорная семейка.
 13.30 МУЛЬТпреьера!
 14.00 МУЛЬТсюрприз.
 18.00 Белка и Стелка. Озорная семейка.
 18.35 МУЛЬТпреьера!
 19.00 Барбоскины.
 19.25 Машины сказки.
 20.05 Маша и Медведь.
 20.30 Смешарики.
 21.00 Друзья на все времена.
 22.00 Лунтик и его друзья.
 22.30 Белка и Стелка. Озорная семейка.
 23.00 МУЛЬТпреьера!
 23.30 Барбоскины.
 00.00 Сказка на ночь.
 00.35 Маша и Медведь.
 01.00 Ми-Ми-Мишки.
 01.15 Необыкновенные приключения Карика и Вали.
 02.00 МУЛЬТсюрприз.

Лыжные гонки. Кто она, олимпийская надежда нашей сборной?

Полина Ковалёва: «Я в себе уверена»

Полина КОВАЛЁВА — из Железногорска. На соревнованиях она представляет Москву и Красноярский край. В посёлке Вершина Тёи лыжница не в первый раз. В нынешнем году на Кубке Хакасии подопечная Виктора Ревина завоевала серебро и бронзу в спринте свободным стилем и классическим.

Беседовал
Александр ДУБРОВИН

— Вас, медалистов, на пьедестале почёта, можно сказать, расставили считанные секунды.

— Честно говоря, я не очень довольна своими результатами. Самочувствие было тяжёлое, но это только начало сезона, поэтому надеюсь, что в дальнейшем реализую все свои возможности.

— Как вам трасса и какое впечатление оставляет в целом Центр спортивной подготовки «Тёя»?

— Спринтерский круг здесь тяжёлый. И достаточно длинный. Поэтому надо тактически грамотно распределять свои силы на всю дистанцию. А сам центр... Последний раз в Тёе я была два года назад, и меня поразили те изменения, что произошли за это время: построили тоннель с лестницей — удобно добираться до трассы, вакабины появились. И трассу хорошо делают. Претензий нет ни к проживанию, ни к питанию. Меня всё устраивает.

— Если брать прошлый сезон, всё ли удалось сделать так, как планировалось?

— В прошлом сезоне я планировала удачнее отбежать чемпионат мира. К сожалению, не всё получилось. А так как сейчас тренируюсь не в команде, а с личным тренером, надеюсь в нынешнем сезоне улучшить свои результаты. Моя главная задача на сегодняшний день — отобраться на Олимпийские игры. Будем надеяться, что нас допустят до участия в соревнованиях. Отсюда я поеду в Норвегию на этапы Кубка мира, а там уже на лыжню в Красногорск. До наступления Нового года станет всё известно.

— Олимпиада — это действительно реально?

— Абсолютно реально. Я уверена, что могу отобраться в состав национальной команды... Не могу точно знать, но я готовлюсь... Я надеюсь... В принци-



В лыжном спорте Полина Ковалёва с семи лет.
ФОТО: САША ЛЬЕ, «ХАКАСИЯ»

пе, я в себе уверена. Я два года готовилась с командой. И решила перейти к личному тренеру. Он в меня тоже верит. И с ним у меня не будет поражений.

— Какие нагрузки приходится выдерживать во время тренировок?

— Основные нагрузки — летом. А уже ближе к зиме они снижаются, переходим на скоростную работу. Бегаем, бегаем и ещё раз бегаем. В год мы, девушки, пробегаем на лыжах в среднем 10 тысяч километров. Тренировки два раза в день.

— Тяжело?

— Вообще считаю лыжные гонки самым тяжёлым из всех видов спорта.

— А с какого возраста вы на лыжах?

— Я в лыжном спорте с семи лет. Сейчас мне 24. Теперь уже спорт — вся моя жизнь. Когда что-то получается, горюшь своим делом, это только удваивает, утраивает желание добиваться высоких результатов. До сих пор помню свою первую победу на первенстве России в Тольятти. Тогда же удачно выступила на всероссийских соревнованиях на призы Раисы Сметаниной в Сыктывкаре.

В спорт меня привёл папа — Николай Александрович. У меня вся семья спортсмены. И мама,

и моя сестра старшая — лыжницы. Папа — боксёр. И вот он захотел, чтобы все занимались лыжами.

— Было бы немножко странно, если бы девушек привели в боксёрский зал.

— Не, он хотел сначала (смеётся). Но остановился на лыжах. Я была очень маленькой — даже не помню, как это было. Но вот серьёзный толчок заниматься лыжами дала мне моя сестра Евгения. Она меня старше на 10 лет. Женя как раз заканчивала спортивную карьеру, а у меня всё только начиналось. Конечно, помогла мне на начальном этапе. Хорошо помню, как я выиграла свои первые старты...

На первенстве России в 2011 и 2013 годах я была второй, в 2016-м уже первой. На этапе Кубка мира в Норвегии в 2016 году в спринте классическим стилем была 15-й. В марте нынешнего года на чемпионате России в Ханты-Мансийске удалось взять серебро. В сентябре на всероссийских соревнованиях в Тюмени завоевала золото.

— Результаты действительно только растут. Удачи вам на лыжне...

— Спасибо, мне уже на тренировку пора.

Аскизский район