



Экипаж машины боевой [12+]

Лето 1943 года. Накануне очередного сражения поступает приказ: в бой не вступать. Однако вылазки немецкого танка, управляемого асом, подтолкнули советского танкиста Меньшова к решению во что бы то ни стало уничтожить самонадеянного врага.

► Звезда, 23.40

- РТС**
- 05.00, 09.03, 15.03, 22.45 «Тема дня» на радио «Комсомольская правда 105.3 FM». [12+]
 - 06.00 **Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней».** [16+]
 - 06.35 Территория 02. [16+]
 - 06.45 Вне зоны. [16+]
 - 07.00 Прямой разговор. Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]
 - 07.30 Язык танца. [12+]
 - 08.00 Чек-лист. [12+]
 - 08.40 Личный тренер. [12+]
 - 08.55, 11.25, 12.25, 21.00, 22.35, 00.50 Бренды СССР. [12+]
 - 10.00 РТС. Новости. [16+]
 - 10.15 Солбан. [16+]
 - 10.25 Доктор Гаджет. [16+]
 - 10.35 Научная среда. [12+]
 - 10.50 Территория 02. [16+]
 - 11.00 Личный тренер. [12+]
 - 11.40, 14.45, 19.40, 01.50 Лица Енисейской Сибири. [16+]
 - 12.00, 14.00 РТС. Новости. [16+]
 - 12.10 Вне зоны. [16+]
 - 12.40 Язык танца. [12+]
 - 13.10 **Сериал на РТС.** [16+]
 - 14.15 Регион 19. [16+]
 - 14.30 Вопрос дня. [16+]
 - 16.00, 18.00 РТС. Новости. [16+]
 - 16.10 Док. фильм. [16+]
 - 16.40 Личный тренер. [12+]
 - 17.10 Док. фильм о заповедниках. [16+]
 - 18.10 Научная среда. [12+]
 - 18.25 Прямой разговор. Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]
 - 19.00, 20.20 Вопрос дня. [16+]
 - 19.10 Доктор Гаджет. [16+]
 - 19.20 Мамочки мои. [12+]
 - 19.30 Индустрия красоты. [12+]
 - 20.00 РТС. Новости. [16+]
 - 20.35 Личный тренер. [12+]
 - 21.10 **Сериал на РТС.** [16+]
 - 22.05, 01.30 РТС. Новости. [16+]
 - 22.25 Вопрос дня. [16+]
 - 23.40 Вне зоны. [16+]
 - 00.00, 01.05 Родная улица (с субтитрами). [16+]
 - 00.30 Под счастливой звездой (с субтитрами). [16+]
 - 02.50 Док. фильм о заповедниках. [16+]

- Первый**
- 05.00 Доброе утро.
 - 08.00 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. Фигурное катание. Командные соревнования. Пары (произвольная программа). Женщины (произвольная программа). Танцы (произвольная программа).
 - 12.00 Новости.
 - 12.05 Время покажет. [16+]
 - 15.00 Новости.
 - 15.10 Давай поженимся! [16+]
 - 16.00 Мужское/Женское. [16+]
 - 17.00 Время покажет. [16+]
 - 18.00 Вечерние новости.
 - 18.40 На самом деле. [16+]
 - 19.45 Пусть говорят. [16+]
 - 21.00 Время.
 - 21.30 **Цыплёнок жареный.** [16+]
 - 23.30 Вечерний Ургант. [16+]
 - 00.00 Познер. [16+]
 - 01.15 Дневник Олимпийских игр-2022 в Пекине. [0+]
 - 02.15, 03.05 Время покажет. [16+]
 - 03.00 Новости.

- Россия-К**
- 06.30, 07.00, 07.30, 08.20, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры. [12+]
 - 06.35 Пешком... [12+]
 - 07.05 Невский ковчег. Теория невозможного. [12+]
 - 07.35 Снежный человек профессора Поршнева. [12+]
 - 08.25 Легенды мирового кино. [12+]
 - 08.50 **Овод.** [0+]
 - 10.15 Наблюдатель. [12+]
 - 11.10 Вершина Визбора. [12+]
 - 12.40 **Визит к Минотавру.** [0+]
 - 14.00 Линия жизни. [12+]
 - 15.05 Новости. Подробно. Арт. [12+]
 - 15.20 Агора. [12+]
 - 16.25 **Овод.** [0+]
 - 17.30 Доменико Скарлатти. Духовная музыка. [12+]
 - 18.10 Екатеринбург. Особняк Тупиковых. [12+]
 - 18.40 Настоящая война престолов. [12+]
 - 19.45 Главная роль. [12+]
 - 20.05 Правила жизни. [12+]
 - 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
 - 20.45 Тайны повелителей астрономических чисел. [12+]
 - 21.30 Сати. Нескучная классика... [12+]
 - 22.15 **Визит к Минотавру.** [0+]
 - 00.00 Магистр игры. [12+]
 - 00.30 Вершина Визбора. [12+]
 - 01.55 Марафон «Звёзды XXI века». [12+]

- Пятый**
- 05.00, 09.00 Известия. [16+]
 - 05.35, 09.25, 13.25 **Чужой район-2. 25 — 32-я серии.** [16+]
 - 13.00, 17.30 Известия. [16+]
 - 13.40 **Чужой район-3. 1 — 4-я серии.** [16+]
 - 17.45 **Морские дьяволы-5. Лето. пляж. бомба.** [16+]
 - 18.45 **Морские дьяволы-5. Шпионские игры.** [16+]
 - 19.40 **След. Вирус рака.** [16+]
 - 20.35 **След. Чудовище болотное.** [16+]
 - 21.25 **След. Испорченный телефон.** [16+]
 - 22.15 **След. Лесной олень.** [16+]
 - 23.10 **Великолепная пятёрка-4. Попробуй догони!** [16+]
 - 00.00 Известия. Итоговый выпуск. [16+]
 - 00.30 **След. Город-сад.** [16+]
 - 01.15 **След. Папаша.** [16+]
 - 02.05 **След. Отблеск пламени.** [16+]
 - 02.40 **След. Семеро по лавкам.** [16+]
 - 03.20 Известия. [16+]
 - 03.30 **Детективы. Охотница.** [16+]

- Россия-1**
- 05.00 Утро России.
 - 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.
 - 09.00 Хабарлар-Хакасия.
 - 09.34 Утро России. Местное время. На хакасском языке. О самом главном. [12+]
 - 11.00, 14.00 Вести.
 - 11.15 Судьба человека. [12+]
 - 12.05, 18.55 60 минут. [12+]
 - 13.00, 14.30 **Тайны госпожи Кирсановой.** [12+]
 - 15.30 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Женщины. 15 км. Индивидуальная гонка. [16+]
 - 17.50 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]
 - 20.00 Вести.
 - 21.05 Вести-Хакасия.
 - 21.20 **Склифосовский.** [16+]
 - 23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]
 - 02.20 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. [16+]

- Матч!**
- 05.15 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
 - 06.55, 10.40, 13.25, 17.50, 22.30, 02.50 Новости.
 - 07.00 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
 - 09.10 XXIV зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт. Гигантский слалом. Женщины. 1-я попытка.
 - 10.45 Все на Матч!
 - 11.05 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Женщины. Россия — Канада.
 - 13.30 Все на Матч!
 - 14.00 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
 - 15.25 XXIV зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт. Женщины. 1500 м.
 - 16.50 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
 - 17.55 Все на Матч!
 - 18.30 XXIV зимние Олимпийские игры.
 - 21.45 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
 - 22.35 Все на Матч!
 - 23.25 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА — УНИКС (Казань).
 - 01.30 Все на Матч!
 - 02.20 Тотальный футбол. [12+]
 - 02.55 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]

- Рен-ТВ**
- 05.00 Территория заблуждений. [16+]
 - 06.00 Документальный проект. [16+]
 - 07.00 С бодрым утром! [16+]
 - 08.30 Новости. [16+]
 - 09.00 Засекреченные списки. [16+]
 - 11.00 Как устроен мир. [16+]
 - 12.00, 16.00, 19.00 112. [16+]
 - 12.30, 16.30, 19.30 Новости. [16+]
 - 13.00 Загадки человечества. [16+]
 - 14.00 Невероятно интересные истории. [16+]
 - 15.00 Документальный спецпроект. [16+]
 - 17.00 Тайны Чапман. [16+]
 - 18.00 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
 - 20.00 **G.I. Joe.** [16+]
 - 22.05 Водить по-русски. [16+]
 - 23.00 Новости. [16+]
 - 23.25 Неизвестная история. [16+]
 - 00.30 **Бросок кобры.** [16+]
 - 02.30 **Поросёнок Бэйб.** [16+]
 - 03.55 Тайны Чапман. [16+]
 - 04.45 Территория заблуждений. [16+]

- СТС**
- 05.00 6 кадров. [16+]
 - 06.05 Три кота. М/с. [0+]
 - 06.15 Драконы. Гонки по краю. М/с. [6+]
 - 07.00 Том и Джерри. М/с. [0+]
 - 08.40 **Лёд.** [12+]
 - 11.00 Рио. М/ф. [0+]
 - 12.45 Рио-2. М/ф. [0+]
 - 14.45 **Призрачный патруль.** [12+]
 - 16.40 **Братья.** [16+]
 - 20.00 Не дрогни! [16+]
 - 20.55 **Люди в чёрном. Интернэшнл.** [16+]
 - 23.10 **Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега.** [12+]
 - 01.35 **Побег из Шоушенка.** [16+]
 - 03.50 **Мамы чемпионов.** [16+]
 - 04.40 **Вороныны.** [16+]

- Звезда**
- 05.05 **Без права на ошибку.** [16+]
 - 07.00 Сегодня утром. [12+]
 - 09.00 Новости дня. [16+]
 - 09.20 **Женитьба Бальзаминова.** [12+]
 - 11.20 Открытый эфир. [12+]
 - 13.00 Новости дня. [16+]
 - 13.20 Не факт! [12+]
 - 14.10 **Псевдоним «Албанец».** [16+]
 - 18.00 Военные новости. [16+]
 - 18.10 Не факт! [12+]
 - 18.30 Специальный репортаж. [16+]
 - 18.50 Карим Хакимов. «Советский паша». [16+]
 - 19.40 Скрытые угрозы. [16+]
 - 20.25 Загадки века. Японская Советская Республика. [12+]
 - 21.15 Новости дня. [16+]
 - 21.25 Открытый эфир. [12+]
 - 23.05 Между тем. [12+]
 - 23.40 **Экипаж машины боевой.** [12+]
 - 01.05 **В небе «Ночные ведьмы».** [12+]
 - 02.20 **Женитьба Бальзаминова.** [12+]
 - 03.45 Оружие Победы. [12+]
 - 03.55 **Псевдоним «Албанец».** [16+]

- Мир**
- 05.00 **Смерть шпионам.** [16+]
 - 10.00 Новости.
 - 10.10 Белорусский стандарт. [12+]
 - 10.20 **Смерть шпионам.** [16+]
 - 13.00 Новости.
 - 13.15 Дела судебные. [16+]
 - 16.00 Новости.
 - 16.15 Дела судебные. [16+]
 - 17.10 Мировое соглашение. [16+]
 - 18.05 Дела судебные. [16+]
 - 19.00 Новости.
 - 19.25 Игра в кино. [12+]
 - 20.55 Слабое звено. [12+]
 - 21.55 Назад в будущее. [16+]
 - 23.45 **Остров ненужных людей.** [16+]
 - 02.10 Достояние республик. Восьмидесятые. [12+]
 - 03.25 Дела судебные. [16+]
 - 04.50 **Смерть шпионам. Крым.** [16+]

- TNT**
- 05.45 Открытый микрофон. [16+]
 - 06.30 TNT. Best. [16+]
 - 07.00 TNT. Gold. [16+]
 - 07.55 **СашаТаня.** [16+]
 - 10.00 **Голодные игры.** [16+]
 - 12.45 **СашаТаня.** [16+]
 - 15.15 **Универ.** [16+]
 - 18.00 **Жуки.** [16+]
 - 20.00 **Девушки с Макаровым.** [16+]
 - 21.00 Где логика? [16+]
 - 22.00 **Вне себя.** [16+]
 - 22.45 **1+1.** [16+]
 - 01.05 Такое кино! [16+]
 - 01.40 Импровизация. [16+]
 - 04.10 Comedy баттл. Сезон-2018. [16+]
 - 04.55 Открытый микрофон. [16+]

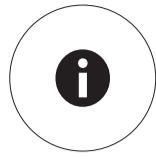
- ТВ-Центр**
- 06.00 Настроение.
 - 08.15 **Большая перемена.** [12+]
 - 08.50 **Майор и магия.** [16+]
 - 10.35 Петровка, 38. [16+]
 - 10.55 Городское собрание. [12+]
 - 11.30 События.
 - 11.50 **Пуаро Агаты Кристи.** [12+]
 - 13.40 Мой герой. Игорь Корнелюк. [12+]
 - 14.30 События.
 - 14.50 Город новостей.
 - 15.05 **Анна-детективъ.** [12+]
 - 17.00 Прощание. Трус, Балбес и Бывалый. [16+]
 - 17.50 События.
 - 18.10 **Отель последней надежды.** [12+]
 - 22.00 События.
 - 22.35 День «Если». [16+]
 - 23.05 Знак качества. [16+]
 - 00.00 События.
 - 00.35 Петровка, 38. [16+]
 - 00.55 Хроники московского быта. [12+]
 - 01.35 Прощание. Владимир Сошальский. [16+]
 - 02.15 Ворошилов против Тухачевского. Маршал на заклятие. [12+]
 - 02.55 Петровка, 38. [16+]
 - 03.10 **Анна-детективъ.** [12+]
 - 04.40 Александр Панкратов-Чёрный. Мужчина без комплексов. [12+]
 - 05.20 Мой герой. Игорь Корнелюк. [12+]

- Мир**
- 05.30 Городские легенды. [16+]
 - 06.00 Мультфильмы. [0+]
 - 09.30 **Слепая.** [16+]
 - 11.50 **Гадалка.** [16+]
 - 14.40 Мистические истории. [16+]
 - 15.45 **Гадалка.** [16+]
 - 17.25 **Слепая.** [16+]
 - 18.30 **Нюхач.** [16+]
 - 20.30 **Сверхъестественное.** [16+]
 - 23.00 **Пещера.** [16+]
 - 01.15 **Нерв.** [16+]
 - 02.30 **Сны.** [16+]
 - 04.00 Тайные знаки. [16+]
 - 06.00 Улётное видео. [16+]
 - 07.00 **Лютый.** [12+]
 - 08.00 Улётное видео. Лучшее. [16+]
 - 09.30 Улётное видео. [16+]
 - 14.00 Дорожные войны 2.0. [16+]
 - 17.00 Дизель шоу. [16+]
 - 20.00 Улётное видео. [16+]
 - 23.00 Опасные связи. [18+]
 - 02.00 Улётное видео. [16+]

- НТВ**
- 04.55 **Возвращение Мухтара.** [16+]
 - 06.30 Утро. Самое лучшее. [16+]
 - 08.00 Сегодня.
 - 08.25 **Морские дьяволы.** [16+]
 - 10.00 Сегодня.
 - 10.25 **Морские дьяволы.** [16+]
 - 13.00 Сегодня.
 - 13.20 Чрезвычайное происшествие. [16+]
 - 14.00 Место встречи. [16+]
 - 16.00 Сегодня.
 - 16.45 За гранью. [16+]
 - 17.50 ДНК. [16+]
 - 19.00 Сегодня.
 - 20.00 **Невский. Охота на архитектора.** [16+]
 - 23.20 Сегодня.
 - 23.40 **Пёс.** [16+]
 - 03.25 **Три звезды.** [16+]

- 360°/ТВ-7**
- 06.00 Домашняя кухня. [16+]
 - 06.25 6 кадров. [16+]
 - 06.30 **Объятия лжи.** [16+]
 - 06.55 По делам несовершеннолетних. [16+]
 - 09.00 Давай разведёмся! [16+]
 - 10.00 Тест на отцовство. [16+]
 - 12.15 Понять. Простить. [16+]
 - 13.20 Порча. [16+]
 - 13.50 Знахарка. [16+]
 - 14.25 Верну любимого. [16+]
 - 15.00 **Вернись в Сорренто.** [16+]
 - 19.00 **Чужие дети.** [16+]
 - 23.35 **Женский доктор.** [16+]
 - 01.30 Понять. Простить. [16+]
 - 02.30 Порча. [16+]
 - 02.55 Знахарка. [16+]
 - 03.20 Верну любимого. [16+]
 - 03.45 Тест на отцовство. [16+]
 - 05.00 Новости 360.
 - 07.00 Мультфильмы. [6+]
 - 07.30 Вне зоны. [16+]
 - 08.00 Великий Новгород. У истоков российской государственности. [12+]
 - 09.00 Вне зоны. [16+]
 - 09.30 Вкусно 360. [12+]
 - 11.30 Самое вкусное. [12+]
 - 12.00 Вне зоны. [16+]
 - 12.30 **Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 4-й. 1 — 3-я серии.** [12+]
 - 15.20 **Обыкновенное чудо. 1-я серия.** [0+]
 - 16.00 Вне зоны. [16+]
 - 16.30 Большой скачок. [12+]
 - 17.00 **Обыкновенное чудо. 2-я серия.** [0+]
 - 17.50 Быстрые деньги. [12+]
 - 18.20 **Самара. 13-я серия.** [16+]
 - 19.00 Nota bene. Новости. [16+]
 - 19.30 Nota bene. Детали. [16+]
 - 20.30 Nota bene. Новости. [16+]
 - 21.20 **Чужая кровь. 2-я серия.** [16+]
 - 22.00 Nota bene. Новости. [16+]
 - 22.30 **Самара. 11-я и 12-я серии.** [16+]
 - 23.50 Зима в Подмоскowie. [12+]
 - 00.20 Взрослые люди. [16+]
 - 01.00 Nota bene. Новости. [16+]
 - 01.30 Вне зоны. [16+]
 - 01.50 Самое яркое. [16+]

- Общественное телевидение России**
- 05.40 Большая страна. [12+]
 - 05.45 10 дурацких способов ловить рыбу зимой. [12+]
 - 06.15, 02.05 Числа. Пять чисел, которые изменили мир. [12+]
 - 07.10, 14.10, 03.00 Среда обитания. [12+]
 - 07.30, 14.30 Календарь. [12+]
 - 08.00 Серая Шейка. Чудесный колокольчик. М/ф. [0+]
 - 08.40 **Холодная война.** [16+]
 - 10.10 **Кто есть кто?** [16+]
 - 12.00 ОТражение-1.
 - 14.00, 17.00 Новости. [12+]
 - 15.00 Активная среда. [12+]
 - 15.15 За дело! [12+]
 - 16.00, 17.20 ОТражение-2.
 - 19.00, 23.00 Новости. [16+]
 - 19.15 1814. [16+]
 - 20.50, 01.25, 04.45 Правда? [12+]
 - 21.30 Легенды русского балета. [12+]
 - 22.00, 23.30 ОТражение-3.
 - 01.00 Вспомнить всё. [12+]
 - 03.20 Потомки. [12+]
 - 03.50 Домашние животные. [12+]
 - 04.15 Книжные аллеи. Адреса и строки. [16+]



Русский иллюзион

- 05.55 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
 07.20 Домовой. [6+]
 08.55 Временные трудности. [12+]
 10.15 Белые ночи. [16+]
 11.55 Сторож. [16+]
 13.45 Неуловимые. Последний герой. [16+]
 15.10 Няньки. [16+]
 16.55 Неуловимые. Джекет. [16+]
 18.25 Чемпионы. [6+]
 20.10 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
 21.30 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
 23.20 Неуловимые. Бангкок. [16+]
 00.55 Одноклассницы. [16+]
 02.20 Лови момент. [16+]
 03.40 Спитак. [16+]

TV 1000 Русское кино

- 05.10 О чём говорят мужчины. [16+]
 06.50 О чём ещё говорят мужчины. [16+]
 08.25 О чём говорят мужчины. Продолжение. [16+]
 09.50 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
 11.35 Волкодав из рода Серых Псов. [16+]
 14.05 Ключ времени. [12+]
 15.45 Побочный эффект. [16+]
 17.30 Затмение. [12+]
 19.00 Внук космонавта. [12+]
 20.25 Выше неба. [16+]
 22.20 Трудности выживания. [16+]
 00.00 Остров везения. [12+]
 01.30 Война полов. [16+]
 03.10 Женщины против мужчин. [18+]
 04.40 Неуловимые. [16+]

TV 1000

- 05.55 Шоу Трумана. [6+]
 07.35 Терминал. [12+]
 09.40, 21.20 Элементарно. [16+]
 11.20 Выхода нет. [18+]
 13.20 Идеальный побег. [16+]
 15.10 Во власти стихии. [16+]
 17.00 Как отделаться от парня за 10 дней. [12+]
 19.10 Правила съёма. Метод Хитча. [12+]
 23.00 Свадьба лучшего друга. [12+]
 00.55 Стальные магнолии. [6+]
 03.05 Ешь, молись, люби. [16+]

TV 1000 Action

- 06.15 Астрал. [16+]
 07.50 Астрал. Глава 2-я. [16+]
 09.30 Астрал-3. [16+]
 11.00 Одним меньше. [16+]
 13.00 Американец. [16+]
 14.50 Саботаж. [18+]
 16.40 Время убивать. [16+]
 19.20 Механик. [18+]
 20.55 Падение Олимпа. [16+]
 23.00 Падение Лондона. [18+]
 00.40 Падение ангела. [16+]
 02.45 Проповедник с пулемётом. [18+]

Иллюзион+

- 06.15 Почти молодожёны. [16+]
 07.40 Нет мужчин — нет проблем. [16+]
 09.00 Миссия. Неадекватна. [18+]
 10.25 Притворись моим мужем. [16+]
 11.55 Таинственный Альберт Ноббс. [16+]
 13.40 Чтец. [16+]
 15.35 Рыжий пёс. [16+]
 17.00 Учитель английского. [16+]
 18.25 Плохая мамочка. [16+]
 19.55 Открытая дорога назад. [16+]
 21.20 После свадьбы. [16+]
 23.00 Напролом. [16+]
 00.30 Проповедник с пулемётом. [16+]
 02.35 Неуловимые. [16+]
 04.00 Нет мужчин — нет проблем. [16+]

Дом кино

- 05.00 Самый лучший день. [16+]
 06.40 Скорый «Москва — Россия». [12+]
 08.05 Артистка. [12+]
 09.20 Ералаш. [6+]
 10.25 Три богатыря и принцесса Египта. М/ф. [6+]
 11.40 Три богатыря и Морской царь. М/ф. [6+]
 13.05 Конь Юлий и большие скачки. М/ф. [6+]
 14.30 Сваты. [16+]
 19.20 Особенности национальной рыбалки. [12+]
 21.10 Особенности национальной охоты. [12+]
 23.00 Сваты. [16+]
 04.40 Брат. [12+]

Русский роман

- 05.10 Успеть всё исправить. [16+]
 08.15 Избранница. [16+]
 11.30 Осколки счастья-2. [12+]
 15.20 Ищу мужчину. [12+]
 18.45 Я выбираю тебя. [12+]
 22.00 Храни её любовь. [12+]
 23.35 Сын. [16+]
 01.25 Генеральская сноха. [12+]
 04.30 Майский дождь. [12+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
 05.50 Пятница News. [16+]
 06.10 На ножах. [16+]
 12.10 Мир наизнанку. Бразилия. [16+]
 18.10, 20.10 Мир наизнанку. Южная Америка. [16+]
 19.00 Большой выпуск. [16+]
 21.10 Мир наизнанку. Пакистан. [16+]
 22.10 Секретный миллионер. Сезон справедливости. [16+]
 23.20 Секретный миллионер-4. [16+]
 00.20 Шерлок. [16+]
 02.10 Пятница News. [16+]
 02.40 Адская кухня. [16+]
 04.10 Пятница News. [16+]
 04.30 Мир забесплатно. [16+]

Карусель

- 05.00 Царевны. [0+]
 07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
 07.35 Суперкрылья. [0+]
 08.00 Волшебная кухня. [0+]
 10.10 Роботы-поезда. [0+]
 10.45 Лабораториум. Маленькие исследователи. [0+]
 11.05 Буба. [6+]
 12.10 Легенды Спарка. [0+]
 12.40 Супер10. [6+]
 13.10 Ниндзяго. [6+]
 13.35 Дикае скричеры! [6+]
 14.00 Навигатор. Новости. [0+]
 14.10 Простоквашино. [0+]
 15.55 Малыши и Медведь. [0+]
 16.00 Барби. [0+]
 16.25 Кинди Кидс. Твои весёлые подружки! [0+]
 16.35 Турбозавры. [0+]
 18.00 Ми-Ми-Мишки. [0+]
 19.50 Свинка Пеппа. [0+]
 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
 20.45 Сказочный патруль. [0+]
 22.00 Геомека. [6+]
 22.30 Черепашки-ниндзя. [6+]
 23.00 Инфинити Надо. [6+]
 23.25 38 попугаев. [0+]
 00.50 Винни-Пух. [0+]
 01.00 Винни-Пух идёт в гости. [0+]
 01.10 Винни-Пух и день забот! [0+]
 01.30 Везуха! [6+]
 03.15 Лунтик. [0+]

#ЦУРинформирует

Что волнует жителей Хакасии

Больше 750 вопросов от жителей республики в социальных сетях зафиксировал ЦУР Хакасии за январь 2022 года. Ответы на некоторые из них — в рубрике «#ЦУРинформирует».

