

Общественно-политическая газета

# Охотско-эвенская Правда

Издается с 7 ноября 1933 года

Суббота, 07 сентября 2024 года



№ 68 (10995)



Цена по подписке 20 руб.  
В розницу – свободная цена

## ИДЁМ НА ВЫБОРЫ!

### Дорогие жители Хабаровского края!



Мы стоим на пороге важного события — выборов губернатора, которые определят направление развития нашего края на многие годы вперед. Сейчас

от каждого из нас зависит, каким будет завтрашний день.

Я знаю, как остро стоят в нашем крае проблемы с дорогами, детскими садами и школами. Многого нужно сделать и в сфере здравоохранения, общественного транспорта, цен и тарифов ЖКХ.

Но только объединившись население и власть смогут решить эти вопросы и добиться перемен, которые сделают Хабаровский край процветающим и комфортным местом для жизни.

Выборы губернатора — это уникальная возможность для каждого из нас выразить свои пожелания и потребности.

Ваш голос — это не просто бюллетень: это ваше видение будущего края, это ваш шанс сделать его лучше для нас и следующих поколений. Не оставайтесь в стороне, ведь именно ваша активная позиция поможет построить сильный и процветающий Хабаровский край.

Примите участие в выборах, сделайте свой выбор 6,7 и 8 сентября!

**С уважением, врио губернатора Хабаровского края Дмитрий ДЕМЕШИН**

### Уважаемые избиратели Охотского района

Приглашаю вас 7 и 8 сентября 2024 года принять активное участие в досрочных выборах Губернатора Хабаровского края, выборах депутатов Законодательной Думы Хабаровского края восьмого созыва.

Избирательные участки будут работать с 8.00 до 20.00 часов.

В связи с неблагоприятными погодными условиями вы можете воспользоваться правом проголосовать в эти дни вне помещения для голосования (на дому). Для этого вам нужно обратиться не позднее 14 часов 8 сентября 2024 года в свою участковую избирательную комиссию по телефону.

По всем вопросам, связанным с организацией и проведением выборов на территории района, обращайтесь в администрацию муниципального округа по телефонам 9-13-80, 9-27-99 или 8 (924) 411 - 55 - 05.

**Максим КЛИМОВ,**  
глава округа





## Выборы – 2024

### Первый день голосования

Несмотря на буйство непогоды ровно в 8 часов утра все 15 избирательных участков округа приветливо открыли двери для желающих принять участие в выборах Губернатора Хабаровского края и депутатов Законодательной Думы Хабаровского края.

На одном из них, избирательном участке № 647 р.п. Охотск, побывал автор этих строк.

Светлое, уютное празднично оформленное помещение для голосования. В хорошем настроении члены избирательной комиссии в полном составе заняли свои рабочие места. Председатель комиссии Наталья Пономарева не первый раз в составе избирательной комиссии, поэтому эта работа для неё не новая. Соблюдение законодательства – основное в организации деятельности комиссии. В помещении для голосования присутствуют и общественные наблюдатели, призванные следить за соблюдением избирательной комиссией законодательства о выборах.



Несмотря на раннее утро я был не одинок - уже были охотчане, желающие реализовать своё конституционное право на участие в выборах органов власти.

**Алексей Жуков**  
Фото автора

## Торжества по случаю

### Нет войне, нет террору!



В минувший вторник жители округа приняли участие в мероприятиях, посвящённых Дню солидарности в борьбе с терроризмом и 79-ой годовщине окончания Второй мировой войны.



Акция «Нет террору!» прошла на центральной площади Охотска. В мероприятии приняли участие учащиеся средней школы им. Богатырева, работники учреждений и организаций, руководство округа.

В ходе акции ведущие митинга напомнили собравшимся охотчанам о том, сколько горя нашей стране причинили террористические акты и о том, что никто не застрахован от этой беды в дальнейшем и противостоять ей можно только всем миром.

Затем собравшиеся на площади колонной прошли к Об-



тального фильма «От ВОв до СВО: Добровольцы», в котором освещались истории дальневосточников, тех, кто добровольно уходил и продолжает уходить на войну выполнять воинский долг перед своим народом.

**Андрей РОЗУМЧУК**



Уважаемые жители Хабаровского края!

Ежегодно во второе воскресенье сентября в нашей стране отмечается День танкиста.

Это профессиональный праздник объединяет наших воинов, ветеранов и работников танкостроения.

Как подчёркивает Верховный Главнокомандующий Вооружёнными Силами — Президент России Владимир Владимирович Путин: «Мы отдаём дань памяти и безмерного уважения талантливому учёному, инженеру и военному специалисту, которые стояли у истоков рождения отрасли, [...] во многом благодаря их неу-

танному, поистине героическому труду было достигнуто качественное преимущество наших легендарных танков в ключевых сражениях Второй мировой войны, обеспечен их огромный вклад в Великую Победу».

Дальний Восток и Хабаровский край по праву могут гордиться вкладом в славные подвиги наших предков. Пока танкисты-дальневосточники крушили врага на фронтах Великой Отечественной и Второй мировой войны, мастера завода «Дальэнергомаш» в тылу ремонтировали боевые машины.