— В Усть-Абакане кругом стаи собак. Недавно одна набросилась на меня, еле отбилась! Ходить страшно по улицам!

Марина Л.

— Согласно действующему законодательству Усть-Абаканский район получил субсидию в размере 2 125 192 рубля на отлов, учёт и иное обращение с животными без владельцев. Администрацией района проведён аукцион, подрядчиком на эти работы определено ООО «СаянРемСтрой». К выполнению своих обязанностей оно приступило с 10 января 2022 года. Сейчас муниципалитет принимает обращения жителей с указанием конкретного местонахождения собак. Заявки на отлов бездомных собак принимаются и от глав поселений.

— Сейчас почти все используют медицинские маски, а как их правильно выкидывать?

Александр А.

— Роспотребнадзор в методических рекомендациях от 30 марта 2020 года указывал, что в домашних условиях исполь-

зованную одноразовую маску необходимо поместить в отдельный пакет, герметично закрыть его и лишь после этого выбросить в мусорное ведро. Таким образом, отдельного мусорного бака для утилизации масок не требуется.

— Подскажите, как будет рассчитываться доплата к пенсии в 2022 году и нужно ли подавать какие-то дополнительные документы в Пенсионный фонд?

Анна Ц.

— С 1 января 2022 года региональную социальную доплату к пенсии осуществляет управление социальной поддержки населения. Она предусмотрена для всех её получателей (по потере кормильца, по старости, по инвалидности и так далее). Доплата рассчитывается из величины прожиточного минимума по республике для пенсионеров. В Хакасии его размер составляет 11 100 рублей.

Чтобы рассчитать сумму доплаты к пенсии, берётся региональный прожиточный минимум пенсионера, от него отнимаются пенсия получателя, меры соцподдержки, которые получает гражданин, а также единовременные денежные выплаты. Так что сумма доплаты у каждого получателя индивидуальная.

Обращаться с заявлением на получение социальной доплаты никому не нужно, она устанавливается в беззаявительном порядке на основании сведений,

которые отделение Пенсионного фонда России по Хакасии передаёт в министерство труда и социальной защиты РХ. Перечисление доплаты осуществляется тем же способом, что и получение пенсии.

Дата получения пенсии, назначенной ПФР, остаётся такой же, как и раньше, но доплата будет поступать на счета граждан до 26-го числа каждого месяца.

Что касается тех, кто сам ходит за пенсией на почту, там же они получают и социальную доплату. А тем, кому пенсию доставляют почталоны, и доплату к ней домой приносят.

Первая в этом году региональная социальная доплата пенсионерами получена.

Если у вас есть вопрос или проблема, оставляйте комментарии в официальных сообществах органов власти в соцсетях. Подать жалобу также можно через сервис «Госуслуги. Решаем вместе».

Пожилым людям отправить вопрос через портал Госуслуг помогут в региональном центре Президентской библиотеки в Хакасии, который действует на базе Национальной библиотеки имени Н.Г. Доможакова (Абакан, ул. Чертыгашева, 65).



Центр
Управления
Регионом
Республика Хакасия

Меры предосторожности. При встрече с бродячими собаками

Несчастливые. И очень опасные

В республике достаточно сложная ситуация с бездомными собаками — регулярно поступают жалобы от населения.

Их отловом занимаются специализированные организации через администрации муниципальных образований. По действующему федеральному законодательству отстрел бродячих животных запрещён.

Встретить безнадзорную собаку можно как в черте города, так и в сельской местности. Специалисты рекомендуют придерживаться правил поведения, которые помогут снизить риски.

Как действовать, если собака готова напасть

Остановитесь и твёрдым голосом отдайте команды: «Место!», «Стоять!», «Сидеть!», «Фу!»

Не скальте зубы — это признак агрессии и готовности к бою.

Чтобы выиграть время, бросьте в сторону животного любой предмет, не поднимая при этом высоко руку. Если собака начинает приседать, то она готовится к прыжку. Чтобы защитить горло, прижмите подбородок к груди и выставьте вперёд руку.

Собаку может остановить газовый баллончик. (По закону приобретать и носить его могут только совершеннолетние.)

Как действовать при её нападении

Повернитесь к собаке лицом, примите боевую стойку, ни в коем случае не поворачивайтесь спиной и не убегайте.

Для защиты используйте рюкзак, сумку, бутылку воды, камни, палку, одновременно отступая к укрытию (забору, дому) спиной и призывая на помощь

окружающих. Детям можно дать свисток — звук способен отпугнуть собак.

Если собака сбила вас с ног, упадите на живот и закройте руки шеей.

Помните, что болевыми точками у собаки являются нос, пах и язык.

После укуса пса не рекомендуется заниматься самолечением. Незамедлительно обратитесь в травмпункт.

Эти рекомендации не являются гарантией полной безопасности и защиты. Однако правила относятся к базовому курсу самообороны, таким знаниям обучают ещё в школе, на уроках ОБЖ.

Виталий КИРИЛЛОВ,
советник отдела планирования мероприятий гражданской обороны Управления по ГО, ЧС и пожарной безопасности Республики Хакасия



Кровь за кровь [16+]

В детстве их усыновила и воспитала одна женщина. Теперь она мертва, а братья пытаются найти её убийцу и отплатить ему за пролитую кровь матери. Чем дальше герои занимаются поисками, тем ближе они становятся друг другу.

► Рен-ТВ, 20.00



PTC

05.00, 09.03, 15.03, 22.45
«Тема дня» на радио
«Комсомольская правда 105.3 FM». [12+]

06.00 PTC. Новости. [16+]
06.20 Вопрос дня. [16+]
06.30, 10.20, 14.20, 18.20
Доктор Гаджет. [16+]
06.40 Мамочки мои. [12+]
06.50 Индустрия красоты. [12+]
07.00 Научная среда. [12+]
07.15, 01.50 Лица Енисейской Сибири. [16+]
07.30 Язык танца. [12+]
08.00 Чек-лист. [12+]
08.40 Личный тренер. [12+]
08.55, 11.25, 12.25, 14.50, 18.50, 21.00, 22.35, 00.50 Бренды СССР. [12+]

10.00 PTC. Новости. [16+]
10.10 Вопрос дня. [16+]
10.30 Мамочки мои. [12+]
10.40 Индустрия красоты. [12+]
10.50 Обзор прессы. [16+]
11.00 Территория 02. [16+]
11.10 Регион 19. [16+]
11.40 Научная среда. [12+]
12.00, 14.00 PTC. Новости. [16+]
12.10 Вне зоны. [16+]
12.40 Язык танца. [12+]
13.10 **Сериал на PTC.** [16+]
14.10 Вопрос дня. [16+]
14.30 Мамочки мои. [12+]
14.40 Индустрия красоты. [12+]
16.00, 18.00 PTC. Новости. [16+]
16.10 Док. фильм. [16+]
16.40 Личный тренер. [12+]
17.10 Док. фильм о заповедниках. [16+]
18.10 Вопрос дня. [16+]
18.30 Мамочки мои. [12+]
18.40 Индустрия красоты. [12+]
19.00, 20.20 Вопрос дня. [16+]
19.10 Дело ведёт МУР-р-р. [12+]
19.20 Страна курганов. [12+]
19.30 Неформат. [16+]
20.00 PTC. Новости. [16+]
20.35 Личный тренер. [12+]
21.10 **Сериал на PTC.** [16+]
22.05, 01.30 PTC. Новости. [16+]
22.25 Вопрос дня. [16+]
23.40 Вне зоны. [16+]
00.00, 01.05 Родная улица (с субтитрами). [16+]
00.30 Под счастливой звездой (с субтитрами). [16+]
02.50 Док. фильм о заповедниках. [16+]



Первый

05.00, 09.10 Доброе утро. **09.00** Новости.
09.50 Жизнь здорово! [16+] **10.55** Модный приговор. [6+] **12.00, 15.00** Новости. **12.05** Время покажет. [16+] **14.20** Давай поженимся! [16+] **15.10, 02.50, 03.05** Мужское/Женское. [16+] **16.10** Время покажет. [16+] **17.15** Олимпийские зимние игры — 2022 в Пекине. Лыжные гонки. Мужчины/Женщины. Индивидуальный спринт. **19.30, 03.00** Новости. **19.45** Пусть говорят. [16+] **21.00** Время. **21.30** **Цыплёнок жареный.** [16+] **22.30** Док-ток. [16+] **23.25** Вечерний Ургант. [16+] **00.00** Дневник Олимпийских игр — 2022 в Пекине. [0+] **01.00** Олимпийские зимние игры — 2022 в Пекине. [0+] **02.00** Время покажет. [16+]



Россия-К

06.30, 07.00, 07.30, 08.20, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры. [12+]
06.35 Пешком... [12+]
07.05 Правила жизни. [12+]
07.35, 18.40 Настоящая война престолов. [12+]
08.25 Легенды мирового кино. [12+] **08.50** **Овод.** [12+] **10.15** Наблюдатель. [12+] **11.10** Бабушки надвое сказали. Борис Владимиров и Вадим Тонков. [12+] **12.25, 16.05** Цвет времени. [12+] **12.40** **Визит к Минотавру.** [12+] **13.50** Игра в бисер. [12+] **14.30** Запечатлённое время. [12+] **15.05** Новости. Подробно. Книги. [12+] **15.20** Сати. Нескучная классика... [12+] **16.15** **Овод.** [12+] **17.20, 01.05** Марафон «Звёзды XXI века». [12+] **19.45** Главная роль. [12+] **20.05** Правила жизни. [12+] **20.30** Спокойной ночи, малыши! [0+] **20.45** Бытие определяет страдание. [12+] **21.30** Белая студия. [12+] **22.15** **Визит к Минотавру.** [12+] **23.25** Цвет времени. [12+] **00.00** Мастера искусств. Заслуженный артист РСФСР Анатолий Папанов. [12+] **02.25** Запечатлённое время. [12+]



Пятый

05.00, 09.00 Известия. [16+] **05.25** **Опера. Хроники убойного отдела.** [16+] **09.25, 13.25** Чёрная лестница. Руфер. 1 — 8-я серии. [16+] **13.00, 17.30** Известия. [16+] **17.45** **Морские дьяволы-5. Предсвадебная лихорадка.** [16+] **18.45** **Морские дьяволы-5. Друзья детства.** [16+] **19.40** **След. Навозная мафия.** [16+] **20.35** **След. Лихоманка.** [16+] **21.25** **След. Паровоз в страну грёз.** [16+] **22.15** **След. Не я один.** [16+] **23.10** **Великолепная пятёрка-4. Стриптиз.** [16+] **00.00** Известия. Итоговый выпуск. [16+] **00.30** **След. Мирный.** [16+] **01.15** **След. Крабовый суп.** [16+] **02.05** **След. Призрачная охота.** [16+] **02.45** **След. Точка лжи.** [16+] **03.20** Известия. [16+] **03.30** **Детективы.** [16+]



Россия-1

05.00 Утро России. **05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35** Вести-Хакасия. **08.15** XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Фигурное катание. Мужчины. Короткая программа. [16+] **12.30** Судьба человека. [12+] **13.25** **Тайны госпожи Кирсановой.** [12+] **15.25** XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Мужчины. 20 км. Индивидуальная гонка. [16+] **17.25** Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+] **18.35** 60 минут. [12+] **20.00** Вести. **21.05** Вести-Хакасия. **21.20** **Склифосовский.** [16+] **23.35** Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+] **02.20** XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. [16+]



Матч!

05.00 Все на Матч! **05.45** XXIV зимние Олимпийские игры. [0+] **07.55, 14.50, 17.20, 22.30, 02.40** Новости. **08.00** XXIV зимние Олимпийские игры. [0+] **08.55** XXIV зимние Олимпийские игры. Фристайл. Биг-эйр. Женщины. Финал. **10.10** XXIV зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт. Супергигант. Мужчины. **11.05** XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Женщины. США — Канада. **13.25** XXIV зимние Олимпийские игры. Сноубординг. Параллельный гигантский слалом. Финал. **14.55** Все на Матч! **15.25** XXIV зимние Олимпийские игры. [0+] **17.25** XXIV зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт. Мужчины. 1500 м. **18.50** XXIV зимние Олимпийские игры. Саньный спорт. Женщины. 3-я попытка. **20.05, 21.15** XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Женщины. Россия — Финляндия. **22.35, 01.50** Все на Матч! **20.40** XXIV зимние Олимпийские игры. Саньный спорт. Женщины. 4-я попытка. **23.25, 02.45** XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]



Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+] **06.00** Документальный проект. [16+] **07.00** С бодрым утром! [16+] **08.30** Новости. [16+] **09.00** Засекреченные списки. [16+] **11.00** Как устроен мир. [16+] **12.00, 16.00, 19.00** 112. [16+] **12.30, 16.30, 19.30** Новости. [16+] **13.00** Загадки человечества. [16+] **14.00** Невероятно интересные истории. [16+] **15.00** Засекреченные списки. [16+] **17.00** Тайны Чапман. [16+] **18.00, 02.40** Самые шокирующие гипотезы. [16+] **20.00** **Кровь за кровь.** [16+] **22.05** Водить по-русски. [16+] **23.00** Новости. [16+] **23.25** Знаете ли вы, что? [16+] **00.30** **Форма воды.** [18+] **03.30** Тайны Чапман. [16+] **04.15** Территория заблуждений. [16+]



СТС

05.25 Мультфильмы. [0+] **05.50** Ералаш. [0+] **06.05** Три кота. М/с. [0+] **06.15** Драконы. Гонки по краю. М/с. [6+] **07.00** Том и Джерри. М/с. [0+] **08.00** **Братья.** [16+] **09.00** **Вороныны.** [16+] **10.25** **Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега.** [12+] **12.40** Форт Боярд. [16+] **14.40** **Ивановы-Ивановы.** [12+] **18.30** **Братья.** [16+] **20.00** **Люди в чёрном.** [12+] **21.55** **Индиана Джонс и Храм судьбы.** [12+] **00.20** Кино в деталях. [18+] **01.20** **Проклятие монахини.** [18+] **03.00** **Бойцовская семейка.** [16+] **04.35** **Мама чемпионов.** [16+]



Звезда

05.25 Псевдоним «Албанец». [16+] **07.00** Сегодня утром. [12+] **09.00** Новости дня. [16+] **09.20** **Мачеха.** [12+] **11.20** Открытый эфир. [12+] **13.00** Новости дня. [16+] **13.20** Не факт! [12+] **14.10** **Псевдоним «Албанец».** [16+] **18.00** Военные новости. [16+] **18.10** Не факт! [12+] **18.30** **Специальный репортаж.** [16+] **18.50** Карим Хакимов. Миссия выполняема. [16+] **19.40** Легенды армии. Владимир Карпов. [12+] **20.25** Улика из прошлого. [16+] **21.15** Новости дня. [16+] **21.25** Открытый эфир. [12+] **23.05** Между тем. [12+] **23.40** **Миссия в Кабуле.** [12+] **02.10** **Мачеха.** [12+] **03.40** **Оружие Победы.** [12+] **03.55** **Псевдоним «Албанец».** [16+]



Мир

05.00 **Смерть шпионам. Крым.** [16+] **10.00** Новости. **10.10** **Смерть шпионам. Крым.** [16+] **13.00** Новости. **13.15** Дела судебные. [16+] **16.00** Новости. **16.15** Дела судебные. [16+] **17.10** Мировое соглашение. [16+] **18.05** Дела судебные. [16+] **19.00** Новости. **19.25** Игра в кино. [12+] **20.55** Слабое звено. [12+] **21.55** Назад в будущее. [16+] **23.45** **Остров ненужных людей.** [12+] **02.10** Достояние республик. Восьмидесятые. [12+] **03.25** Дела судебные. [16+] **04.50** **Фронт.** [16+]



TNT

05.45 Открытый микрофон. [16+] **06.35** TNT. Best. [16+] **07.00** TNT. Gold. [16+] **07.55** **СашаТаня.** [16+] **10.30** **Жуки.** [16+] **12.30** **СашаТаня.** [16+] **15.00** **Универ.** [16+] **18.00** **Жуки.** [16+] **20.00** **Девушки с Макаровым.** [16+] **21.00** **Импровизация.** [16+] **22.00** **Вне себя.** [16+] **23.00** **Впритык.** [16+] **00.55** **Импровизация.** [16+] **03.30** **Comedy баттл. Сезон-2018.** [16+] **04.20** **Открытый микрофон.** [16+]



ТВ-Центр

06.00 Настроение. **08.15** **Доктор И...** [16+] **08.50** **Майор и магия.** [16+] **10.30** Александра Яковлева. Женщина без комплексов. [12+] **11.30** События. **11.50** **Пуаро Агаты Кристи.** [12+] **13.40** Мой герой. Сергей Рубеко. [12+] **14.30** События. **14.50** Город новостей. **15.05** **Анна-детективъ.** [12+] **17.00** **Прощание. Любовь Полищук.** [16+] **17.50** События. **18.10** **Сто лет пути.** [12+] **22.00** События. **22.35** Закон и порядок. [16+] **23.05** Кирилл Толмацкий. Безотцовщина. [16+] **00.00** События. **00.35** Петровка, 38. [16+] **00.55** Прощание. Япончик. [16+] **01.35** Леонид Быков. Побег из ада. [16+] **02.15** Хрущёв против Берии. Игра на вылет. [12+] **02.55** Петровка, 38. [16+] **03.10** **Анна-детективъ.** [12+] **04.45** Александра Яковлева. Женщина без комплексов. [12+] **05.20** Мой герой. Сергей Рубеко. [12+]



ТВ-3

05.30 Городские легенды. [16+] **06.00** Мультфильмы. [0+] **09.30** **Слепая.** [16+] **11.50** **Гадалка.** [16+] **14.40** Мистические истории. [16+] **15.45** **Гадалка.** [16+] **17.25** **Слепая.** [16+] **18.30** **Нюхач.** [16+] **20.30** **Сверхъестественное.** [16+] **23.00** **Дочь колдуньи.** [16+] **01.15** Сны. [16+] **02.45** Тайные знаки. [16+]



Че

06.00 Улётное видео. [16+] **06.10** **Лютый.** [12+] **08.00** Улётное видео. Лучшее. [16+] **09.30** Улётное видео. [16+] **14.00** Дорожные войны 2.0. [16+] **17.00** Дизель шоу. [16+] **20.00** Улётное видео. [16+] **23.00** Опасные связи. [18+] **02.00** Улётное видео. [16+]



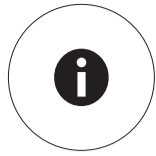
НТВ

04.55 **Возвращение Мухтара.** [16+] **06.30** Утро. Самое лучшее. [16+] **08.00** Сегодня. **08.25** **Морские дьяволы.** [16+] **10.00** Сегодня. **10.25** **Морские дьяволы.** [16+] **13.00** Сегодня. **13.20** Чрезвычайное происшествие. [16+] **14.00** Место встречи. [16+] **16.00** Сегодня. **16.45** За гранью. [16+] **17.50** ДНК. [16+] **19.00** Сегодня. **20.00** **Невский. Охота на архитектора.** [16+] **23.20** Сегодня. **23.40** **Пёс.** [16+] **03.25** **Три звезды.** [16+]



Домашний

05.25 По делам несовершеннолетних. [16+] **08.55** Давай разведёмся! [16+] **10.00** Тест на отцовство. [16+] **12.15** Понять. Простить. [16+] **13.20** Порча. [16+] **13.50** Знахарка. [16+] **14.25** Верну любимого. [16+] **15.00** **Неопалимый феникс.** [16+] **19.00** **Компаньонка.** [16+] **23.00** **Женский доктор.** [16+] **01.00** Понять. Простить. [16+] **02.00** Порча. [16+] **02.30** Знахарка. [16+] **02.55** Верну любимого. [16+] **03.20** Тест на отцовство. [16+] **360° 360° / ТВ-7**
05.00 Новости 360. **07.00** Мультфильмы. [6+] **07.30** Nota vene. Новости. [16+] **08.00** Nota vene. Детали. [16+] **09.00** Nota vene. Новости. [16+] **09.30** Вкусно 360. [12+] **11.30** Самое вкусное. [12+] **12.00** Nota vene. Новости. [16+] **12.30** **Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 4-й. 4-я серия.** [12+] **13.25** **Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 5-й. 1-я и 2-я серии.** [12+] **15.25** **Чужая кровь. 1-я серия.** [16+] **16.00** Nota vene. Новости. [16+] **16.00** Большой скачок. [12+] **17.00** Вкусно, как в кино. [12+] **17.45** Fotobattle. [12+] **18.20** **Самара-2. 1-я серия.** [16+] **19.00** Nota vene. Новости. [16+] **19.30** Nota vene. Детали. [16+] **20.30** Nota vene. Новости. [16+] **21.00** **Чужая кровь. 4-я серия.** [16+] **22.00** Nota vene. Новости. [16+] **22.30** **Самара. 13-я и 14-я серии.** [16+] **23.50** Зима в Подмоскowie. [12+] **00.20** Взрослые люди. [16+] **01.00** Nota vene. Новости. [16+] **01.30** Вне зоны. [16+] **01.50** Самое яркое. [16+]



Русский иллюзион

- 05.25 Временные трудности. [12+]
 06.50 Неуловимые. [16+]
 08.15 Сторож. [16+]
 09.55 Домовой. [6+]
 11.30 Няньки. [16+]
 13.15 Неуловимые. Джекпот. [16+]
 14.45 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
 16.35 Неуловимые. Бангкок. [16+]
 18.10 Праздник взперти. [16+]
 19.35 Предок. [16+]
 21.05 Одноклассницы. [16+]
 22.30 Сторож. [16+]
 00.25 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
 01.45 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
 03.20 Домовой. [6+]

TV 1000 Русское кино

- 06.05 Неуловимые. Последний герой. [16+]
 07.20 Неуловимые. Бангкок. [16+]
 08.40 Неуловимые. Джекпот. [16+]
 10.05 Сторожевая застава. [6+]
 11.55 Чёрная молния. [6+]
 13.50 Каникулы президента. [16+]
 15.40 Война полов. [16+]
 17.20 Остров везения. [12+]
 18.55 Трудности выживания. [16+]
 20.30 Война полов. [16+]
 22.05 Выкрутасы. [12+]
 00.00 Джентльмены, удачи! [12+]
 01.45 Мифы. [16+]
 03.25 Русалка. Озеро мёртвых. [16+]
 04.55 Любовь в городе ангелов. [16+]

TV 1000

- 05.35 Маленький Манхэттен. [12+]
 07.05 Сделано в Америке. [16+]
 09.00, 21.15 Элементарно. [16+]
 10.20 Свадьба лучшего друга. [12+]
 12.10 Ешь, молись, люби. [16+]
 14.50 Стальные магнолии. [6+]
 17.00 Сделано в Америке. [16+]
 19.05 Тутси. [16+]
 23.00 Идеальный побег. [16+]
 00.45 Выхода нет. [18+]
 02.40 Невозможное. [16+]
 04.40 Посейдон. [12+]

TV 1000 Action

- 05.05 Механик. [18+]
 06.25 Время убивать. [16+]
 08.45 Падение Олимпа. [16+]
 10.35 Падение Лондона. [18+]
 12.10 Падение ангела. [16+]
 14.15 Проповедник с пулемётом. [18+]
 16.35 Лучший стрелок. [12+]
 18.30 Джек Ричер. [16+]
 20.55 Джек Ричер-2. Никогда не возвращайся. [16+]
 23.00 Враг государства № 1. [18+]
 01.00 Враг государства № 1. Легенда. [18+]
 03.25 Ограбление на Бейкер-Стрит. [16+]

Иллюзион+

- 05.20 Миссия. Неадекватна. [16+]
 06.50 Притворись моим мужем. [16+]
 08.25 Плохая мамочка. [16+]
 09.55 Открытая дорога назад. [16+]
 11.20 После свадьбы. [16+]
 13.05 Напролом. [16+]
 14.35 Проповедник с пулемётом. [16+]
 16.40 Неуловимые. [16+]
 18.05 Таинственный Альберт Ноббс. [16+]
 19.45 Чтец. [16+]
 21.40 Рыжий пёс. [16+]
 23.05 Учитель английского. [16+]
 00.30 Самый опасный человек. [16+]
 02.25 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
 03.45 Притворись моим мужем. [16+]

Дом кино

- 06.20 Брат-2. [16+]
 08.25 Тесты для настоящих мужчин. [16+]
 09.40 Ералаш. [6+]
 10.10 Иван Царевич и Серый Волк. М/ф. [6+]
 11.40 Иван Царевич и Серый Волк-2. М/ф. [6+]
 13.05 Иван Царевич и Серый Волк-3. М/ф. [6+]
 14.30 Сваты. [16+]
 19.20 Призрак. [16+]
 21.25 Парень с нашего кладбища. [12+]
 23.00 Сваты. [16+]

Русский роман

- 06.00 Трава под снегом. [16+]
 09.05 Ищу мужчину. [12+]
 12.15 Я выбираю тебя. [12+]
 15.35 Храни её любовь. [12+]
 17.10 Сын. [16+]
 18.55 Генеральская сноха. [12+]
 22.00 Женщина-зима. [16+]
 01.20 Мезальянс. [12+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
 06.40 Пятница News. [16+]
 07.00 Шаг вперёд-4. [16+]
 09.00 На ножах. [16+]
 12.10 Молодые ножи. [16+]
 13.30 Кондитер-5. [16+]
 17.40 Кондитер-6. [16+]
 22.00 Детектор. [16+]
 23.00 Секретный миллионер. Сезон справедливости. [16+]
 00.20 Шерлок. [16+]
 02.20 Пятница News. [16+]
 02.40 Адская кухня. [16+]
 04.20 Пятница News. [16+]
 04.40 Я твоё счастье. [16+]

Карусель

- 05.00 Грузовичок Лёва. [0+]
 07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
 07.35 Суперкрылья. [0+]
 08.00 Ник-изобретатель. [0+]
 10.10 Роботы-поезда. [0+]
 10.45 Букварий. [0+]
 11.05 Буба. [6+]
 12.10 Легенды Спарка. [0+]
 12.40 Супер10. [6+]
 13.10 Ниндзяго. [6+]
 13.35 Дикае скричеры! [6+]
 14.00 Навигатор. Новости. [0+]
 14.10 Простоквашино. [0+]
 15.55 Малыши и Медведь. [0+]
 16.00 Барби. [0+]
 16.25 Кинди Кидс. Твои весёлые подружки! [0+]
 16.35 Турбозавры. [0+]
 18.00 Ми-Ми-Мишки. [0+]
 19.40 Щенячий патруль. [0+]
 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
 20.45 Сказочный патруль. [0+]
 22.00 Геомека. [6+]
 22.30 Черепашки-ниндзя. [6+]
 23.00 Инфинити Надо. [6+]
 23.25 Бременские музыканты. [0+]
 23.45 По следам бременских музыкантов. [0+]
 00.05 Летучий корабль. [0+]
 00.25 Трое из Простоквашино. [0+]
 00.40 Каникулы в Простоквашино. [0+]
 01.00 Зима в Простоквашино. [0+]
 01.15 Кот в сапогах. [0+]
 01.30 Везуха! [6+]
 03.15 Лунтик. [0+]

Обращаем внимание

Какие законы вступают в силу в феврале

Индексация маткапитала, защита доходов должников от списания и прав граждан при покупке жилья — рассказываем об этих и других нововведениях.

1 февраля

Увеличение материнского капитала

Маткапитал будет проиндексирован не по прогнозной, а по фактической инфляции — на 8,4 процента. Его размер на первого ребёнка составит 524,5 тысячи рублей, на второго — до 693,1 тысячи. Это востребованная мера господдержки, с момента введения которой — 1 января 2007 года — выдано 11,6 миллиона сертификатов. В этом году маткапиталом смогут воспользоваться более миллиона семей.

Также будет проиндексированы выплаты ветеранам, единовременное пособие при рождении ребёнка и ещё несколько соцвыплат.

Защита прожиточного минимума от списания

На зарплату и другие доходы, равные прожиточному минимуму трудоспособного населения в целом по РФ, не может быть обращено взыскание по исполнительным документам. Можно подать заявление с реквизитами банковского счёта, на котором хотят сохранить сумму в размере прожиточного минимума на свои нужды.

«Закон направлен на защиту граждан, оказавшихся в сложной жизненной ситуации. Что бы ни произошло, люди не должны оставаться без средств к

существованию», — подчеркнул председатель Госдумы Вячеслав Володин в Telegram-канале.

Защита граждан при покупке квартиры

Органы власти и местного самоуправления обязаны передавать в Росреестр данные о признании дома аварийным, подлежащим сносу или реконструкции. Оттуда эти данные будут направляться в ЕГРН.

Человек при покупке квартиры сможет запросить выписку из этого реестра и узнать, не является ли дом аварийным и не собираются ли его снести.

О паевых инвестиционных фондах

Меняются порядок управления паевыми инвестиционными фондами (ПИФ) и правила выплаты дохода по паям ПИФов. Теперь они могут быть установлены нормативным актом Банка России.

Кроме того, управляющая компания фонда при погашении паёв биржевого ПИФа обязана обеспечить передачу выделяемого имущества не позднее одного рабочего дня с даты погашения инвестиционных паёв фонда.

Штрафы за отсутствие систем контроля за выбросами загрязнений

Вводятся штрафы за отсутствие или несвоевременную установку систем автоматического контроля за источниками выбросов загрязняющих веществ. Для должностных лиц штраф составит от 20 до 40 тысяч рублей, для юридических — от 100 до 200 тысяч. Также штрафы будут

грозить, если системы контроля были установлены с нарушением требований или некорректно передают данные в государственный реестр.

Индексация пенсий

С февраля неработающие пенсионеры начнут получать повышенную страховую пенсию — её проиндексируют выше уровня инфляции, на 8,6 процента. Кроме того, им положена доплата за январь в виде разницы между индексацией, которая произошла в начале года (на 5,9 процента), и 8,6 процента, потому что закон имеет обратную силу.

8 февраля

Пожизненное заключение педофилов

Пожизненное лишение свободы будет грозить за сексуальное насилие над несовершеннолетними, совершённое повторно, либо в отношении двух и более несовершеннолетних, либо если оно было сопряжено с совершением другого тяжкого или особо тяжкого преступления против личности.

Штрафы за немаркированные табак и алкоголь

Повышается величина денежных взысканий за производство и оборот немаркированной табачной и алкогольной продукции. Кроме того, вводится административная ответственность за её перевозку с такими нарушениями. Штрафы составят до 500 тысяч рублей для юрлиц.

Пресс-служба Государственной думы РФ

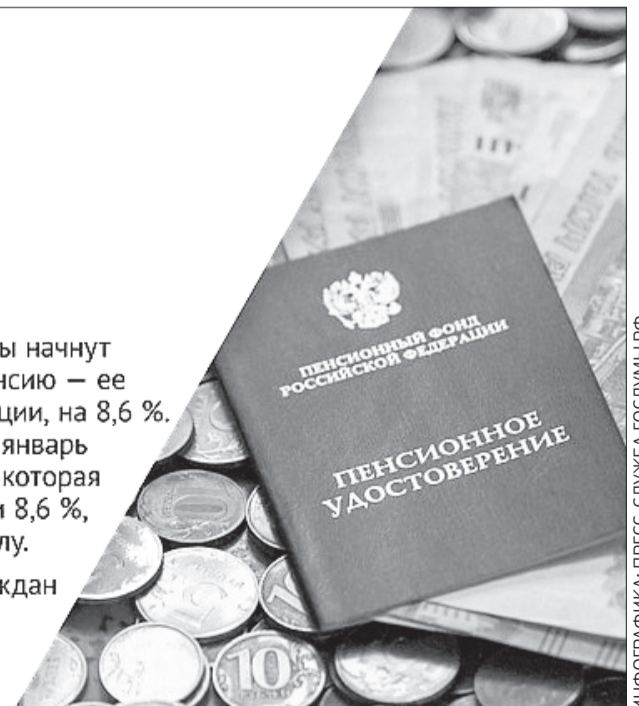
ЗАКОН ВСТУПИЛ В СИЛУ 28 ЯНВАРЯ

Индексация пенсий

С февраля неработающие пенсионеры начнут получать повышенную страховую пенсию — её проиндексируют выше уровня инфляции, на 8,6 %. Кроме того, им положена доплата за январь в виде разницы между индексацией, которая произошла в начале года (на 5,9 %), и 8,6 %, потому что закон имеет обратную силу.

Это решение призвано защитить граждан в условиях выросшей инфляции.

@vv.volodin



14

ЧЕТВЕРГ
№ 12 (24532)
3 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОДА

Среда

9 ФЕВРАЛЯ
В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ



СОВЕТУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ



Ждите неожиданного [12+]

Таша отправляется в свой последний отпуск на теплоходе по Волге в твёрдой уверенности: она больше никогда не увидит синюю реку, белые облака, зелёные берега. И она даёт себе обещание: никто не посмеет испортить её путешествие. Однако почти сразу всё идёт наперекосяк.

► **ТВ-Центр, 18.15**



PTС

05.00, 09.03, 15.03, 22.45
«Тема дня» на радио
«Комсомольская правда 105.3 FM». [12+]

06.00 **PTС. Новости.** [16+]

06.20 Вопрос дня. [16+]

06.30, 10.20, 14.20, 18.20 Дело ведёт МУР-р-р. [12+]

06.40 Страна курганов. [12+]

06.50 Неформат. [16+]

07.30 Язык танца. [12+]

08.00 Чек-лист. [12+]

08.40 Личный тренер. [12+]

08.55, 11.25, 12.25, 22.35, 00.50 Бренды СССР. [12+]

10.00 **PTС. Новости.** [16+]

10.10 Вопрос дня. [16+]

10.30 Страна курганов. [12+]

10.40 Неформат. [16+]

11.10 Обзор прессы. [16+]

11.40, 14.45, 18.40, 01.50 Лица Енисейской Сибири. [16+]

12.00 **PTС. Новости.** [16+]

12.10 Вне зоны. [16+]

12.40 Язык танца. [12+]

13.10 **Сериял на PTС.** [16+]

14.00 **PTС. Новости.** [16+]

14.10 Вопрос дня. [16+]

14.30 Страна курганов. [12+]

16.00 **PTС. Новости.** [16+]

16.10 Док. фильм. [16+]

16.40 Личный тренер. [12+]

17.10 Док. фильм о заповедниках. [16+]

18.00 **PTС. Новости.** [16+]

18.10 Вопрос дня. [16+]

18.30 Страна курганов. [12+]

19.00 Вопрос дня. [16+]

19.10 Регион 19. [16+]

19.20 Мамочки мои. [12+]

19.30 Прямой разговор. Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]

20.00 **PTС. Новости.** [16+]

20.20 Вопрос дня. [16+]

20.35 Личный тренер. [12+]

21.10 **Сериял на PTС.** [16+]

22.05, 01.30 **PTС. Новости.** [16+]

22.25 Вопрос дня. [16+]

23.40 Вне зоны. [16+]

00.00, 01.05 Родная улица (с субтитрами). [16+]

00.30 Под счастливой звездой (с субтитрами). [16+]

02.50 Док. фильм о заповедниках. [16+]



Первый

05.00, 09.10 Доброе утро.

09.00 Новости.

09.50 Жизнь здорово! [16+]

10.55, 12.05 Модный приговор. [16+]

12.00 Новости.

13.10 Время покажет. [16+]

14.10, 15.10 Давай поженимся! [16+]

15.00 Новости.

16.00 Мужское / Женское. [16+]

17.00 Время покажет. [16+]

18.00 Вечерние новости.

18.40 На самом деле. [16+]

19.45 Пусть говорят. [16+]

21.00 Время.

21.30 **Цыплёнок жареный.** [16+]

22.30 Док-ток. [16+]

23.25 Вечерний Ургант. [16+]

00.00 Дневник Олимпийских игр-2022 в Пекине. [0+]

01.00 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. [0+]

02.00, 03.05 Время покажет. [16+]

03.00 Новости.



Россия-K

06.30, 07.00, 07.30, 08.20, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40
Новости культуры. [12+]

06.35 Пешком... [12+]

07.05 Правила жизни. [12+]

07.35, 18.40 Настоящая война престолов. [12+]

08.25 Легенды мирового кино. [12+]

08.50, 16.20 **Овод.** [0+]

10.15 Наблюдатель. [12+]

11.10 Мастера искусств. Заслуженный артист РСФСР Анатолий Папанов. [12+]

12.15 Либретто. М/ф. [12+]

12.30 **Визит к Минотавру.** [12+]

13.50 Тайны повелителей астрономических чисел. [12+]

14.30, 02.30 Иван Забелин. Великий самоучка. [12+]

15.05 Новости. Подробно. Кино. [12+]

15.20 Абсолютный слух. [12+]

16.05 Первые в мире. [12+]

17.30, 01.05 **Марафон «Звёзды XXI века».** [12+]

19.45 Главная роль. [12+]

20.05 Правила жизни. [12+]

20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]

20.45 Абсолютный слух. [12+]

21.30 Анкета Российской империи. [12+]

22.15 **Визит к Минотавру.** [12+]

23.30 Цвет времени. [12+]

00.00 **Свидетель.** [18+]

02.15 Цвет времени. [12+]



Пятый

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 Известия. [16+]

05.25, 09.25, 13.25 **Чёрная лестница. 3 — 14-я серии.** [16+]

17.45 **Морские дьяволы-5. Остаться в живых.** [16+]

18.45 **Морские дьяволы-5. Корабль-призрак.** [16+]

19.40 **След. Танцы-шманцы.** [16+]

20.35 **След. Забытый кумир.** [16+]

21.25 **След. Запах женщины.** [16+]

22.15 **След. Заложник.** [16+]

23.10 **Великолепная пятёрка-4. Дело в шляпе.** [16+]

00.00 Известия. Итоговый выпуск. [16+]

00.30 **След. Жди и надейся.** [16+]

01.15 **След. Меньше знаешь...** [16+]

02.05 **След. Гранит не плавится.** [16+]

02.45 **След. Партнёры.** [16+]

03.30 **Детективы.** [16+]



Россия-1

05.00 Утро России.

05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 Вести-Хакасия.

09.00 Хабарлар-Хакасия.

09.34 Утро России. Местное время. На хакасском языке.

09.55 О самом главном. [12+]

11.00 Вести.

11.30 **Тайны госпожи Кирсановой.** [12+]

13.35 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]

15.00 Вести.

15.35 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Россия — Швейцария. [16+]

18.00 Вести.

18.30 60 минут. [12+]

20.00 Вести.

21.05 Вести-Хакасия.

21.20 **Склифосовский.** [16+]

23.35 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]

02.20 XXIV зимние Олимпийские игры. [16+]



Матч!

05.00 Все на Матч!

05.45, 08.00 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]

07.55, 11.05, 12.35, 14.50, 17.20, 22.30, 02.40 Новости.

09.10 XXIV зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт. Слалом. Женщины. 1-я попытка.

10.00 XXIV зимние Олимпийские игры. Фристайл. Биг-эйр. Мужчины. Финал.

11.10, 17.25 Все на Матч!

12.40 XXIV зимние Олимпийские игры. Горнолыжный спорт. Слалом. Женщины. 2-я попытка.

13.25 XXIV зимние Олимпийские игры. Сноуборд-кросс. Женщины. Финал.

14.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Лыжное двоеборье. Прыжки с трамплина. K95.

15.55 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]

17.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Лыжное двоеборье. Лыжная гонка. 10 км.

18.30 XXIV зимние Олимпийские игры.

21.45 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Мужчины. Чехия — Дания.

22.35, 01.50 Все на Матч!

23.25, 02.45 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]



Рен-ТВ

05.00 Территория заблуждений. [16+]

06.00 Документальный проект. [16+]

07.00 С бодрым утром! [16+]

08.30 Новости. [16+]

09.00 Засекреченные списки. [16+]

11.00 Как устроен мир. [16+]

12.00, 16.00, 19.00 112. [16+]

12.30, 16.30, 19.30 Новости. [16+]

13.00 Загадки человечества. [16+]

14.00 Невероятно интересные истории. [16+]

15.00 Засекреченные списки. [16+]

17.00 Тайны Чапман. [16+]

18.00, 02.40 Самые шокирующие гипотезы. [16+]

20.00 **Час расплаты.** [12+]

22.20 **Смотреть всем!** [16+]

23.00 Новости. [16+]

23.25 Загадки человечества. [16+]

00.30 **Город воров.** [16+]

03.30 Тайны Чапман. [16+]



СТС

05.25 Мультфильмы. [0+]

05.50 Ералаш. [0+]

06.05 Три коата. М/с. [0+]

06.15 Драконы. Гонки по краю. М/с. [6+]

07.00 Том и Джерри. М/с. [0+]

08.00 **Братья.** [16+]

09.00 **Вороныны.** [16+]

10.00 «Уральские пельмени». СмехBook. [16+]

10.10 **Индиана Джонс и Храм судьбы.** [12+]

12.35 Форт Боярд. [16+]

14.40 **Ивановы-Ивановы.** [16+]

18.30 **Братья.** [16+]

20.00 **Люди в чёрном-2.** [12+]

21.40 **Индиана Джонс и последний крестовый поход.** [12+]

00.15 **Неизвестный.** [16+]

02.25 **Побег из Шоушенка.** [16+]

04.35 **Мамы чемпионов.** [16+]



Звезда

05.20 **Псевдоним «Албалец».** [16+]

07.00 Сегодня утром. [12+]

09.00 Новости дня. [16+]

09.20 **Добровольцы.** [12+]

11.20 Открытый эфир. [12+]

13.00 Новости дня. [16+]

14.05 **Псевдоним «Албалец-2».** [16+]

18.00 Военные новости. [16+]

18.10 Не факт! [12+]

18.30 Специальный репортаж. [16+]

18.50 Кремль-9. Георгий Жуков. Охота на маршала. [12+]

19.40 Главный день. Первый искусственный спутник Земли. [16+]

20.25 Секретные материалы. [16+]

21.15 Новости дня. [16+]

21.25 Открытый эфир. [12+]

23.05 Между тем. [12+]

23.40 **Посол Советского Союза.** [12+]

01.30 **По данным уголовного розыска...** [12+]

02.40 Вымысел исключён. Век разведчика. [12+]

03.20 Выбор Филби. [12+]

03.45 Оружие Победы. [12+]

03.55 **Псевдоним «Албалец-2».** [16+]



Мир

05.00 **Фронт.** [16+]

10.00 Новости.

10.10 **Фронт.** [16+]

13.00 Новости.

13.15 Дела судебные. [16+]

16.00 Новости.

16.15 Дела судебные. [16+]

17.10 Мировое соглашение. [16+]

18.05 Дела судебные. [16+]

19.00 Новости.

19.25 Игра в кино. [12+]

20.55 Слабое звено. [12+]

21.55 Назад в будущее. [16+]

23.45 **Остров ненужных людей.** [12+]

02.10 **Чапаев.** [12+]

03.45 Сделано в СССР. Чапаев. [12+]

04.30 Дела судебные. [16+]



ТНТ

05.15 Открытый микрофон. [16+]

06.05 ТНТ. Best. [16+]

07.00 ТНТ. Gold. [16+]

07.55 **СашаТаня.** [16+]

10.30 **Жуки.** [16+]

12.30 **СашаТаня.** [16+]

15.00 **Универ.** [16+]

18.00 **Жуки.** [16+]

20.00 **Девушки с Макаровым.** [16+]

21.00 Я тебе не верю. [16+]

22.00 **Вне себя.** [16+]

23.00 **Безбрачная неделя.** [18+]



ТВ-Центр

06.00 Настроение.

08.15 Доктор И... [16+]

08.50 **Майор и магия.** [16+]

10.35 Владимир Конкин. Искушение славой. [12+]

11.30 События.

11.50 **Пуаро Агаты Кристи.** [12+]

13.40 Мой герой. Алексей Пиманов. [12+]

14.30 События.

14.50 Город новостей.

15.05 **Анна-детективъ.** [12+]

17.00 Прощание. Андрей Панин. [16+]

17.50 События.

18.15 **Ждите неожиданного.** [12+]

22.00 События.

22.35 Хватит слухов! [16+]

23.05 Приговор. Григорий Грабовой. [16+]

00.00 События.

00.35 Петровка, 38. [16+]

00.55 Чапаев. Без анекдота. [12+]

01.35 Знак качества. [16+]

02.15 Брежнев против Хрущёва. Удар в спину. [12+]

02.55 Петровка, 38. [16+]

03.10 **Анна-детективъ.** [12+]

04.45 Владимир Конкин. Искушение славой. [12+]

05.20 Мой герой. Алексей Пиманов. [12+]



ТВ-3

05.45 Мультфильмы. [0+]

09.30 **Слепая.** [16+]

11.50 **Гадалка.** [16+]

14.40 Мистические истории. [16+]

15.45 **Гадалка.** [16+]

17.25 **Слепая.** [16+]

18.30 **Нюхач.** [16+]

20.30 **Сверхъестественное.** [16+]

23.00 **Грязные танцы.** [12+]

01.15 **Дежурный ангел.** [16+]

04.15 Тайные знаки. [16+]



Че

06.00 Улётное видео. [16+]

06.10 **Лютый.** [12+]

08.00 Улётное видео. Лучшее. [16+]

09.30 Улётное видео. [16+]

14.00 Дорожные войны 2.0. [16+]

17.00 Дизель шоу. [16+]

20.00 Улётное видео. [16+]

23.00 Опасные связи. [18+]

02.00 Улётное видео. [16+]



НТВ

04.55 **Возвращение Мухтара.** [16+]

06.30 Утро. Самое лучшее. [16+]

08.00 Сегодня.

08.25 **Морские дьяволы.** [16+]

10.00 Сегодня.

10.25 **Морские дьяволы.** [16+]

13.00 Сегодня.

13.20 Чрезвычайное происшествие. [16+]

14.00 Место встречи. [16+]

16.00 Сегодня.

16.45 За гранью. [16+]

17.50 ДНК. [16+]

19.00 Сегодня.

20.00 **Невский. Охота на архитектора.** [16+]

23.20 Сегодня.

23.40 **Пёс.** [16+]

03.20 **Три звезды.** [16+]



Домашний

05.00 По делам несовершеннолетних. [16+]

08.25 Давай разведёмся! [16+]

09.30 Тест на отцовство. [16+]

11.40 Понять. Простить. [16+]

12.45 Порча. [16+]

13.15 Знахарка. [16+]

13.50 Верну любимого. [16+]

14.25 **Чужие дети.** [16+]

19.00 **Треугольник судьбы.** [16+]

23.00 **Женский доктор.** [16+]

01.00 Понять. Простить. [16+]

02.00 Порча. [16+]

02.30 Знахарка. [16+]

02.55 Верну любимого. [16+]

03.20 Тест на отцовство. [16+]



360°/ТВ-7

05.00 Новости 360.

07.00 Мультфильмы. [6+]

07.30 Nota bene. Новости. [16+]

08.00 Nota bene. Детали. [16+]

09.00 Nota bene. Новости. [16+]

09.30 Вкусно 360. [12+]

11.30 Самое вкусное. [12+]

12.00 Nota bene. Новости. [16+]

12.30 **Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 5-й. 3-я и 4-я серии.** [12+]

14.30 **Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 6-й. 1-я серия.** [12+]

15.25 **Чужая кровь. 3-я серия.** [16+]

16.10 Nota bene. Новости. [16+]

16.30 Большой скачок. [12+]

17.00 Вкусно, как в кино. [12+]

17.45 Зима в Подмоскowie. [12+]

18.20 **Самара-2. 3-я серия.** [16+]

19.00 Nota bene. Новости. [16+]

19.30 Nota bene. Детали. [16+]

20.30 Nota bene. Новости. [16+]

21.00 **Чужая кровь. 6-я серия.** [16+]

22.00 Nota bene. Новости. [16+]

22.30 **Самара-2. 1-я и 2-я серии.** [16+]

23.50 Зима в Подмоскowie. [12+]

00.20 Взрослые люди. [16+]

01.00 Nota bene. Новости. [16+]

01.30 Вне зоны. [16+]

01.50 Самое яркое. [16+]

**Русский иллюзион**

- 05.10 Сторож. [16+]
- 06.50 Неуловимые. Последний герой. [16+]
- 08.05 Няньки. [16+]
- 09.35 Спитак. [16+]
- 11.10 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
- 12.55 Неуловимые. Бангкок. [16+]
- 14.30 Одноклассницы. [16+]
- 15.55 Лови момент. [16+]
- 17.20 Корпоратив. [16+]
- 18.55 Неуловимые. [16+]
- 20.35 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
- 21.55 Временные трудности. [12+]
- 23.30 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
- 01.05 Белье ночи. [16+]
- 02.55 Порт. [16+]
- 04.35 Корпоратив. [16+]

TV 1000 Русское кино

- 06.15 Женщины против мужчин. [18+]
- 07.35 2 дня. [16+]
- 10.10 Русалка. Озеро мёртвых. [16+]
- 11.35 Мифы. [16+]
- 13.15 Джентльмены, удачи! [12+]
- 15.05 Выкрутасы. [12+]
- 16.55 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
- 18.45 2 дня. [16+]
- 20.30 Любовь в городе ангелов. [16+]
- 21.55 Сторожевая застава. [6+]
- 00.00 14+. [16+]
- 01.55 Смотри как я. [12+]
- 03.35 Фото на память. [16+]
- 04.55 Скиф. [18+]

TV 1000

- 06.15 Зелёная миля. [16+]
- 09.15, 21.15 Элементарно. [16+]
- 10.35 Идеальный побег. [16+]
- 12.15 Выхода нет. [18+]
- 14.10 Невозможное. [16+]
- 16.10 Форрест Гамп. [12+]
- 18.45 Человек дождя. [16+]
- 23.00 Во власти стихии. [16+]
- 00.45 Отмель. [16+]
- 02.15 Синяя бездна. [16+]
- 03.55 Синяя бездна-2. [16+]

TV 1000 Action

- 05.25 Стрелок. [16+]
- 07.25 Джек Ричер. [16+]
- 09.55 Джек Ричер-2. Никогда не возвращайся. [16+]
- 12.20 Ограбление на Бейкер-Стрит. [16+]
- 14.15 Стрелок. [16+]
- 16.35 Враг государства № 1. [18+]
- 18.35 Враг государства № 1. Легенда. [18+]
- 21.00 Лучший стрелок. [12+]
- 23.00 Ужас Амитивилля. [16+]
- 00.30 Ужас Амитивилля. Пробуждение. [16+]
- 02.00 Зеркала. Инкарнация. [18+]
- 03.35 Мара. Пожиратель снов. [18+]

Иллюзион+

- 05.15 Плохая мамочка. [16+]
- 06.50, 03.50 Открытая дорога назад. [16+]
- 08.10 Таинственный Альберт Ноббс. [16+]
- 09.55 Чтец. [16+]
- 11.50 Рыжий пёс. [16+]
- 13.15 Учитель английского. [16+]
- 14.35 Самый опасный человек. [16+]
- 16.30 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
- 17.50 После свадьбы. [16+]
- 19.35 Напролом. [16+]
- 21.00 Проповедник с пулемётом. [16+]
- 23.05 Неуловимые. [16+]
- 00.30 Троицкий. [16+]
- 02.15 Эффект колибри. [16+]

Дом кино

- 05.00 На Дерибасовской хорошая погода, или На Брайтон-Бич опять идут дожди. [16+]
- 06.30 Старые клячи. [12+]
- 08.45 Президент и его внучка. [12+]
- 10.30 Три богатыря на дальних берегах. М/ф. [6+]
- 11.40 Три богатыря и Шамаханская царица. М/ф. [12+]
- 13.10 Три богатыря и принцесса Египта. М/ф. [6+]
- 14.30 Сваты. [16+]
- 19.20 8 первых свиданий. [16+]
- 21.00 8 новых свиданий. [12+]
- 22.30 Сваты. [16+]

Русский роман

- 06.20 Я выбираю тебя. [12+]
- 09.15 Храни её любовь. [12+]
- 10.45 Сын. [16+]
- 12.25 Генеральская сноха. [12+]
- 15.35 Женщина-зима. [16+]
- 18.45 Мезальянс. [12+]
- 22.00 Шанс. [12+]
- 01.25 Коварные игры. [12+]
- 04.50 Добрая подружка для всех. [16+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
- 06.30 Пятница News. [16+]
- 06.50 Шаг вперёд. [12+]
- 09.10 На ножах. [16+]
- 20.10 Молодые ножи. [16+]
- 21.20 Белый китель. [16+]
- 23.00 Везунчики. [16+]
- 00.00 Шерлок. [16+]
- 02.00 Пятница News. [16+]
- 02.20 Адская кухня. [16+]
- 04.00 Пятница News. [16+]
- 04.20 Я твоё счастье. [16+]

Карусель

- 05.00 Йоко. [0+]
- 07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
- 07.35 Суперкрылья. [0+]
- 08.00 Команда Флоры. [0+]
- 10.10 Роботы-поезда. [0+]
- 10.45 Игра с умом. [0+]
- 11.05 Буба. [6+]
- 12.10 Легенды Спарка. [0+]
- 12.40 Супер10. [6+]
- 13.10 Ниндзяго. [6+]
- 13.35 Дикие скричеры! [6+]
- 14.00 Навигатор. Новости. [0+]
- 14.10 Простоквашино. [0+]
- 15.55 Малыши и Медведь. [0+]
- 16.00 Барби. [0+]
- 16.25 Кинди Кидс. Твои весёлые подружки! [0+]
- 16.35 Монсики. [0+]
- 18.00 Три кота. [0+]
- 19.40 Щенячий патруль. [0+]
- 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
- 20.45 Сказочный патруль. [0+]
- 22.00 Геомека. [6+]
- 22.30 Черепашки-ниндзя. [6+]
- 23.00 Инфинити Надо. [6+]
- 23.25 Крокодил Гена. [0+]
- 23.45 Чебурашка. [0+]
- 00.05 Шапокляк. [0+]
- 00.25 Чебурашка идёт в школу. [0+]
- 00.35 Обезьянки. [0+]
- 01.30 Везуха! [6+]
- 03.15 Лунтик. [0+]

Советы по поводу. Как укрепить иммунитет?**Выстраиваем линию защиты**

Есть среди нас счастливчики, которые спокойно сидят на сквозняке, гуляют в мороз в лёгкой куртке, общаются с простуженными друзьями и при этом остаются здоровыми. В то время как другие берегутся изо всех сил, кутаются в тёплую одежду и всё равно не вылезают из простуд. С чем это связано?

Подготовила
Елена ЛЕОНЧЕНКО

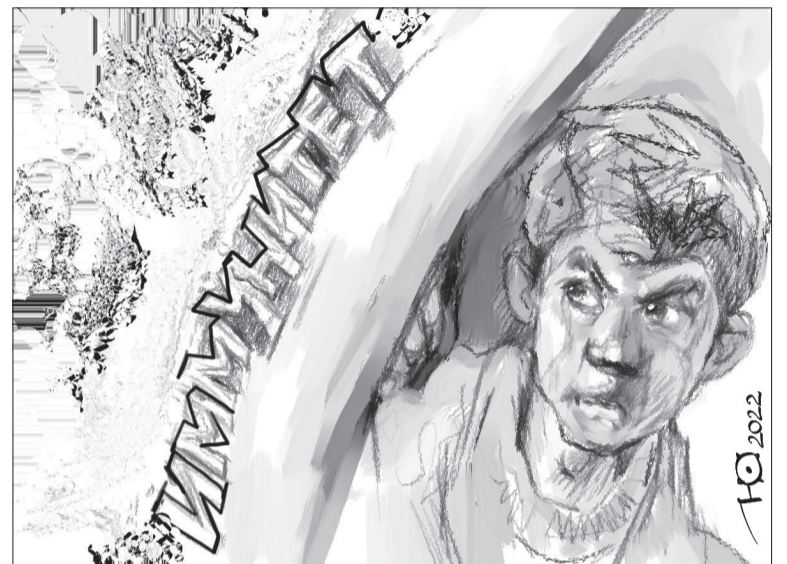


РИСУНОК: ЛАРИСА БАКАНОВА, «ХАКАСИЯ»

Разобраться в вопросе нам поможет врач-методист республиканского центра общественного здоровья и медицинской профилактики Лариса Лебедева.

Всё дело в иммунитете! Это основной механизм защиты от вирусов и бактерий. Иммунитет бывает врождённый и приобретённый. В первом случае, это способность организма распознавать и обезвреживать различные бактерии и вирусы по общим признакам. Приобретённый иммунитет выявляет более специфические, индивидуальные патогены, в процессе столкновения с ними (после болезней или прививок) он и формируется.

Признаки иммунного сбоя: частые ОРЗ, обострения хронических недугов (тонзиллит, гайморит, бронхит, пиелонефрит), частые рецидивы герпетических высыпаний, гнойничковые поражения кожи, боли в суставах и мышцах, продолжительное повышение температуры или отсутствие температурной реакции при острых инфекционных заболеваниях, увеличение лимфатических узлов, плохое заживление ран, злокачественные новообразования, слабость, синдром хронической усталости. Иммунная система формируется ещё в утробе матери и немало зависит от наследственности. Однако в защите иммунитета немалую роль играет образ жизни. И тут всё в наших руках.

Как мы можем укрепить иммунитет?

Во-первых, с помощью закаливания. Это, по сути, тренировка иммунной системы. Главные принципы здесь — умеренность, постепенность и регулярность. Начните с малого: больше гуляйте, чаще проветривайте квартиру, ходите по дому босиком, обтирайтесь смоченными прохладной водой губкой или

полотенцем, умывайтесь прохладной водой. После можно переходить к более серьёзным процедурам — обливанию холодной водой, контрастному душу. Если у вас есть проблемы с сердечно-сосудистой системой, предварительно проконсультируйтесь с кардиологом.

Во-вторых, отрегулируйте питание. Для укрепления организма оно должно быть сбалансированным, разнообразным, богатым витаминами и микроэлементами. Ежедневно в рацион требуется включать все основные группы продуктов: молочные, крахмалистые, овощи, фрукты, источники сложных углеводов, белка и жиров. Сложные углеводы содержатся в крупах, макаронах, картофеле, хлебе с отрубями. Они долго усваиваются, в отличие от простых углеводов (сахар, печенье и прочие сладости).

Жиры хорошо получать из жирных сортов рыбы, авокадо, миндаля, оливкового масла. Разумеется, употребление продуктов, содержащих скрытые неполезные жиры, таких как майонез, колбаса, торты, стоит ограничивать.

Источники белка — это рыба и мясо, молочные продукты, яйца, бобовые, орехи, грибы. Для сохранности витаминов ешьте больше овощей и фруктов в свежем виде.

Иммунитет укрепляют витамины и пробиотики. Даже при самом правильном питании рацион человека сегодня «не доукомплектован» витаминами на 20 — 30 процентов. Соответственно, необходимо регулярно принимать поливитаминные препараты. В период болезней, стрессов, депрессий, повышенной нагрузки, беременности, приёме антибиотиков потребность в витаминах возрастает. Продолжительность приёма поливитаминов определяется врачом и обычно составляет один — три месяца. Пробиотики же

признаны восстановить нарушенный баланс микроорганизмов, населяющих различные слизистые человека, и потому применяются для лечения и профилактики иммунодефицита, дисбактериоза и связанных с ним заболеваний. Пробиотики не стоит назначать себе самостоятельно, лучше, если это сделает врач.

Режим и физическая активность очень важны для нормальной работы всего организма и хорошего самочувствия человека. Старайтесь вставать и ложиться в одно и то же время, высыпаться, больше отдыхать, гулять на свежем воздухе. Во время активной физической нагрузки повышается общий тонус организма, улучшается настроение, кровь обогащается кислородом, улучшаются сон и аппетит.

Если позволяет погода, проводите на улице не менее часа в день. В идеале — в светлое время суток, ведь солнце необходимо не только для выработки витамина D, без солнечного света понижается уровень серотонина в крови, который отвечает за наше хорошее настроение.

Вредные привычки — курение, алкоголь, злоупотребление лекарственными и наркотическими препаратами — очень сильно ослабляют иммунную систему, ухудшают функционирование многих органов, губят сосуды, мозг, лёгкие, повышают риск развития заболеваний.

Позитивный жизненный настрой тоже помогает укрепить иммунитет. Если человеку жизнь не приносит радость и удовольствие, то запускаются биологические механизмы самоуничтожения. Умение позитивно воспринимать действительность — это без преувеличения залог здоровья и долголетия.

А ещё не забывайте о пользе прививок, ведь иммунопрофилактика — важная составляющая крепкого иммунитета.

16

ЧЕТВЕРГ
№ 12 (24532)
3 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОДА

Четверг

10 ФЕВРАЛЯ

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ



СОВЕГУЕМ ПОСМОТРЕТЬ СЕГОДНЯ



Майор «Вихрь» [12+]
По плану фашистского командования должен быть уничтожен один из красивейших городов Европы — Краков. Для предотвращения акта вандализма отправляют туда группу разведчиков, которым надлежит сорвать операцию.

Звезда, 23.40



PTC

- 05.00, 09.03, 15.03, 22.45 «Тема дня» на радио
«Комсомольская правда 105.3 FM». [12+]
06.00 PTC. Новости. [16+]
06.20 Вопрос дня. [16+]
06.30 Регион 19. [16+]
06.40, 10.30, 14.30, 18.30 Мамачки мои. [12+]
06.50 Прямой разговор.
Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]
07.30 Язык танца. [12+]
08.00 Чек-лист. [12+]
08.40 Личный тренер. [12+]
08.55, 11.25, 12.25, 19.45, 22.35, 00.50 Бренды СССР. [12+]
10.00 PTC. Новости. [16+]
10.10 Вопрос дня. [16+]
10.20 Регион 19. [16+]
10.40 Прямой разговор.
Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]
11.10 Обзор прессы. [16+]
11.40 Научная среда. [12+]
12.00 PTC. Новости. [16+]
12.10 Вне зоны. [16+]
12.40 Язык танца. [12+]
13.10 Сериал на PTC. [16+]
14.00 PTC. Новости. [16+]
14.10 Вопрос дня. [16+]
14.20 Регион 19. [16+]
14.45 Научная среда. [12+]
16.00 PTC. Новости. [16+]
16.10 Док. фильм. [16+]
16.40 Личный тренер. [12+]
17.10 Док. фильм
о заповедниках. [16+]
18.00 PTC. Новости. [16+]
18.10 Вопрос дня. [16+]
18.20 Регион 19. [16+]
18.40 Научная среда. [12+]
19.00 Вопрос дня. [16+]
19.10 Земляки. [16+]
19.20 Солбан. [16+]
19.30, 01.50 Лица Енисейской Сибири. [16+]
20.00 PTC. Новости. [16+]
20.20 Вопрос дня. [16+]
20.35 Прямой разговор.
Интервью с первыми лицами Хакасии. [16+]
21.10 Сериал на PTC. [16+]
22.05, 01.30 PTC. Новости. [16+]
22.25 Вопрос дня. [16+]
23.40 Вне зоны. [16+]
00.00, 01.05 Родная улица
(с субтитрами). [16+]
00.30 Под счастливой звездой
(с субтитрами). [16+]
02.50 Док. фильм
о заповедниках. [16+]



Первый

- 05.00, 09.10 Доброе утро.
09.00 Новости.
09.40 Жизнь здорово! [16+]
10.35 Модный приговор. [6+]
11.30, 12.05 Время покажет. [16+]
12.00 Новости.
13.45 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине.
Лыжные гонки. Женщины.
10 км (классика). [16+]
16.00 Мужское / Женское. [16+]
17.00 Время покажет. [16+]
18.00 Вечерние новости.
18.40 На самом деле. [16+]
19.45 Пусть говорят. [16+]
21.00 Время.
21.30 Цыплёнок жареный. [16+]
22.30 Большая игра. [16+]
23.25 Вечерний Ургант. [16+]
00.00 Дневник Олимпийских игр-2022 в Пекине. [0+]
01.00 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. [0+]
02.00, 03.05 Время покажет. [16+]
03.00 Новости.



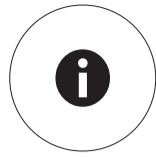
Россия-K

- 06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40
Новости культуры. [12+]
06.35 Пешком... [12+]
07.05 Правила жизни. [12+]
07.35, 18.40 Настоящая война престолов. [12+]
08.20 Последняя дорога. [12+]
10.15 Наблюдатель. [12+]
11.10 Свидетель. [18+]
12.20 Цвет времени. [12+]
12.30 Визит к Минотавру. [12+]
13.40 Абсолютный слух. [12+]
14.20 Анкета Российской империи. [12+]
15.05 Новости. Подробно. Театр. [12+]
15.20 Пряничный домик. Золотое руно. [12+]
15.50 Последняя дорога. [12+]
17.30 Марафон «Звёзды XXI века». [12+]
18.30 Цвет времени. [12+]
19.45 Главная роль. [12+]
20.05 Открытая книга. [12+]
20.35 Пушкин. Битов. Габриадзе. Побег. [12+]
21.30 Энигма. Семён Бычков. [12+]
22.15 Визит к Минотавру. [12+]
23.25 Цвет времени. [12+]
00.00 Свидетель. [18+]
01.10 Марафон «Звёзды XXI века». [12+]
02.15 Всеволод Якут. Мой мир — театр. [12+]
02.50 Док. фильм
о заповедниках. [16+]



Пятый

- 05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 Известия. [16+]
05.25, 09.25, 13.25 Чёрная лестница. 10 — 20-я серии. [16+]
08.35 День ангела. [0+]
17.45 Морские дьяволы-5. Старый маяк. [16+]
18.45 Морские дьяволы-5. Сбежавшая невеста. [16+]
19.40 След. Занимательная нумизматика. [16+]
20.35 След. До самых печёнок. [16+]
21.25 След. ОПСОС. [16+]
22.15 След. Ролевые игры. [16+]
23.10 Великолепная пятерка-4. Последний бой. [16+]
00.00 Известия. Итоговый выпуск. [16+]
00.30 След. Лизкин дом. [16+]
01.15 След. Мой друг — еда. [16+]
02.05 След. Счёт за невесту. [16+]
02.40 След. Манускрипт. [16+]
03.30 Детективы. [16+]
05.00 Документальный проект. [16+]
07.00 С bodrum утром! [16+]
08.30 Новости. [16+]
09.00 Засекреченные списки. [16+]
11.00 Как устроен мир. [16+]
12.00, 16.00, 19.00 112. [16+]
12.30, 16.30, 19.30 Новости. [16+]
13.00 Загадки человечества. [16+]
14.00 Невероятно интересные истории. [16+]
15.00 Неизвестная история. [16+]
17.00 Тайны Чапман. [16+]
18.00, 02.10 Самые шокирующие гипотезы. [16+]
20.00 S.W.A.T. [16+]
22.20 Смотреть всем! [16+]
23.00 Новости. [16+]
23.25 Загадки человечества. [16+]
00.30 22 мили. [18+]
03.00 Тайны Чапман. [16+]
04.35 Документальный проект. [16+]
05.00 Наше кино. История большой любви. [12+]
05.25 Горячий снег. [12+]
07.10, 10.10 Остров ненужных людей. [16+]
10.00, 13.00 Новости.
13.15 Дела судебные. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Дела судебные. [16+]
17.10 Мировое соглашение. [16+]
18.05 Дела судебные. [16+]
19.00 Новости.
19.25 Игра в кино. [12+]
20.55 Слабое звено. [12+]
21.55 Назад в будущее. [16+]
23.45 Остров ненужных людей. [12+]
02.10 Достояние республик. Восьмидесятые. [12+]
03.25 Дела судебные. [16+]
04.40 Тот самый Мюнхгаузен. [0+]
05.00 Наше кино. История большой любви. [12+]
05.25 Горячий снег. [12+]
07.10, 10.10 Остров ненужных людей. [16+]
10.00, 13.00 Новости.
13.15 Дела судебные. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Дела судебные. [16+]
17.10 Мировое соглашение. [16+]
18.05 Дела судебные. [16+]
19.00 Новости.
19.25 Игра в кино. [12+]
20.55 Слабое звено. [12+]
21.55 Назад в будущее. [16+]
23.45 Остров ненужных людей. [12+]
02.10 Достояние республик. Восьмидесятые. [12+]
03.25 Дела судебные. [16+]
04.40 Тот самый Мюнхгаузен. [0+]
05.05 Псевдоним «Албанец-2». [16+]
07.00 Сегодня утром. [12+]
09.00 Новости дня. [16+]
09.20 Специальный репортаж. [16+]
09.40 Северино. [12+]
11.20 Открытый эфир. [12+]
13.00 Новости дня. [16+]
14.05 Псевдоним «Албанец-2». [16+]
18.00 Военные новости. [16+]
18.10 Не факт! [12+]
18.30 Специальный репортаж. [16+]
18.50 Легенды госбезопасности. Алексей Ботян. Как мы освободили Польшу. [16+]
19.40 Легенды телевидения. Евгений Кочергин. [12+]
20.25 Код доступа. [12+]
21.15 Новости дня. [16+]
21.25 Открытый эфир. [12+]
23.05 Между тем. [12+]
23.40 Майор Вихрь. [12+]
03.35 Оружие Победы. [12+]
03.50 Псевдоним «Албанец-2». [16+]
05.00 Мир
05.00 Наше кино. История большой любви. [12+]
05.25 Горячий снег. [12+]
07.10, 10.10 Остров ненужных людей. [16+]
10.00, 13.00 Новости.
13.15 Дела судебные. [16+]
16.00 Новости.
16.15 Дела судебные. [16+]
17.10 Мировое соглашение. [16+]
18.05 Дела судебные. [16+]
19.00 Новости.
19.25 Игра в кино. [12+]
20.55 Слабое звено. [12+]
21.55 Назад в будущее. [16+]
23.45 Остров ненужных людей. [12+]
02.10 Достояние республик. Восьмидесятые. [12+]
03.25 Дела судебные. [16+]
04.40 Тот самый Мюнхгаузен. [0+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Новости 360.
07.00 Мультфильмы. [6+]
07.30 Nota bene. Новости. [16+]
08.00 Nota bene. Детали. [16+]
09.00 Nota bene. Новости. [16+]
09.30 Вкусно 360. [12+]
11.30 Самое вкусное. [12+]
12.00 Nota bene. Новости. [16+]
12.30 Даша Васильева. Любительница частного сыска-2. Фильм 6-й. 2 — 4-я серии. [12+]
15.30 Чужая кровь. 5-я серия. [16+]
16.00 Nota bene. Новости. [16+]
16.30 Большой скачок. [12+]
17.00 Вкусно, как в кино. [12+]
17.45 Зима в Подмосковьи. [12+]
18.20 Самара-2. 5-я серия. [16+]
19.00 Nota bene. Новости. [16+]
19.30 Nota bene. Детали. [16+]
20.30 Nota bene. Новости. [16+]
21.00 Чужая кровь. 8-я серия. [16+]
22.00 Nota bene. Новости. [16+]
22.30 Самара. 3-я и 4-я серии. [16+]
23.55 Зима в Подмосковьи. [12+]
00.20 Взрослые люди. [16+]
01.00 Nota bene. Новости. [16+]
01.30 Вне зоны. [16+]
01.50 Самое яркое. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Порча. [16+]
02.40 Знахарка. [16+]
03.05 Верну любимого. [16+]
03.30 Тест на отцовство. [16+]
05.00 Наши кадры. [16+]
05.05 По делам несовершеннолетних. [16+]
08.55 Давай разведёмся! [16+]
10.00 Тест на отцовство. [16+]
12.15 Понять. Простить. [16+]
13.20 Порча. [16+]
13.50 Знахарка. [16+]
14.25 Верну любимого. [16+]
15.00 Компания. [16+]
19.00 Двойная спираль. [16+]
23.20 Женский доктор. [16+]
01.15 Понять. Простить. [16+]
02.15 Пор



Русский иллюзион

- 06.05 Няньки. [16+]
- 07.40 Неуловимые. Джекпот. [16+]
- 09.00 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
- 12.15 Одноклассницы. [16+]
- 13.40 Лови момент. [16+]
- 15.05, 04.05 Сторож. [16+]
- 16.55 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
- 18.15 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
- 19.55 Неуловимые. Последний герой. [16+]
- 21.15 Белые ночи. [16+]
- 23.05 Порт. [16+]
- 00.45 Чемпионы. [6+]
- 02.35 Временные трудности. [12+]

TV 1000 Русское кино

- 06.35 Счастья! Здоровья! [16+]
- 07.55 Счастье в конверте. [12+]
- 10.10 Фото на память. [16+]
- 11.25, 16.25 14+. [16+]
- 13.45 Счастья! Здоровья! [16+]
- 14.50 Трудности выживания. [16+]
- 18.20 Смотри как я. [12+]
- 20.05 Сторожевая застава. [6+]
- 22.05 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
- 00.00 Тарас Бульба. [16+]
- 02.20 Волкодав из рода Серых Псов. [16+]
- 04.55 Скиф. [18+]

TV 1000

- 05.30 Побег из Шоушенка. [16+]
- 07.50 Форрест Гамп. [12+]
- 10.15, 21.15 Элементарно. [16+]
- 12.05 Во власти стихии. [16+]
- 13.50 Отмель. [16+]
- 15.20 Синяя бездна. [16+]
- 17.05 Синяя бездна-2. [16+]
- 18.40 Побег из Шоушенка. [16+]
- 23.00 Помни меня. [16+]
- 01.10 После. [16+]
- 03.05 После. Глава 2-я. [16+]

TV 1000 Action

- 05.20 ОТЕЛЬ «Артемида». [18+]
- 06.40 Механик. [18+]
- 08.10 Ограбление на Бейкер-Стрит. [16+]
- 10.00 Стрелок. [16+]
- 12.15 Зеркала. Инкарнация. [18+]
- 13.45 Ужас Амитивилля. [16+]
- 15.15 Ужас Амитивилля. Пробуждение. [16+]
- 16.50 Мара. Пожиратель снов. [18+]
- 18.35 Проповедник с пулемётом. [18+]
- 20.55 S.W.A.T. Спецназ города ангелов. [12+]
- 23.00 Американец. [16+]
- 00.50 Одним меньше. [16+]
- 02.50 Саботаж. [18+]
- 04.45 Проповедник с пулемётом. [18+]

Иллюзион+

- 05.10 Тебе конец! [18+]
- 06.40 Таинственный Альберт Ноббс. [16+]
- 08.30 После свадьбы. [16+]
- 10.10 Напролом. [16+]
- 11.40 Проповедник с пулемётом. [16+]
- 13.45 Неуловимые. [16+]
- 15.10 Троцкий. [16+]
- 16.55 Эффект колибри. [16+]
- 18.30 Рыжий пёс. [16+]
- 19.55 Учитель английского. [16+]
- 21.15 Самый опасный человек. [16+]
- 23.10 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
- 00.30 Сердце из стали. [16+]
- 02.10 Погребённый заживо. [16+]
- 03.35 Чтец. [16+]

Дом кино

- 05.20 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
- 07.00 Спираль. [12+]
- 08.35 Уик-энд. [16+]
- 10.20 Алёша Попович и Тугарин Змей. М/ф. [6+]
- 11.45 Добрыня Никитич и Змей Горыныч. М/ф. [6+]
- 13.00 Илья Муромец и Соловей-разбойник. М/ф. [6+]
- 14.30 Сваты. [16+]
- 19.20 Горько! [16+]
- 21.15 Горько!-2. [16+]
- 23.00 Сваты. [16+]

Русский роман

- 06.20 Генеральская сноха. [12+]
- 09.10 Женщина-зима. [16+]
- 11.55 Мезальянс. [12+]
- 15.15 Шанс. [12+]
- 18.40 Коварные игры. [12+]
- 22.00 Горизонты любви. [16+]
- 01.20 Солнцеворот. [16+]
- 03.15 От праздника к празднику. [12+]
- 04.55 Лучше всех. [16+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
- 06.30 Пятница News. [16+]
- 06.50 Чего хотят женщины. [16+]
- 09.00 На ножах. [16+]
- 12.10 Четыре свадьбы. [16+]
- 13.30 Любовь на выживание. [16+]
- 15.20 Четыре свадьбы. [16+]
- 23.20 Шерлок. [16+]
- 01.10 Пятница News. [16+]
- 01.40 Адская кухня. [16+]
- 03.10 Пятница News. [16+]
- 03.40 Мир забесплатно. [16+]
- 04.50 Пятница News. [16+]

Карусель

- 05.00 Четверо в кубе. [0+]
- 07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
- 07.35 Суперкрылья. [0+]
- 08.00 Доктор Панда. [0+]
- 10.10 Роботы-поезда. [0+]
- 10.45 Проще простого! [0+]
- 11.05 Буба. [6+]
- 12.10 Легенды Спарка. [0+]
- 12.40 Супер10. [6+]
- 13.10 Ниндзяго. [6+]
- 13.35 Дикае скричеры! [6+]
- 14.00 Навигатор. Новости. [0+]
- 14.10 Простоквашино. [0+]
- 15.55 Малыши и Медведь. [0+]
- 16.00 Барби. [0+]
- 16.25 Кинди Кидс. Твои весёлые подружки! [0+]
- 16.35 Монсики. [0+]
- 18.00 Три кота. [0+]
- 19.40 Щенячий патруль. [0+]
- 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
- 20.45 Сказочный патруль. [0+]
- 22.00 Геомека. [6+]
- 22.30 Черепашки-ниндзя. [6+]
- 23.00 Инфинити Надо. [6+]
- 23.25 Ну, погоди! [0+]
- 01.30 Везуха! [6+]
- 03.15 Лунтик. [0+]

Хоккей с мячом. «Саяны» сломили сопротивление иркутян

Это была славная охота!

Команда «Саяны» (Абакан) првела первые игры в наступившем году в рамках всероссийских соревнований по хоккею с мячом. Встречи прошли 27 и 28 января в Иркутске против местного клуба «Байкал-Энергия-2».

Александр ДУБРОВИН

Первый матч завершился со счётом 4:1. Вроде бы убедительная победа абаканцев, однако преимущество в три мяча абсолютно не отражает сути произошедшего под крышей ледового дворца «Байкал». Начнём с того, что первый тайм закончился вничью (1:1). На 7-й минуте своё хозяйское слово сказал Вадим Чернов. «Саяны» не остались в долгу, но для этого пришлось ждать. До 38-й минуты. Когда был назначен угловой у ворот иркутян. Казалось, сейчас мяч окажется в сетке, но спасла перекладина. К счастью, на добивании был точен Кирилл Бутенко.

Что происходило дальше? Забить могли обе хоккейные дружины. Только вот постоянные «но» оттягивали этот момент на неопределённый срок. Часы отсчитали 48 (!) минут, когда «Саяны» заработали очередной угловой. Мяч попал в стенку, и теперь уже на добивании отличился Константин Жаданов (87).

Надо полагать, в этот момент и сработала пружина, запустившая победный механизм. Третий мяч в воротах команды «Байкал-Энергия-2» оказался практически сразу благодаря Владиславу Атапину. Да, благодаря нашему вратарю. Времени до окончания встречи оставалось мало, следовательно, процесс требовалось ускорить. Владислав и придал ему максимальной скорости — бросил мяч как можно дальше. Михаил Селедков этого только и ждал. Пройдя по правому флангу к воротам, он отдал пас на Алексея Севрюкова (88). Тот уже про-

рвался в стан соперника с левой стороны поля. В таких случаях обычно говорят: «Сыграли как по нотам».

На этом, сами понимаете, всё не закончилось. Подопечные Евгения Ерахтина заработали ещё один угловой. И на сей раз точненько пробил Александр Захваткин (90). Такая вот неожиданная развязка. Ещё минут за пять до окончания встречи никто даже предположить не мог, что всё повернётся именно таким образом.

Повторная встреча 28 января запомнилась 12 голами и пятью (!) 12-метровыми ударами. Возглас «Это была славная охота!» — как раз для такого случая.

Уже на 3-й минуте Иван Касаткин вывел «Саяны» вперёд, реализовав пенальти, а на 4-й Давид Корешков сравнял счёт. Зарядившись таким боевым настроем, команды и дальше продолжили ковать результат. Добавили жару Александр Захваткин (9), Алексей Севрюков (20). Не стали задерживаться с ответом хозяева льда. Абаканец Денис Шилов, который теперь отстаивает честь иркутского клуба, блеснул мастерством на 26-й минуте. А на 30-й имелась возможность восстановить равновесие в два мяча, однако Иван Касаткин не смог переиграть вратаря с 12-метровой отметки, в результате чего не прошло и минуты, как «Саяны» вынуждены были вынимать мяч из своих ворот — 3:3. Поздравления принимал Антон Скрипкин.

Наш тренерский штаб взял тайм-аут. Получив наставления, ребята пошли вперёд и даже заработали пенальти. Но вновь подвела реализация. Михаил



Селедков ничего не смог сделать с голкипером иркутян. Итог опять из разряда печальных — пропустили на 31-й минуте. И пропустили опять же от Антона Скрипкина.

Нужно было собраться, и к счастью, у «Саян» это получилось сделать. Явно чувствующий за собой вину Михаил Селедков отличился на 36-й минуте. Закрепил успех Кирилл Бутенко (44). Но перед этим, на 43-й минуте, Святослав Медяников не реализовал 12-метровый (пробил мимо).

Ушли на перерыв, вернулись, ввязались в борьбу, которая голами и не пахла первое время, однако свои моменты абаканцы всё же не упустили. Сперва Михаил Селедков (63) показал, как нужно делать результат, а затем уже Егор Егорычев (78) продемонстрировал всем мастер-класс по пробиванию пенальти.

Столь красивым штрихом и закончить бы матч, но воспитанники абаканского хоккея с мячом, нынче играющие за иркутян, на этот счёт имели своё мнение. Денис Шилов отдал пас Руслану Галееву — и тот не растерялся в ответственный момент на 86-й минуте. Впрочем, иркутян это не спасло от поражения — 5:7.

Дело было в Арсеньеве

1 февраля «Саяны» играли в Арсеньеве. Местный «Восток» был заряжен на то, чтобы дать бой гостям, но два мяча Кирилла Бутенко (11) и Фёдора Розвезева (12), пропущенные в течение двух минут, выбили из колеи соперника. На 35-й минуте закрепил успех абаканцев Евгений Неронов, а на 70-й — Егор Егорычев.

У хозяев гол престижа в свой актив записал Евгений Ткачук (37), который до нынешнего сезона выступал за «Саяны». 4:1 — и на следующий день хоккеистов ждала повторная игра. Но об этом в следующий раз.

Турнирная таблица

Группа 4	1	2	3	4	5	6	7	И	В	М	О
1. «Саяны» (Абакан)			6:1 4:2	6:3 10:1	8:5 14:6	6:3 9:2		17	13	104 – 55	41
2. «Енисей-2» (Красноярск)	6:4 2:2		7:3 4:3	7:1 2:1	4:0 14:5	4:2 2:1		14	10	67 – 42	31
3. «Сибсельмаш-2» (Новосибирск)	4:1 2:2	3:1 2:3		5:2 5:5			5:3 7:2	14	6	48 – 46	20
4. «Кузбасс-2» (Кемерово)	5:6 6:11	4:3 11:8	4:3 2:3				9:6 8:2	14	5	62 – 77	16
5. «СКА-Нефтяник-2» (Хабаровск)						9:2 5:3	8:5 9:5	12	4	59 – 72	14
6. «Восток» (Арсеньев)	1:4				4:3 2:2		3:2	13	4	37 – 53	14
7. «Байкал-Энергия-2» (Иркутск)	1:4 5:7				5:5 6:2	3:3 3:4		14	1	49 – 81	5

Вера
ДОРОШЕВА

Русский иллюзион

- 05.50, 04.30 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
07.30 Неуловимые. Бангкок. [16+]
08.55 Одноклассницы. [16+]
10.10 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
11.20, 02.40 Сторож. [16+]
13.05 Временные трудности. [12+]
14.45 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
16.20 Белые ночи. [16+]
18.05 Корпоратив. [16+]
19.45 Порт. [16+]
21.30 Чемпионы. [6+]
23.20 Временные трудности. [12+]
00.55 Спитак. [16+]

TV 1000 Русское кино

- 06.30 Женщины против мужчин. [18+]
08.00 Война полов. [16+]
09.40 Ярослав. Тысячу лет назад. [16+]
10.55 Тарас Бульба. [16+]
13.25 Волкодав из рода Серых Псов. [16+]
15.55 Неуловимые. Последний герой. [16+]
18.55 Неуловимые. Бангкок. [16+]
20.30 Неуловимые. Джепот. [16+]
22.00 Код апокалипсиса. [16+]
00.00 Параграф 78. Фильм первый. [16+]
01.30 Параграф 78. Фильм второй. [16+]
03.05 Кольская сверхглубокая. [16+]

TV 1000

- 05.00 Человек дождя. [16+]
07.05 Тутси. [16+]
09.00, 21.15 Элементарно. [16+]
10.30 Во власти стихии. [16+]
12.15 Помни меня. [16+]
14.25 Свадьба лучшего друга. [12+]
16.25 Стальные магнолии. [6+]
18.45 Ешь, молись, люби. [16+]
23.00 Человек-паук. [12+]
01.10 Человек-паук-2. [12+]
03.35 Человек-паук-3. [12+]

TV 1000 Action

- 06.50 Стрелок. [16+]
09.10 S.W.A.T. Спецназ города ангелов. [12+]
11.15 Саботаж. [18+]
13.15 Одним меньше. [16+]
15.15 Падение Олимпа. [16+]
17.15 Падение Лондона. [18+]
19.00 Падение ангела. [16+]
21.05 Два ствола. [16+]
23.00 Опасные пассажиры поезда 123. [16+]
00.50 Гнев. [16+]
03.25 Прогулка среди могил. [18+]

Иллюзион+

- 05.30 После свадьбы. [16+]
07.15 Напролом. [16+]
08.40 Рыжий пёс. [16+]
10.05 Учитель английского. [16+]
11.30 Самый опасный человек. [16+]
13.20 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
14.40 Сердце из стали. [16+]
16.20 Погребённый заживо. [16+]
17.45 Проводник с пулемётом. [16+]
19.50 Неуловимые. [16+]
21.15 Троцкий. [16+]
23.00 Эффект колибри. [16+]
00.30 Открывая дорога назад. [16+]
01.55 Почти молодожёны. [16+]
03.15 Тебе конец! [18+]
04.50 Преисподняя. [18+]

Дом кино

- 05.00 Страна чудес. [12+]
06.15 Золушка. [16+]
07.40 Француз. [12+]
09.25 Ералаш. [6+]
10.15 Конь Юлий и большие скачки. М/ф. [6+]
11.30 Три богатыря и наследница престола. М/ф. [6+]
13.00 Три богатыря и Морской Царь. М/ф. [6+]
14.30 Сваты. [16+]
19.20 Самый лучший день. [16+]
21.20 Гудбай, Америка. [12+]
23.10 Сваты. [16+]

Русский роман

- 08.15 Шанс. [12+]
11.20 Коварные игры. [12+]
14.45 Горизонты любви. [16+]
18.00 Солнцеворот. [16+]
19.55 От праздника к празднику. [12+]
21.40 Три товарища. [16+]
01.00 Благими намерениями. [12+]
04.45 Коварные игры. [12+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
06.30 На ножах. [16+]
14.50 Мир наизнанку. Китай. [16+]
18.00 Пункт назначения-3. [16+]
20.00 Пункт назначения-4. [16+]
21.50 Дитя Робота. [16+]

- 00.00 Пятница News. [16+]
00.30 Адская кухня. [16+]
02.00 Пятница News. [16+]
02.30 Мир забесплатно. [16+]
03.30 Пятница News. [16+]
04.00 Мир забесплатно. [16+]

Карусель

- 05.00 Турбозавры. [0+]
07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
07.35 Суперкрылья. [0+]
08.00 Маша и Медведь. [0+]
10.10 Роботы-звезда. [0+]
10.45 Студия Каляки-Малыки. [0+]
11.10 Шаранавты. Герои космоса. [6+]
12.10 Легенды Спарка. [0+]
12.40 Супер10. [6+]
13.10 Ниндзяго. [6+]
13.35 Дикие скричеры! [6+]
14.00 Навигатор. У нас гости! [0+]
14.10 Простоквашино. [0+]
15.55 Малыши и Медведь. [0+]
16.00 Барби. [0+]
16.25 Кинди Кидс. Твои весёлые подружки! [0+]
16.35 Монсики. [0+]
18.00 Три кота. [0+]
19.40 Щенячий патруль. [0+]
20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
20.45 Оранжевая королева. [0+]
22.30 Герои Гуджитсу. [6+]
22.40 Бакуган. [6+]
23.25 Ералаш. [6+]
01.05 Элвин и бурундуки. [6+]
02.55 Лунтик. [0+]

Это интересно

Драгоценные кристаллы



Кристаллы соли, как иней, оседают на травинках и камнях.

Уединённое озеро облюбовали дикие птицы: утки, кулики. Видимо, и в этой крепко просоленной воде им хватает корма.

ФОТО: ВЕРА ДОРОШЕВА, «ХАКАСИЯ»

Зимой и летом одним цветом — это не только про ёлочку, но и про берега озера Талого в Усть-Абаканском районе, где когда-то добывали соль.

Соль — одна из самых древних специй. Она не только улучшает вкус еды (нашему организму, кстати, соль действительно необходима), но и, что самое главное, позволяет долго хранить продукты. Давным-давно, когда ни о каких холодильниках или консервах в банке и речи не было, главным способом запасти мясо, рыбу или овощи была засолка. А ещё соль требовалась для выделки шкур.

Этот минерал нужен был всем, многие промышленники сделали себе состояние именно на добыче соли. В древности технологий существовало несколько. Например, выпаривали приправу из морской воды под солнцем или собирали осадок возле солёных источников. Но чаще всего, конечно, соль «варили». Добывали крепкий раствор в нужных местах, а потом кипятили его в специ-

альных печах на больших плоских сковородах — цренах. Работа тяжёлая, требующая мастерства. И хотя росло в России число соляных варниц (некоторые крупные города обязаны им своим происхождением, например, Соликамск, Сольвычегодск, Усолье), но рос и спрос на эту специю. А если случалось ей резко вырасти в цене, то народ был очень недоволен, известны в истории нашей страны Соляные бунты.

Хакасия с её жаркими степями и горькими озёрами отлично подходила для добычи соли. Вдоль озёр её сперва и собирали — без всяких сложных технологий. Один из упомянутых в документах XVIII века водоёмов, расположенный около озера Шира, получил название Форпост. В последующем именовали его по-разному: Степное озеро, Минусинское самосадочное солёное озеро. В настоящее время оно известно как озеро Тус. Первую соль, на лодках переправляемую в Красноярск, добывали именно там.

В наших краях к концу XIX века имелось семь солеваренных заводов, хозяйничали там в большинстве своём предприимчивые жители Минусинска. Они обустроились на озёрах Тагарское, Бейское, Алтайское.

Талое тогда было даже не столько озером, сколько подземными ключами, дающими очень крепкий и чистый рассол. Здесь в 1884 году, в 25 верстах от Черногорских копей, был открыт Абаканский завод.

Сперва там добывали ежегодно не менее пяти тысяч пудов соли (один пуд — это чуть больше 16 килограммов), спустя десятилетие — до 50 тысяч пудов, а потом и больше, уж очень хороший продукт получался, за это, говорят, и поставили его к самому царско-

Задание

Соль часто встречается в пословицах, поговорках, фразеологизмах. Попробуй объяснить значение представленных ниже, а если не получится, попроси помочь взрослых. Может, они вспомнят и другие меткие выражения, где упоминается соль.

- Пуд соли вместе съесть.
- Не солоно хлебавши.
- Недосол — на столе, пересол — на спине.
- Соль земли.
- Соли на хвост насыпать.



СОВЕТУЕМ
ПОСМОТРЕТЬ
СЕГОДНЯ



Мумия [16+]

В египетской пустыне группа авантюристов ищет сокровища фараона, над которыми тяготее древнее проклятие. Рядом с кладом покоится мумия коварного жреца, казнённого за убийство правителя Египта. Золотоискатели потревожили покой гробницы, и мумия встаёт из могилы...

▶ Рен-ТВ, 22.00



- 05.00, 09.15, 15.03, 22.45**
«Тема дня» на радио «Комсомольская правда 105.3 FM». [12+]
- 06.00 РТС. Новости.** [16+]
06.25 Вопрос дня. [16+]
06.35 Обзор прессы. [16+]
06.40 Личный тренер. [12+]
07.25 Территория 02. [16+]
07.35 Мультфильмы на РТС. [0+]
08.40 Язык танца. [12+]
09.00 Бренды СССР. [12+]
10.25 Научная среда. [12+]
10.40 Территория 02. [16+]
10.55 Неформат. [16+]
11.25 Бренды СССР. [12+]
11.40 Лица Енисейской Сибири. [16+]
12.10 Вне зоны. [16+]
12.25 Бренды СССР. [12+]
12.40 Язык танца. [12+]
13.10 Дневное кино на РТС. [16+]
14.40 Вне зоны. [16+]
16.05 Личный тренер. [12+]
16.40 Авторский проект Юлии Константиновой. [16+]
16.55 Российская газета. [16+]
17.00 Региональная пресса. [16+]
17.05 Документальное кино на РТС. [16+]
18.00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней». [16+]
18.30 Спецрепортаж. Вместе.РФ. [16+]
18.50 Бренды СССР. [12+]
19.10 Сериал на РТС. [16+]
20.00 Вечернее кино на РТС. [16+]
21.55 Бренды СССР. [12+]
22.00 Док. фильм. [16+]
22.25 Вопрос дня. [16+]
22.35 Бренды СССР. [12+]
23.40 Вне зоны. [16+]
00.00 Родная улица (с субтитрами). [16+]
00.30 Под счастливой звездой (с субтитрами). [16+]
00.50 Бренды СССР. [12+]
01.05 Родная улица (с субтитрами). [16+]
01.30 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней». [16+]
02.00 Лица Енисейской Сибири. [16+]
02.50 Док. фильм о заповедниках России. [12+]



- 05.15** 10 дурацких способов ловить рыбу зимой. [12+]
05.45 Специальный проект. [12+]
06.00, 15.05 Большая страна. [12+]
06.55 Сделано с умом. [12+]
07.25 Фигура речи. [12+]
07.50 Домашние животные. [12+]
08.20 За дело! [12+]
09.00, 14.35 Среда обитания. [12+]
09.20, 16.50 Календарь. [12+]
10.05 Новости Совета Федерации. [12+]
10.20 Дом «Э». [12+]
10.50, 17.30 Специальный проект. [12+]
11.05 Стратегия выживания. [12+]
11.55 Мультфильмы. [0+]
13.15 Вождь Белое Перо. [12+]
15.00, 19.00, 23.00 Новости. [12+]
16.00 Отражение. [12+]
18.10, 19.05 Гараж. [12+]
19.55 Очень личное. [12+]
20.35 Под покровом небес. [12+]
22.50, 23.05 Армавир. [12+]
01.10 Париж, Техас. [12+]
03.30 Сказ про то, как царь Пётр арапа женил. [12+]



- 06.00** Доброе утро. Суббота.
09.00 Умницы и умники. [12+]
09.45 Слово пастыря. [0+]
10.00 Новости.
10.05 К юбилею Татьяны Тарасовой. «Лёд, которым я живу». [12+]
11.20, 12.05 Видели видео? [6+]
12.00 Новости.
12.25 Точь-в-точь. [16+]
14.55 Кто хочет стать миллионером? [12+]
15.45 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. Биатлон. Мужчины. 10 км. Спринт. Фигурное катание. Танцы (ритм-танец).
21.40 Время.
22.00 Сегодня вечером. [16+]
23.45 Дневник Олимпийских игр-2022 в Пекине. [0+]
00.45 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. [0+]
02.40 Наедине со всеми. [16+]
03.25 Модный приговор. [6+]
04.15 Давай поженимся! [16+]



- 06.30** Арсений Тарковский. «Бабочка». [12+]
07.05 Верь-не-верь. М/ф. [12+]
08.25 Комический любовник, или Любовные затеи сэра Джона Фальстафа. [12+]
09.35 Обыкновенный концерт. [12+]
10.05 Передвижники. Аполлинарий Васнецов. [12+]
10.35 Лёгкая жизнь. [0+]
12.10 Острова. [12+]
12.55 Человеческий фактор. «Ивановы наличники». [12+]
13.25 Мадагаскар. Африканские Галапагосы. [12+]
14.15 Эффект бабочки. [12+]
14.45 Концерт на Новой сцене Большого театра России. [12+]
16.35 Больше, чем любовь. [12+]
17.15 Весёлые ребята. [0+]
18.45 Отцы и дети. [12+]
19.15 «Печки-лавочки». Шедевр от отчаянья. [12+]
19.55 Энциклопедия загадок. [12+]
20.25 Наваждение. [16+]
22.00 Агора. [12+]
23.00 Клуб «Шаболовка, 37». [12+]
00.10 Огонь из преисподней. [16+]
02.05 Мадагаскар. Африканские Галапагосы. [12+]



- 05.25** Великолепная пятёрка. Ночная бабочка. [16+]
06.00 Великолепная пятёрка-4. Попробуй, догони! [16+]
06.40 Великолепная пятёрка-4. Стриптиз. [16+]
07.25 Великолепная пятёрка-4. Дело в шляпе. [16+]
08.10 Великолепная пятёрка-4. Последний бой. [16+]
09.00 Светская хроника. [16+]
10.00 Свои-2. Обреченная погибнуть. [16+]
10.55 Свои-2. Три стихии. [16+]
11.45 Свои-2. Убийство на десерт. [16+]
12.35 Свои-2. Сети судьбы. [16+]
13.25, 14.20, 15.05, 16.00, 16.40, 17.30, 18.20, 19.10, 20.00, 20.40, 21.35, 22.25, 23.10 След. [16+]
00.00 Известия. Главное. [16+]
00.55 Опера. Хроники убийного отдела. [16+]



- 05.00** Утро России. Суббота.
08.00 Вести-Хакасия.
08.20 Местное время. Суббота.
08.35 По секрету всему свету. [16+]
09.00 Формула еды. [12+]
09.30 Пятеро на одного. [16+]
10.20 Сто к одному. [16+]
11.15 Вести.
11.30 Легенда № 17. [12+]
14.25 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Лыжные гонки. Женщины. Эстафета 4x5 км. [16+]
16.05 Юмор! Юмор! Юмор!!! [16+]
17.25 Привет, Андрей! [12+]
19.00 Вести в субботу.
20.00 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Хоккей. Россия — Чехия. [16+]
22.25 Рокировка. [12+]
02.30 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. [16+]



- 05.00, 10.45, 16.45, 02.00** Все на Матч!
05.45, 13.30, 22.35, 02.45 XXIV зимние Олимпийские игры. [0+]
06.50 Баскетбол. Евролига. Мужчины. УНИКС (Россия) — «Црвена Звезда» (Сербия). [0+]
07.55, 13.25, 14.50, 17.50, 22.30, 02.40 Новости.
08.00 XXIV зимние Олимпийские игры. Кёрлинг. Женщины. Россия — Корея.
08.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Сноуборд-кросс. Смешанные команды. Финал.
10.00 XXIV зимние Олимпийские игры. Кёрлинг. Женщины. Россия — Корея.
11.05 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Мужчины. Канада — США.
14.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт. Мужчины. 500 м.
17.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Прыжки с трамплина. K125. Мужчины. Финал.
19.35 XXIV зимние Олимпийские игры. Кёрлинг. Женщины. Россия — Япония.
20.50 XXIV зимние Олимпийские игры. Скелетон. Женщины. 4-я попытка.
21.45 Все на Матч!
23.55 Футбол. Чемпионат Италии. «Наполи» — «Интер».



- 05.00** Невероятно интересные истории. [16+]
06.40 Тайна дома с часами. [12+]
08.30 О вкусной и здоровой пище. [16+]
09.00 Минтранс. [16+]
10.00 Самая полезная программа. [16+]
11.00 Знаете ли вы, что? [16+]
12.00 Наука и техника. [16+]
13.05 Военная тайна. [16+]
14.05 Совбез. [16+]
15.05 Документальный спецпроект. [16+]
16.10 Засекреченные списки. [16+]
17.10 Хроники хищных городов. [12+]
19.35 Варкрафт. [12+]
22.00 Мумия. [16+]
00.25 Мумия возвращается. [12+]
02.40 Пески забвения. [16+]
04.10 Тайны Чапман. [16+]



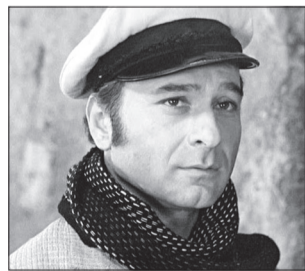
- 05.30** Мультфильмы. [0+]
05.50 Ералаш. [0+]
06.05 Мультфильмы. [0+]
07.35 Драконы. Гонки по краю. М/с. [6+]
08.00 Лекс и Плу. Космические таксисты. М/с. [6+]
08.25, 11.00 Шоу «Уральских пельменей». [16+]
09.00 ПроСТО кухня. [12+]
10.00 Не дрони! [16+]
11.45 Дом-монстр. М/ф. [12+]
13.30 Кунг-фу панда. М/ф. [6+]
15.20 Кунг-фу панда-2. М/ф. [0+]
17.05 Кунг-фу панда-3. М/ф. [6+]
18.55 Тайна Коко. М/ф. [12+]
21.00 Седьмой сын. [16+]
23.00 Обитель зла. [18+]
01.00 Добро пожаловать в Зомбилэнд! [18+]
02.35 Толстяк против всех. [16+]
04.00 Мамы чемпионов. [16+]
04.45 Воронины. [16+]



- 05.25** Золотой гусь. [6+]
06.40 Матрос Чижик. [6+]
08.00 Новости дня. [16+]
08.15 Матрос Чижик. [6+]
08.40 Морской бой. [6+]
09.45 Круиз-контроль. [12+]
10.15 Легенды цирка. Жанр «Жонглирование». [12+]
10.45 Улика из прошлого. Планета воды. Тайное будущее человечества. [16+]
11.35 Война миров. СССР против США. Подводные сражения. [16+]
12.30 Не факт! [12+]
13.00 Новости дня. [16+]
13.15 СССР: Знак качества. [12+]
14.05 Легенды кино. Олег Борисов. [12+]
14.55 Сделано в СССР. [12+]
15.05 МУР есть МУРИ-2. [16+]
18.00 Новости дня. [16+]
18.15 Задело! [16+]
18.30 МУР есть МУРИ-2. [16+]
23.10 Сивый мерин. [16+]
02.40 Сувенир для прокурора. [16+]
04.05 Андрей Громыко. Дипломат № 1. [12+]
04.50 Хроника Победы. [16+]




- 05.00** Мультфильмы. [0+]
06.00 Всё, как у людей. [6+]
06.15 Мультфильмы. [0+]
06.50 Старики-разбойники. [12+]
08.30 Исторический детектив. [12+]
09.00 Слабое звено. [16+]
10.00 Погода в мире. [12+]
10.10 Зита и Гита. [12+]
13.05 Двенадцать стульев. [6+]



- 16.00** Новости.
16.15 Двенадцать стульев. [6+]
16.35 Орлова и Александров. [16+]
19.00 Новости.
19.15 Орлова и Александров. [16+]



- 05.45** Открытый микрофон. [16+]
06.35 TNT. Best. [16+]
07.00 TNT. Gold. [16+]
07.55 СашаТаня. [16+]
13.00 Жуки. [16+]
21.00 Девушки с Макаровым. [16+]
23.00 Женский Стендап. [16+]
00.00 300 спартанцев. Расцвет империи. [18+]

01.55 Импровизация. [16+]
03.35 Comedy баттл. Сезон-2018. [16+]
04.25 Открытый микрофон. [16+]



- 05.30** Мой ангел. [12+]
07.15 Православная энциклопедия. [6+]
07.45 Фактор жизни. [12+]
08.20 Женщины способны на всё. [12+]
09.25 Москва резиновая. [16+]
10.00 Самый вкусный день. [6+]
10.30, 11.45 Ночной патруль. [12+]
11.30 События.
12.55, 14.45 Горная болезнь. [12+]
14.30 События.
16.55 Шахматная королева. [16+]
21.00 Постскриптум. [16+]
22.15 Право знать! [16+]
23.45 События.
00.00 90-е. Всегда живой. [16+]
00.50 Удар властью. Виктор Черномырдин. [16+]
01.30 День «Если». [16+]
02.00 Хватит слухов! [16+]
02.25 Прощание. Андрей Панин. [16+]
03.10 Прощание. Трус, Балбес и Бывалый. [16+]
03.50 Прощание. Любовь Полищук. [16+]
04.30 Прощание. Марис Либа. [16+]
05.10 Актёрские драмы. Погибшие дети звезд. [12+]
05.50 Петровка, 38. [16+]



- 05.45** Мультфильмы. [0+]
09.30 Слепая. [16+]
10.45 Рыжая Соня. [12+]
12.30 Дочь колдуны. [12+]
14.45 Грязные танцы. [12+]
16.45 Дом у озера. [16+]
19.00 Взрыв из прошлого. [16+]
21.00 Гудзонский ястреб. [16+]
23.00 Хижина в лесу. [18+]
01.00 Полиция Майами. [18+]
03.00 Бетховен-5. [0+]
04.30 Мистические истории. [16+]



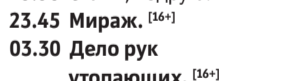
- 06.00** Улётное видео. [16+]
06.20 Летучий надзор. [16+]
07.00 Улётное видео. Лучшее. [16+]
09.00 Улётное видео. [16+]
13.00, 18.30 Улётное видео. ТОП-35. [16+]
14.00 +100500. [18+]
17.00, 19.30 Улётное видео. [16+]
21.00 +100500. [18+]
23.30 iТопчик. [16+]
01.30 Улётное видео. [16+]



- 04.50** ЧП. Расследование. [16+]
05.20 Одиночка. [16+]
07.20 Смотр. [0+]
08.00 Сегодня.
08.20 Готовим с Алексеем Зиминим. [0+]
08.50 Поедем, поедим! [0+]
09.25 Едим дома. [0+]
10.00 Сегодня.
10.20 Главная дорога. [16+]
11.00 Живая еда. [12+]
12.00 Квартирный вопрос. [0+]
13.00 Однажды... [16+]
14.00 Своя игра. [0+]
15.00 Пять минут тишины. Возвращение. [12+]
19.00 Центральное телевидение. [16+]
20.20 Ты не поверишь! [16+]
21.20 Секрет на миллион. [16+]
23.25 Международная пилорама. [16+]
00.20 Квартирка НТВ у Маргулиса. [16+]
01.40 Дачный ответ. [0+]
02.35 Три звезды. [16+]



- 05.15** По делам несовершеннолетних. [16+]
06.30 Предсказания. 2022. [16+]
07.30 Нелюбовь. [16+]
11.05 Дело рук утопающих. [16+]
Действие разворачивается в небольшом городке, который из-за продолжительных ливней находится под угрозой затопления. Двум местным жителям, помимо природных и социальных проблем города, придётся разобраться с неприятностями и в личной жизни. Учительница Марина Коновалюк однажды поверила в искренность женатого мужчины и теперь замешана в грандиозном скандале. К тому же её подозревают в убийстве соперницы. А полицейский Алексей Терещенко «сослан» в провинцию за серьёзный служебный проступок. Справятся ли Марина и Лёша со своими проблемами и смогут ли они объединить местных жителей вокруг себя — от этого зависит не только будущее двух молодых людей, но и спасение города.
19.00 Великолепный век. [16+]
23.30 Скажи, подруга. [16+]
23.45 Мираж. [16+]
03.30 Дело рук утопающих. [16+]



- 05.00** Самое яркое. [16+]
06.00 Nota bene. Новости. [16+]
06.30 Nota bene. Детали. [16+]
07.30 Nota bene. Новости. [16+]
08.00 Nota bene. Детали. [16+]
09.00 Вкусно 360. [12+]
11.00 Nota bene. Новости. [16+]
11.30 Nota bene. Детали. [16+]
12.30 Nota bene. Новости. [16+]
13.00 Даша Васильева. Любительница частного сыска-3. Фильм 7-й. 1 — 4-я серии. [12+]
16.55 Старики-разбойники. [0+]
18.35 Моя морячка. [12+]
20.00 Nota bene. Новости. [16+]
20.30 Nota bene. Детали. [16+]
21.00 Nota bene. Новости. [16+]
22.00 Самое яркое. [16+]

**Русский иллюзион**

- 06.10 Одноклассницы. [16+]
07.30 Лови момент. [16+]
08.40, 14.50 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
09.50 Порт. [16+]
11.20 Белые ночи. [16+]
13.05 Няньки. [16+]
16.10 Порт. [16+]
17.50 Чемпионы. [6+]
19.35 Временные трудности. [12+]
21.10 Спитак. [16+]
23.00 Сторож. [16+]
00.50 Домовой. [6+]
02.40 Предок. [16+]
04.10 Женщины против мужчин. [18+]

TV 1000 Русское кино

- 05.10, 13.55 Русалка. Озеро мёртвых. [16+]
06.30 Мифы. [16+]
07.55 2 дня. [16+]
09.20 Джентльмены, удачи! [12+]
10.55 Вертикаль. [6+]
12.15 Мифы. [16+]
15.30 Кольская сверхглубокая. [16+]
17.30 Параграф 78. Фильм первый. [16+]
19.05 Параграф 78. Фильм второй. [16+]
20.45 Код апокалипсиса. [16+]
22.40 Остров везения. [12+]
00.10 Любовь в большом городе. [16+]
01.45 Любовь в большом городе-2. [16+]
03.25 Любовь в большом городе-3. [12+]

TV 1000

- 06.00 Невозможное. [16+]
07.40 После. [16+]
09.15 После. Глава 2-я. [16+]
10.50 Ешь, молись, люби. [16+]
13.30 Человек-паук. [12+]
15.40 Человек-паук-2. [12+]
18.05 Человек-паук-3. [12+]
20.40 Парк Юрского периода. [16+]
23.00 Парк Юрского периода-2. Затерянный мир. [16+]
01.15 Парк Юрского периода-3. [16+]
03.00 Мир Юрского периода. [16+]

TV 1000 Action

- 05.30 Падение Олимпа. [16+]
07.25 Падение Лондона. [18+]
09.10 Падение ангела. [16+]
11.10 Опасные пассажиры поезда 123. [16+]
13.05 Отель «Артемиды». [18+]
14.40 Прогулка среди могил. [18+]
16.40 Два ствола. [16+]
18.35 Гнев. [16+]
21.10 Американец. [16+]
23.00 Девушка в поезде. [18+]
01.00 Логово монстра. [18+]
02.55 Паранойя. [12+]
04.50 Мара. Пожиратель снов. [18+]

Иллюзион+

- 07.05 Учитель английского. [16+]
08.30 Проповедник с пулемётом. [16+]
10.40 Неуловимые. [16+]
12.05 Троцкий. [16+]
13.50 Эффект колибри. [16+]
15.25 Открытая дорога назад. [16+]
16.45 Почти молодожёны. [16+]
18.10 Самый опасный человек. [16+]
20.05 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
21.25 Сердце из стали. [16+]
23.00 Погребённый заживо. [16+]
00.30 Чтец. [16+]
02.25 Плохая мамочка. [16+]
04.00 Человек-швейцарский нож. [18+]

Дом кино

- 05.00 Свадьба по обмену. [16+]
06.35 Питер FM. [12+]
08.00 Прогулка. [12+]
09.25 Ералаш. [6+]
10.20 Три богатыря и Шамаханская царица. М/ф. [12+]
11.40 Три богатыря на дальних берегах. М/ф. [6+]
13.00 Иван Царевич и Серый Волк. М/ф. [6+]
14.40 Иван Царевич и Серый Волк-2. М/ф. [6+]
16.00 Иван Царевич и Серый Волк-3. М/ф. [6+]
17.25 Иван Царевич и Серый Волк-4. М/ф. [6+]
19.00 Сваты. [16+]

Русский роман

- 07.50 Мама Люба. [12+]
11.20 Солнцеворот. [16+]
13.15 От праздника к празднику. [12+]
15.00 Избранница. [16+]
18.40 Трава под снегом. [16+]
22.00 Горная болезнь. [12+]
01.10 Причал любви и надежды. [16+]
04.50 Допустимые жертвы. [16+]

Пятница!

- 05.00 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
07.00 Орёл и решка. Россия-3. [16+]
08.00 Гастротур. [16+]
09.00 Орёл и решка. Неизданное. [16+]
10.00 На ножах. [16+]
14.00 Мир наизнанку. Южная Америка. [16+]
15.00 Мир наизнанку. Бразилия. [16+]
19.00 Мир наизнанку. Китай. [16+]
23.00 Дикари. [16+]
01.00 Адская кухня. [16+]
03.00 Пятница News. [16+]
03.30 Мир забесплатно. [16+]
04.30 Пятница News. [16+]

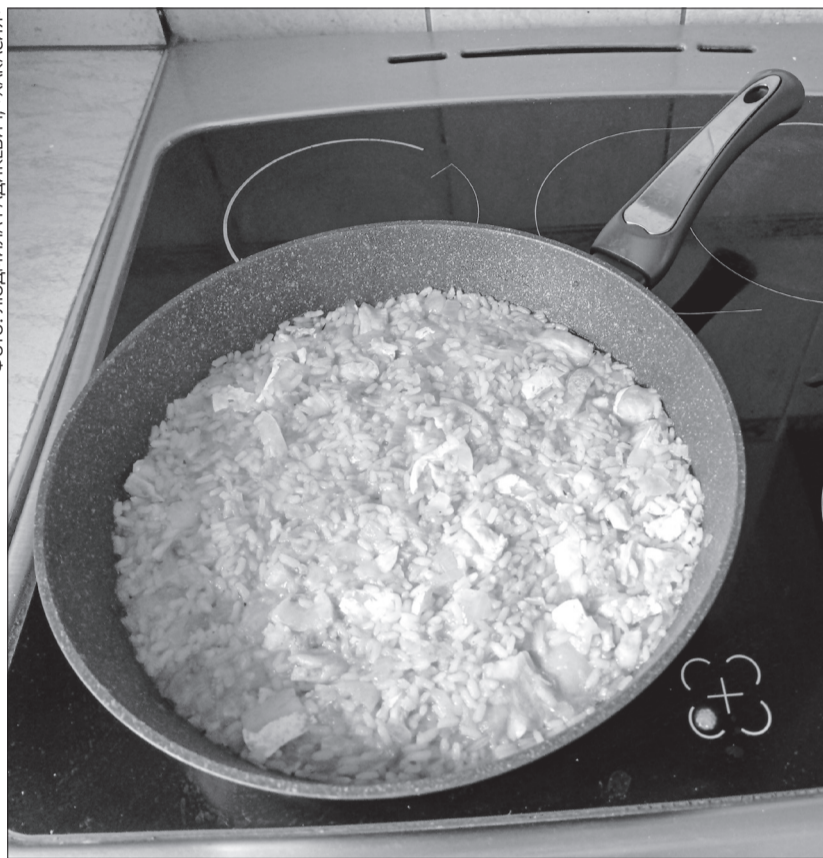
Карусель

- 05.00 Смешарики. [0+]
05.40 Барбоскины. [0+]
06.20 Буба. [6+]
07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
07.30 Деревяшки. [0+]
09.00 Съедобное или несъедобное. [0+]
09.20 Робокар Поли и его друзья. [0+]
09.50 Фиксики. Новенькие. [0+]
11.00 Семья на ура! [0+]
11.30 Зебра в клеточку. [0+]
13.00 ТриО. [0+]
13.25 Катя и Эф. Куда угодно-дверь. [0+]
15.30 Ералаш. [6+]
17.05 Маша и Медведь. [0+]
18.05 Сказочный патруль. Хроники чудес. [0+]
19.00 Кощей. Начало. [6+]
20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
20.45 Чудо-юдо. [6+]
22.30 Герои Гуджитсу. [6+]
22.40 Бакуган. [6+]
23.25 Ералаш. [6+]
01.05 Элвин и бурундуки. [6+]
02.55 Смешарики. [0+]

Северный вариант. Без белого вина, но с омега-3

Не валенсийская — сибирская паэльля

ФОТО: ЛЮДИЛА РАДИКЕВИЧ, «ХАКАСИЯ»

**Чем жирные кислоты полезны для нашего организма**

- Участвуют в расширении и сокращении кровеносных сосудов;
- Являются основным компонентом клеточной мембраны;
- Поддерживают подвижность и жёсткость клеточных мембран;
- Регулируют обмен веществ в клетках;
- Транспортируют кислород от красных кровяных телец к тканям;
- Поддерживают правильную функцию почек и баланс жидкости;
- Поддерживают подвижность насыщенных жиров в кровотоке;
- Регулируют процесс передачи нервных импульсов.

Никогда не делилась рецептами блюд, да и нет у меня их — своих эксклюзивных. Зато есть подруга Светлана с исключительно творческим подходом к вопросам гастрономии.

Людмила РАДИКЕВИЧ

Она никогда не готовит по чужим рецептам, все рождаются у неё в голове. Ранней весной подруга встречает меня душистыми лепёшками с сыром и разнообразной зеленью, которая проклюнулась на огороде (у неё только луков — пара десятков видов). Летом лакомясь у Светланы варениками с лесной земляникой, пирогами с ревенем, творогом с чесноком и размолотыми семенами кориандра. Вкус всего непередаваемый. Повторить я смогла только её паэльлю, потому что просто.

Паэльля, как говорит Википедия, — национальное испанское и валенсийское блюдо из риса, подкрашенного шафраном, с добавлением оливкового масла. Классическая, помимо риса, включает в себя шесть-семь видов рыбы и морепродуктов, курицу, белое вино, зелень и специи. Название происходит от латинского слова *patella* — «сковорода». Популярность этого блюда в настоящее время обусловлена тем, что применительно к различным регионам испанской кухни, существует множество рецептов паэльлы.

Сами испанцы утверждают, что их свыше 300.

В эти 300 рецептов моя подруга Светлана внесла свою лепту: нашу сибирскую паэльлю — с брюшками сёмги. Кто-то скажет, что это дорогая рыба. Сёмга — да, её брюшки — нет. Без белого вина, да и без шафрана мы обходимся.

Единственное, что меня напрягает в работе с этим блюдом — подготовка рыбных брюшек. Их надо почистить от чешуи, а потом отскоблить от кожи кусочки мяса.

Теперь о пропорциях.

На большую сковороду требуется:

- рис — 2/3 ст.,
- морковь — 1 шт.,
- луковица — 1 шт.,
- брюшки сёмги — 300 — 400 г,
- лимон — пара ломтиков,
- соль, перец — по вкусу,
- масло подсолнечное — столько, чтобы закрыло дно сковороды,
- вода — 1,5 — 2 ст.

Все продукты доступны. Брюшки сёмги обычно покупаю на республиканском сельскохозяйственном рынке в одном месте. Там они нормального качества и на копейку дешевле, чем в других точках. Правда, в последнее время паэльльный набор подорожал, как и вся остальная еда: рис и овощи — больше, рыба меньше.

Готовится очень просто. На разогретую сковороду с подсолнечным, а лучше оливковым

маслом выкладываем тёртую морковь и мелко порезанный репчатый лук, слегка обжариваем, затем высыпаем сухой рис и ещё минуты три-четыре обжариваем на среднем или ниже среднего огне. Солим по вкусу. Заливаем водой. Помешиваем, доливаем воды при необходимости, пробуем. Когда рис почти готов, кладем нарезанные кусочки брюшки сёмги — не солёные, свежемороженые. Ещё пять минут — и блюдо готово. Можно добавить кусочки лимона, перец, прованские травы.

Времени на готовку уходит минут 20 — 30, трудовых усилий — минимум, а результат неизменно замечательный. Рис и рыба хорошо сочетаются, зёрна впитывают жир, блюдо получается лёгким и вкусным, с чудесным ароматом. И ещё полезным.

Все кардиологи рекомендуют своим пациентам обязательно иметь в своём меню жирные сорта рыбы, которые водятся в холодных водах. Эти виды рыбы, а сёмга к ним, безусловно, относятся (обитает в северной части Атлантического океана и в западной части Северного Ледовитого), являются рекорсменами по содержанию омега-3. Кроме того, в них самое благоприятное соотношение омега-3 и омега-6 жирных кислот, которые вместе положительно влияют на здоровье сердца и состояние сосудов.

Вот говорят: всё вкусное не полезно, а всё полезное невкусно. Это не про нашу сибирскую паэльлю. Готовьте, ешьте, будет вам и пищевое удовольствие, и профилактика недугов.



О любви ^[16+]

Галина — умная и красивая тридцатилетняя женщина. Казалось бы, она создана для любви и счастья, но настоящего взаимного чувства нет как нет...

► Россия-К, 21.05

- РТС**
- 05.00, 09.15, 15.03 «Тема дня» на радио «Комсомольская правда 105.3 FM». ^[12+]
 - 06.00 Солбан. ^[16+]
 - 06.25 Вопрос дня. ^[16+]
 - 06.35 Обзор прессы. ^[16+]
 - 06.40 Личный тренер. ^[12+]
 - 07.25 Территория 02. ^[16+]
 - 07.35 Мультфильмы на РТС. ^[0+]
 - 08.40 Авторский проект Юлии Константиновой. ^[16+]
 - 09.00 Бренды СССР. ^[12+]
 - 10.25 Лица Енисейской Сибири. ^[16+]
 - 10.40 Территория 02. ^[16+]
 - 10.55 Прямой разговор. Интервью с первыми лицами Хакасии. ^[16+]
 - 11.25 Бренды СССР. ^[12+]
 - 11.40 Лица Енисейской Сибири. ^[16+]
 - 12.10 Вне зоны. ^[16+]
 - 12.25 Бренды СССР. ^[12+]
 - 12.40 Язык танца. ^[12+]
 - 13.10 Дневное кино на РТС. ^[16+]
 - 14.40 Вне зоны. ^[16+]
 - 16.05 Личный тренер. ^[12+]
 - 16.40 Авторский проект Юлии Константиновой. ^[16+]
 - 16.55 Российская газета. ^[16+]
 - 17.00 Региональная пресса. ^[16+]
 - 17.05 Документальное кино на РТС. ^[16+]
 - 18.00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней». ^[16+]
 - 18.30 Спецрепортаж. Вместе.РФ. ^[16+]
 - 18.50 Бренды СССР. ^[12+]
 - 19.10 Сериал на РТС. ^[16+]
 - 20.00 Вечернее кино на РТС. ^[16+]
 - 21.55 Бренды СССР. ^[12+]
 - 22.00 Док. фильм. ^[16+]
 - 22.25 Вопрос дня. ^[16+]
 - 22.45 «Тема дня» на радио «Комсомольская правда 105.3 FM». ^[12+]
 - 23.40 Вне зоны. ^[16+]
 - 00.00 Родная улица (с субтитрами). ^[16+]
 - 00.30 Под счастливой звездой (с субтитрами). ^[16+]
 - 00.50 Бренды СССР. ^[12+]
 - 01.05 Родная улица (с субтитрами). ^[16+]
 - 01.30 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней». ^[16+]
 - 02.00 Лица Енисейской Сибири. ^[16+]
 - 02.50 Док. фильм о заповедниках России. ^[12+]

- Общественное телевидение России**
- 05.10 ОТражение.
 - 06.00, 15.05 Большая страна. ^[12+]
 - 06.55 Сделано с умом. ^[12+]
 - 07.25, 19.55 Вспомнить всё. ^[12+]
 - 07.50, 16.40 Активная среда. ^[12+]
 - 08.20 От прав к возможностям. ^[12+]
 - 08.30 Гамбургский счёт. ^[12+]
 - 09.00, 14.35 Среда обитания. ^[12+]
 - 09.20, 16.00 Календарь. ^[12+]
 - 10.05 Сказка о мёртвой царевне и о семи богатырях. Кукушка и скворец. М/ф. ^[0+]
 - 10.45 Маленькие трагедии. ^[12+]
 - 15.00 Новости.
 - 16.50, 00.30 Книжные аллеи. Адреса и строки. ^[16+]
 - 17.20 Ещё раз про любовь. ^[16+]
 - 19.00, 01.00 ОТражение недели.
 - 20.25 Париж, Техас. ^[12+]
 - 22.55 Концерт Sting «Зимняя ночь». ^[12+]
 - 01.55 Стратегия выживания. ^[12+]
 - 02.45 Храни меня, мой талисман. ^[12+]
 - 03.55 Домашние животные. ^[12+]
 - 04.20 Гараж. ^[12+]

- Первый**
- 05.10, 06.10 Выйти замуж за капитана. ^[12+]
 - 06.00, 10.00 Новости.
 - 06.50 Играй, гармонь любимая! ^[12+]
 - 07.35 Часовой. ^[12+]
 - 08.10 Здоровье. ^[16+]
 - 09.20 Непутёвые заметки. ^[12+]
 - 10.10, 12.10 Видели видео? ^[16+]
 - 12.00 Новости.
 - 12.40, 16.45 Страна Советов. Забытые вожди. ^[16+]
 - 13.45 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. Лыжные гонки. Мужчины. Эстафета. 4x10 км. Биатлон. Женщины. Гонка преследования. 10 км.
 - 17.55 Концерт Максима Галкина. ^[12+]
 - 19.10 Две звезды. Отцы и дети. ^[12+]
 - 21.00 Время.
 - 22.00 Хрустальный. ^[16+]
 - 00.15 Дневник Олимпийских игр-2022 в Пекине. ^[0+]
 - 01.15 Олимпийские зимние игры-2022 в Пекине. ^[0+]

- Россия-К**
- 06.30 Энциклопедия загадок. ^[12+]
 - 07.05 Сказка о мёртвой царевне и о семи богатырях. М/ф. ^[12+]
 - 07.40 Весёлые ребята. ^[0+]
 - 09.10 Обыкновенный концерт. ^[12+]
 - 09.40 Мы — грамотеи! ^[12+]
 - 10.20 Друг мой, Колька!.. ^[12+]
 - 11.45 Письма из провинции. ^[12+]
 - 12.10 Диалоги о животных. ^[12+]
 - 12.50 Невский ковчег. Теория невозможного. ^[12+]
 - 13.20 Игра в бисер. ^[12+]
 - 14.05 Архи-важно. ^[12+]
 - 14.35 Огонь из преисподней. ^[16+]
 - 16.30 Александр Невский. Дипломат, воин, святой. ^[12+]
 - 17.10 Пешком. Другое дело. ^[12+]
 - 17.40 Линия жизни. ^[12+]
 - 18.35 Романтика романса. ^[12+]
 - 19.30 Новости культуры. ^[12+]
 - 20.10 Вертинский. Русский Пьеро. ^[12+]
 - 21.05 О любви. ^[16+]
 - 22.20 Создавая сегодня. ^[12+]
 - 23.50 Комический любовник, или Любовные затеи сэра Джона Фальстафа. ^[12+]
 - 01.05 Диалоги о животных. ^[12+]
 - 01.45 Искатели. ^[12+]
 - 02.30 32 декабря. М/ф. ^[12+]

- Пятый**
- 05.40, 06.25, 07.15 Опера. Хроники убойного отдела. ^[16+]
 - 08.05, 23.20 Мстител. 1 — 4-я серии. ^[16+]
 - 11.55 Чужой район-3. Вымогательство. ^[16+]
 - 12.55 Чужой район-3. Злость. ^[16+]
 - 13.50 Чужой район-3. Диагноз. ^[16+]
 - 14.50 Чужой район-3. Память. ^[16+]
 - 15.40 Чужой район-3. Чувства. ^[16+]
 - 16.40 Чужой район-3. Игра. ^[16+]
 - 17.40 Чужой район-3. Ростовщик. ^[16+]
 - 18.35 Чужой район-3. Сюрприз. ^[16+]
 - 19.35 Чужой район-3. Помощь. ^[16+]
 - 20.25 Чужой район-3. Посредник. ^[16+]
 - 21.25 Чужой район-3. Семья. ^[16+]
 - 22.20 Чужой район-3. Ревность. ^[16+]
 - 02.45, 03.30, 04.15 Опера. Хроники убойного отдела. ^[16+]

- Россия-1**
- 04.00 Белые розы надежды. ^[16+]
 - 07.15 Устами младенца. ^[16+]
 - 08.00 Местное время. Воскресенье.
 - 08.35 Когда все дома. ^[16+]
 - 09.25 Утренняя почта. ^[16+]
 - 10.10 Сто к одному. ^[16+]
 - 11.00 Вести.
 - 11.30 Парад юмора. ^[16+]
 - 13.45 Расплата. ^[18+]
 - 17.40 XXIV зимние Олимпийские игры в Пекине. Биатлон. Мужчины. Гонка преследования. 12, 5 км. ^[16+]
 - 18.50 Танцы со звёздами. Новый сезон. ^[12+]
 - 21.00 Вести недели.
 - 23.00 Москва. Кремль. Путин. ^[16+]
 - 23.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. ^[12+]
 - 02.30 Частный детектив Татьяна Иванова. Бес в ребро. ^[12+]

- Матч!**
- 05.00, 13.00 Все на Матч!
 - 05.45 XXIV зимние Олимпийские игры. ^[0+]
 - 07.55, 12.55, 13.25, 14.50, 19.20, 22.30, 02.35 Новости.
 - 08.00 XXIV зимние Олимпийские игры. Кёрлинг. Мужчины. Россия — Италия.
 - 10.45 Смешанные единоборства. UFC.
 - 13.00, 14.55 Все на Матч!
 - 13.30 XXIV зимние Олимпийские игры. ^[0+]
 - 15.35 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Мужчины. Финляндия — Швеция.
 - 18.00 XXIV зимние Олимпийские игры. Шорт-трек.
 - 19.25 Все на Матч!
 - 19.55 XXIV зимние Олимпийские игры. Конькобежный спорт. Женщины. 500 м.
 - 21.45 XXIV зимние Олимпийские игры. Хоккей. Мужчины. США — Германия.
 - 22.35 Все на Матч!
 - 23.25 XXIV зимние Олимпийские игры. ^[0+]
 - 01.50 Все на Матч!
 - 02.40 Футбол. Чемпионат Италии. «Аталанта» — «Ювентус». Прямая трансляция
 - 04.45 Все на Матч!

- Рен-ТВ**
- 05.00 Тайны Чапман. ^[16+]
 - 07.30 Одиночка. ^[16+]
 - 09.35 Земля будущего. ^[12+]
 - 12.05 Царь скорпионов. ^[12+]
 - 13.55 Мумия. ^[16+]
 - 16.20 Мумия возвращается. ^[12+]
 - 18.50 Мумия. Гробница императора драконов. ^[16+]
 - 20.55 Мумия. ^[16+]
 - 23.00 Добров в эфире. ^[16+]
 - 23.55 Военная тайна. ^[16+]
 - 01.00 Самые шокирующие гипотезы. ^[16+]
 - 04.20 Территория заблуждений. ^[16+]

- СТС**
- 05.35 Мультфильмы. ^[0+]
 - 05.50 Ералаш. ^[0+]
 - 06.05 Мультфильмы. ^[0+]
 - 07.55 Шоу «Уральских пельменей». ^[16+]
 - 08.25 Люди в чёрном. ^[12+]
 - 10.20 Люди в чёрном-2. ^[12+]
 - 12.05 Люди в чёрном-3. ^[12+]
 - 14.10 Люди в чёрном. Интернэшнл. ^[16+]
 - 16.25 Тайна Коко. М/ф. ^[12+]
 - 18.35 Перси Джексон и похититель молний. ^[12+]
 - 21.00 Перси Джексон и море чудовищ. ^[6+]
 - 23.05 Седьмой сын. ^[16+]
 - 01.00 Оценки. ^[16+]
 - 02.50 Оценки-2. ^[16+]
 - 04.20 Мама чемпионов. ^[16+]

- Звезда**
- 05.15 Бухта пропавших дайверов. ^[16+]
 - 08.25 Освобождение. Будапештская наступательная операция. ^[16+]
 - 09.00 Новости недели. ^[16+]
 - 09.25 Служу России. ^[12+]
 - 09.55 Военная приёмка. ^[12+]
 - 10.45 Скрытые угрозы. ^[16+]
 - 11.30 Секретные материалы. Операция «Соблазнение». Добыть секреты рейха. ^[16+]
 - 12.20 Код доступа. Россия — НАТО. Москва словам не верит. ^[12+]
 - 13.10 Битва оружейников. Гранатомёты. РПГ-7 против М67. ^[16+]
 - 14.00 Марш-бросок. Особые обстоятельства. ^[16+]
 - 18.00 Главное. ^[16+]
 - 19.25 Легенды советского сыска. ^[16+]
 - 22.45 Сделано в СССР. ^[12+]
 - 23.00 Фетисов. ^[12+]
 - 23.45 Последний бой Николая Кузнецова. ^[12+]
 - 00.50 Сделано в СССР. ^[12+]
 - 01.05 МУР есть МУР!-2. ^[16+]

- Мир**
- 05.00 Орлова и Александров. ^[16+]
 - 08.20 Наше кино. Неувядающие. К юбилею Л. Орловой. ^[12+]
 - 08.55 Мультфильмы. ^[0+]
 - 09.30 Фазенда Лайф. ^[6+]
 - 10.00 Новости.
 - 10.15 Горячий снег. ^[12+]
 - 12.20 Фронт без флангов. ^[12+]
 - 15.50 Фронт за линией фронта. ^[12+]
 - 16.00 Новости.
 - 16.20 Фронт за линией фронта. ^[12+]
 - 18.30 Вместе. ^[12+]
 - 19.30 Фронт за линией фронта. ^[12+]
 - 20.40 Фронт в тылу врага. ^[12+]
 - 00.00 Вместе. ^[12+]
 - 01.00 Тот самый Мюнхгаузен. ^[0+]
 - 03.15 Мультфильмы. ^[0+]

- TNT**
- 05.20 Открытый микрофон. ^[16+]
 - 06.10 TNT. Best. ^[16+]
 - 07.00 TNT. Gold. ^[16+]
 - 07.55 СашаТаня. ^[16+]
 - 09.00 Перезагрузка. ^[16+]
 - 09.35 Битва экстрасенсов. ^[16+]
 - 13.00 Голодные игры. И вспыхнет пламя. ^[16+]
 - 15.50 Голодные игры. Сойка-пересмешница. ^[16+]
 - 18.15 Голодные игры. Сойка-пересмешница. Часть 2-я. ^[16+]
 - 21.00 Комеди Клуб. ^[16+]
 - 23.00 Stand up. ^[18+]
 - 00.00 Слеплённый светом. ^[18+]
 - 02.10 Импровизация. ^[16+]
 - 03.45 Comedy баттл. Сезон-2018. ^[16+]
 - 04.30 Открытый микрофон. ^[16+]

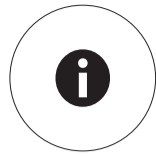
- ТВ-Центр**
- 06.10 Ночной патруль. ^[12+]
 - 08.00 Колдовское озеро. ^[16+]
 - 10.00 Знак качества. ^[16+]
 - 10.55 Страна чудес. ^[6+]
 - 11.30 События.
 - 11.50 Я объявляю вам войну. ^[12+]
 - 13.35 Москва резиновая. ^[16+]
 - 14.30 Московская неделя.
 - 15.05 Актёрские драмы. Вечно вторые. ^[12+]
 - 15.55 Александр Фатюшин. Вы Гурин? ^[16+]
 - 16.50 Прощание. Иосиф Кобзон. ^[16+]
 - 17.40 Любовь вне конкурса. ^[12+]
 - 21.25, 00.30 Дом у последнего фонаря. ^[12+]
 - 00.10 События.
 - 01.20 Петровка, 38. ^[16+]
 - 01.30 Горная болезнь. ^[12+]
 - 04.20 10 самых... Больше не пара. ^[16+]
 - 04.50 Королевы красоты. Проклятие короны. ^[12+]
 - 05.30 Московская неделя. ^[12+]

- ТВ-3**
- 06.00 Мультфильмы. ^[0+]
 - 09.30 Слепая. ^[16+]
 - 11.45 Зелёный фонарь. ^[12+]
 - 14.00 Мост в Терабитию. ^[16+]
 - 16.00 Гудзонский ястреб. ^[16+]
 - 18.00 Звёздные врата. ^[6+]
 - 20.30 10 000 лет до н.э. ^[16+]
 - 22.30 Самые загадочные происшествия. ^[16+]
 - 23.30 Чужие. ^[16+]
 - 02.00 Хижина в лесу. ^[18+]
 - 03.30 Тайные знаки. ^[16+]
- Че**
- 06.00 Улётное видео. ^[16+]
 - 06.20 Летучий надзор. ^[16+]
 - 07.00 Утилизатор-4. ^[16+]
 - 08.00, 10.00 Утилизатор. ^[12+]
 - 08.30, 11.00 Утилизатор-5. ^[16+]
 - 09.00, 10.30, 11.30 Утилизатор-2. ^[12+]
 - 09.30 Утилизатор-3. ^[12+]
 - 12.00 Улётное видео. ^[16+]
 - 13.00, 18.30 Улётное видео. ТОП-35. ^[16+]
 - 14.00 +100500. ^[18+]
 - 17.00, 19.30 Улётное видео. ^[16+]
 - 21.00 +100500. ^[18+]
 - 23.30 iТопчик. ^[16+]
 - 01.30 Экипаж. ^[18+]
 - 03.45 Улётное видео. ^[16+]

- НТВ**
- 04.50 Сильная. ^[16+]
 - 06.35 Центральное телевидение. ^[16+]
 - 08.00 Сегодня.
 - 08.20 У нас выигрывают! ^[12+]
 - 10.00 Сегодня.
 - 10.20 Первая передача. ^[16+]
 - 11.00 Чудо техники. ^[12+]
 - 12.00 Дачный ответ. ^[0+]
 - 13.00 НашПотребНадзор. ^[16+]
 - 14.00 Своя игра. ^[0+]
 - 15.00 Следствие вели... ^[16+]
 - 16.00 Сегодня.
 - 16.20 Следствие вели... ^[16+]
 - 18.00 Новые русские сенсации. ^[16+]
 - 19.00 Итоги недели.
 - 20.10 Маска. ^[12+]
 - 23.30 Звёзды сошлись. ^[16+]
 - 01.00 Одиночка. ^[16+]
 - 02.50 Три звезды. ^[16+]

- Домашний**
- 06.30 Дело рук утопающих. ^[16+]
 - 06.40 Предсказания. 2022. ^[16+]
 - 08.40 Не могу сказать «Прощай». ^[16+]
 - 10.30 Двойная спираль. ^[16+]
 - 14.45 Наша доктор. ^[16+]
 - 18.45 Пять ужинов. ^[16+]
 - 19.00 Великолепный век. ^[16+]
 - 23.25 Про здоровье. ^[16+]
 - 23.40 Лабиринт. ^[16+]
- Алина Тихонова замужем за известным адвокатом, растит двух прекрасных детей и ладит со свекровью. Алина, чьё детство было далеко не безоблачным, твёрдо вознамерилась сделать всё, чтобы её дети росли в идеальной семье. Она готова закрывать глаза на то, что муж — тиран и деспот, дочка связалась с плохой компанией, сын страдает, выполняющая нелепые прихоти отца, а свекровь её не уважает. Но она будет терпеть побои мужа, чтобы не повторить судьбу своей матери. Всё заканчивается в тот день, когда муж поднимает руку на сына, чуть не убивает саму Алину, а дочка уходит из дома...*
- 03.15 6 кадров. ^[16+]
 - 03.25 Дело рук утопающих. ^[16+]

- 360°/ТВ-7**
- 05.00 Будни.
 - 06.00 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 06.30 Nota bene. Детали. ^[16+]
 - 07.30 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 08.00 Звёздная кухня. ^[16+]
 - 09.00 Вкусно 360. ^[12+]
 - 11.00 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 11.30 Nota bene. Детали. ^[16+]
 - 12.30 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 13.00 Чудо-Люда. ^[12+]
 - 13.30 Даша Васильева. Любительница частного сыска-3. Фильм 8-й. 1 — 4-я серии. ^[12+]
 - 17.10 Даша Васильева. Любительница частного сыска-3. Фильм 9-й. 1 — 3-я серии. ^[12+]
 - 20.00 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 20.30 Nota bene. Детали. ^[16+]
 - 21.30 Nota bene. Новости. ^[16+]
 - 22.00 Мама напрокат. ^[16+]
 - 22.40 Реальный папа. ^[12+]
 - 00.20 Самое яркое. ^[16+]



Русский иллюзион

- 05.40 Одноклассницы. Новый поворот. [16+]
 06.50 Про жену, мечту и ещё одну... [12+]
 08.15, 11.10 Белые ночи. [16+]
 09.50, 14.35 Временные трудности. [12+]
 12.55 Чемпионы. [6+]
 16.10 Спитак. [16+]
 18.00 Чемпионы. Быстрее. Выше. Сильнее. [12+]
 19.50 Сторож. [16+]
 21.40 Домовой. [6+]
 23.35 Предок. [16+]
 01.00 Корпоратив. [16+]
 02.40 Няньки. [16+]
 04.25 Праздник взперти. [16+]

TV 1000 Русское кино

- 05.00 Фото на память. [16+]
 06.05 Женщины против мужчин. [18+]
 07.25 Смотри как я. [12+]
 08.50 Остров везения. [12+]
 10.10 Моя морячка. [12+]
 11.30 14+. [16+]
 13.20 Фото на память. [16+]
 14.40 Трудности выживания. [16+]
 16.15 Любовь в большом городе. [16+]
 17.50 Любовь в большом городе-2. [16+]
 19.35 Любовь в большом городе-3. [12+]
 21.05 Танцы насмерть. [12+]
 23.00 Смертельные иллюзии. [12+]
 01.00 За гранью реальности. [12+]
 03.00 Вдова. [16+]
 04.35 Скиф. [18+]

TV 1000

- 05.10 Свадьба лучшего друга. [12+]
 06.50 Стальные магнолии. [16+]
 09.00 Синяя бездна. [16+]
 10.55 Синяя бездна-2. [16+]
 12.40 Парк Юрского периода. [16+]
 15.00 Парк Юрского периода-2. Затерянный мир. [16+]
 17.20 Парк Юрского периода-3. [16+]
 19.00 Мир Юрского периода. [16+]
 21.10 500 дней лета. [16+]
 23.00 Мой парень — псих. [16+]
 01.10 Пассажиры. [16+]
 03.15 Дитя робота. [16+]

TV 1000 Action

- 06.40 Проповедник с пулемётом. [18+]
 09.10 Зеркала. Инкарнация. [18+]
 10.45 Ужас Амитивилля. [16+]
 12.20 Ужас Амитивилля. Пробуждение. [16+]
 13.50 Мара. Пожиратель снов. [18+]
 15.35 Отель «Артемиды». [18+]
 17.10 Паранойя. [12+]
 19.00 Девушка в поезде. [18+]
 21.00 Логово монстра. [18+]
 23.00 Красный дракон. [16+]
 01.10 Молчание ягнят. [18+]
 03.15 Ганнибал. [18+]

Иллюзион+

- 05.30 Учитель английского. [16+]
 06.55 Неуловимые. [16+]
 08.25 Самый опасный человек. [16+]
 10.20 Открытое море. Новые жертвы. [16+]
 11.40 Сердце из стали. [16+]
 13.25 Погребённый заживо. [16+]
 14.55 Чтец. [16+]
 16.50 Плохая мамочка. [16+]
 18.25 Троцкий. [16+]
 20.10 Эффект колибри. [16+]
 21.45 Открытая дорога назад. [16+]
 23.05 Почти молодожёны. [16+]
 00.30 После свадьбы. [16+]
 02.10 Таинственный Альберт Ноббс. [16+]
 03.55 Неуловимые. [16+]

Дом кино

- 05.00 О чём молчат девушки. [16+]
 06.20 Статус: Свободен. [16+]
 07.55 Сорочинская ярмарка. [12+]
 09.45 Ералаш. [6+]
 10.45 Три богатыря. Ход конём. М/ф. [6+]
 12.05 Три богатыря и принцесса Египта. М/ф. [6+]
 13.25 Три богатыря и наследница престола. М/ф. [6+]
 15.00 Три богатыря и Морской Царь. М/ф. [6+]
 16.25 Конь Юлий и большие скачки. М/ф. [6+]
 17.50 Бабушка лёгкого поведения. [16+]
 19.20 Сваты. [16+]

Русский роман

- 06.15 Ты будешь моей. [0+]
 07.40 Тариф «Новогодний». [16+]
 09.00 Сводная сестра. [12+]
 11.50 Благими намерениями. [12+]
 15.35 Ищу мужчину. [12+]
 19.00 Катина счастье. [16+]
 22.10 Срок давности. [12+]
 01.35 Нарушение правил. [12+]
 04.50 Благими намерениями. [12+]

Пятница!

- 05.00, 06.20 Орёл и решка. Россия-2. [16+]
 06.00 Пятница News. [16+]
 07.10 Орёл и решка. Россия-3. [16+]
 08.00 Гастротур. [16+]
 09.00 Орёл и решка. Незданное. [16+]
 11.10 Мир наизнанку. Пакистан. [16+]
 16.30 На ножах. [16+]
 23.00 Везунчики. [16+]
 00.00 Адская кухня. [16+]
 01.30 Пятница News. [16+]
 02.00 Мир забесплатно. [16+]
 04.30 Пятница News. [16+]

Карусель

- 05.00 Смешарики. [0+]
 05.40 Барбоскины. [0+]
 06.20 Три кота. [0+]
 07.00 С добрым утром, малыши! [0+]
 07.30 С добрым утром, Мартин! [0+]
 09.00 Еда на ура. [0+]
 09.20 Робокар Поли и его друзья. [0+]
 09.50 Лунтик. [0+]
 11.00 Вкусняшки шоу. [0+]
 11.20 Чудо-юдо. [6+]
 12.35 Кощей. Начало. [6+]
 14.05 Музыкальный патруль. [0+]
 14.25 Волшебное королевство Энчантималс. Спасение королев. [0+]
 15.00 Студия красоты. [0+]
 15.15 Хейрдораблз. [0+]
 15.30 Ералаш. [6+]
 17.05 Супер МЯУ. [0+]
 18.10 Оранжевая королева. [0+]
 19.40 Щенячий патруль. [0+]
 20.30 Спокойной ночи, малыши! [0+]
 20.45 Кошечки-собачки. [0+]
 22.30 Герои Гуджитсу. [6+]
 22.40 Бакуган. [6+]
 23.25 Ералаш. [6+]
 01.05 Элвин и бурундуки. [6+]
 02.55 Смешарики. [0+]

Олимпиада-2022. С каким настроением смотрим в будущее?

Надежда и перспективы

С 4 по 20 февраля в Пекине пройдут XXIV зимние Олимпийские игры. Они приурочены к 100-летию коммунистической партии Китая.

Александр ДУБРОВИН

Кто-то скажет: уж больно зачестили — в Китае да в Китае. Так оно и есть. Летние Игры 2008-го тоже прошли в Пекине (так уж сложились обстоятельства), теперь пора отгрезить зимним. С не меньшим размахом, но с оглядкой на коронавирус.

Разыграть спортсменам предстоит 109 комплектов медалей в семи видах спорта: биатлоне, бобслее, кёрлинге, коньковых и лыжных видах спорта, санном спорте, хоккее с шайбой. А это, к слову говоря, 15 дисциплин, где страсти будут кипеть и будоражить умы болельщиков. Чаще всего в ленте новостей окажутся такие «медальные» виды, как конькобежный спорт (14 комплектов наград), фристайл (13), лыжные гонки (12), биатлон, сноуборд и горнолыжный спорт (по 11 комплектов медалей). В борьбу за возможность вписать свои имена в историю Игр вступят более четырёх тысяч атлетов из 95 стран мира. Причём у некоторых из них появился шанс стать первыми участниками и награждёнными в проводимых соревнованиях. Не разыгрывались до этого медали в мужских и женских соревнованиях по фристайлу в дисциплине биг-эйр. Теперь будут. В списке «осчастливленных» направленных женские одиночные соревнования по бобслею (монобоб), смешанные командные соревнования по фристайлу в акробатике, смешанная эстафета в шорт-треке, смешанные турниры в прыжках на лыжах с трамплина и сноуборд-кроссе.

Светит ли в них хоть что-то нашей национальной сборной, которую уже не первый год именуют командой Олимпийского комитета России (Russian Olympic Committee), пока сказать трудно. Но, по мнению специалистов, шансы вполне есть. И то, что члены сборной России (кто нам-то запретит так её называть) будут стоять на пьедестале почёта в остальных дисциплинах, уже сейчас можно сказать с полной уверенностью. Надежду вселили соревнования по различным видам спорта, прошедшие в преддверии Олимпиады. И пусть мы не увидим национального флага, не услышим государственно-



На Кубке Хакасии в посёлке Вершина Тёи Алексей Червоткин завоевал две золотые медали и одну бронзовую. Тогда, в 2016 году, он ещё только мечтал об Олимпиаде. А уже сегодня серебряный призёр Игр-2018 готовится к покорению новых вершин — в Пекине. ФОТО: АЛЕКСАНДР ДУБРОВИН, «ХАКАСИЯ»

го гимна в связи с санкциями со стороны всемирного антидопингового агентства (ВАДА), зато продемонстрируем силу воли, характер и спортивную злость, которая всегда выручала и продолжает выручать.

В фигурном катании, безусловно, развернутся события, в которых главную роль сыграют российские спортсменки: Камила Валиева, Анна Щербакова и Александра Трусова. Вот только одной из них удастся стать лучшей в одиночном катании. А заслуживают все три. Вспомните противостояние Алины Загитовой и Евгении Медведевой на прошедших не так давно Олимпийских играх. Повторения истории не избежать. И это уже не говоря о выступлениях в парах, танцах на льду. Там мы тоже должны быть в числе лучших.

В лыжных гонках (после прогремевших успехов) наша страна теперь уже имеет полное право ожидать заслуженных наград. В списке олимпийских чемпионов, Мария Васильева, Мария Истомина, Христина Мацокина, Наталья Непряева, Анастасия Рыгалина, Татьяна Сорина, Вероника Степанова, Юлия Ступак.

Мужская сборная выглядит следующим образом: Александр Большунов, Артём Мальцев, Илья Семиков, Денис Спицов, Александр Терентьев, Сергей Устюгов, Алексей Червоткин, Иван Якимущин. И отметим, что все они, без исключения, в разные годы проходили подготовку к сезону на тейских трассах в Аскизском районе.

С оптимизмом смотрим и на биатлонистов. Выделять конкретно кого-то не будем, но всё

же назовём тех, кто прошёл отбор: Кристина Резцова, Ульяна Нигматуллина, Светлана Миронова, Ирина Казакевич, Валерия Васнецова, Александр Логинов, Эдуард Латыпов, Даниил Серохвостов, Карим Халили, Максим Цветков.

Что принесёт нам хоккей с шайбой? Если в целом, то не исключено, что сюрпризы. Начнём с того, что ребят из НХЛ в Пекине (и для многих это трагедия, не исключая нашего Александра Овечкина) не будет, а как карта ляжет на горячем китайском льду, никто не предскажет. Выстрелить может, в принципе, любая команда (сборная Германии как-то раз это уже довольно ярко продемонстрировала, дойдя до финала), но хочется, конечно же, увидеть чемпионскую игру сборной ОКР. Вот они, на кого смотрит вся страна:

— вратари: Иван Федотов, Александр Самонов, Тимур Билялов.

— защитники: Егор Яковлев, Александр Никишин, Дамир Шарипзянов, Сергей Телегин, Никита Нестеров, Артём Минин, Вячеслав Войнов, Александр Елесин.

— нападающие: Сергей Андронов, Артём Анисимов, Дмитрий Воронков, Михаил Григоренко, Арсений Грицюк, Никита Гусев, Павел Карнаухов, Артур Каюмов, Кирилл Марченко, Сергей Плотников, Кирилл Семенов, Антон Слепышев, Андрей Чибисов, Вадим Шипачёв.

Будут ли конкурентоспособны наши спортсмены в остальных дисциплинах? Вполне. И этим ограничимся, дабы не спугнуть удачу. Она нам ещё пригодится.