Кроме того, уже в первый год войны в кратчайшие сроки молодёжь края собрала колоссальную сумму — более 10 млн рублей! — на строительство танковой колонны «Хабаровский комсомолец». Она вошла в 516-й огнеметно-танковый полк, который бил врага в его логове — Берлине!

Мы не просто с почтением вспоминаем дела предков. Танкисты-дальневосточники продолжают дело борьбы с нацизмом в зоне СВО, а мы, их близкие, ждём наших воинов с Победой и, как и 80 лет назад, помогаем нашим защитникам и их семьям.

Уважаемые товарищи!

Пусть броня всегда будет крепка!

Желаем вам сил, отваги и только Победы!

**Правительство Хабаровского края**



Уважаемые работники финансовой сферы!

Сердечно поздравляю Вас с профессиональным праздником — Днем финансиста!

Желаю Вам постоянного профессионального роста, сохранения активной позиции в принятии решений, воплощения замыслов и достижения намеченных целей, большой внутренней силы для их реализации, а также счастья, здоровья, благополучия на долгие годы, любви родных и близких вам людей!

**Глава округа М.А. Климов**

## О единовременных выплатах пострадавшим от ЧС

Уважаемые жители с. Арка и с. Вострецово, пострадавшие в результате чрезвычайной ситуации, связанной с подтоплением приусадебных участков и жилых помещений!

С 5 сентября 2024 г. вы можете обратиться с заявлением в сектор по управлению вашей территорией администрации округа (в с. Арка – по ул. Колхозная, 8, тел. 8(42141)9-11-74, в с. Вострецово – по ул. Набережная, 7, тел. 8(42141)97-3-48) для получения единовременной материальной помощи:

- за утрату урожая сельскохозяйственных культур из расчета 200 рублей за 0,001 гектара погибших сельскохозяйственных культур на приусадебном земельном участке;

- за нарушение условий жизнедеятельности в результате воздействия поражающих факторов источника чрезвычайной ситуации природного и техногенного характера в размере 10 тыс. рублей на человека;

- в связи с утратой имущества первой необходимости (из расчета за частично утраченное имущество первой необходимости - 50 тыс. рублей на человека, за полностью утраченное имущество первой необходимости - 100 тыс. рублей на человека).

Право на получение материальной помощи определяется комиссией по обследованию жилых помещений и приусадебных участков, находящихся в зоне чрезвычайной ситуации.

Выплаты будут производиться при наличии подтверждающих документов.

**Администрация округа, <https://t.me/admokhotsk/6317>**

ОЭП

ПОДПИШИСЬ  
И БУДЬ В КУРСЕ



## Дни воинской славы

# «Недаром помнит вся Россия про день Бородина»

Во все времена героизм, мужество воинов России, мощь и слава русского оружия были неотъемлемой частью величия Российского государства. Не случайно Бородинское сражение русской армии под командованием М. И. Кутузова с французской армией вошло в историю как крупнейшее сражение Отечественной войны 1812 года.

«...участь «Великой армии» Наполеона после этого сражения была предрешена», - писали в те годы, хотя сама битва не привела к немедленному перелому, так как сражение закончилось неопределённым для обеих сторон результатом: обе армии понесли тяжёлые потери, Москву Кутузову пришлось оставить. Бородинское сражение считается одним из самых кровопролитных сражений 19 века. По самым скромным оценкам совокупных потерь, каждый час на поле погибало 8 500 человек, или каждую минуту - рота солдат. Некоторые дивизии потеряли до 80% состава. Со стороны французов было сделано 60 тысяч пушечных и почти полтора миллиона ружейных выстрелов. При этом армия Кутузова одержала стратегическую победу, сохранила боеспособность, быстро восстановилась, а желание уничтожить врага только усилилось. Наполеон одержал тактическую победу, оттеснив русские войска, но не смог решить свою главную задачу - разгромить русскую армию. Если боевой дух русских окреп, то французы же, наоборот, упали духом. «Великая армия» потеряла прежнюю маневренность и способность побеждать.

Наполеон позднее писал в мемуарах: «Из всех моих сражений самое ужасное то, которое я дал под Москвой. Французы в нем показали себя достойными одержать



победу, а русские стяжали право быть непобедимыми... Из пятидесяти сражений, мною данных, в битве под Москвой выказано [французами] наиболее доблести и одержан наименьший успех».

Бородинское сражение и сегодня остается памятником торжества русского оружия и важным событием в истории России, в котором проявилась сила духа русского народа. А на месте битвы действует Бородинский военно-исторический музей-заповедник, где расположены более 200 памятников и памятных мест.

**Подготовила Ирина КОВАЛЕНКО,  
методист Охотского краеведческого  
музея им. Е. Ф. Морозова**

## Сельская жизнь

# Будни маленькой библиотеки

Сельская библиотека – что она такое сегодня? Библиотека села Иня (филиал № 8) Охотской библиотеки перешагнула свой девяностолетний рубеж. Как бы ни усложняли нашу жизнь перемены и перестройки в обществе – библиотека хотя и растущий, но в целом стабильный организм.

Наша библиотека – уютная обитель классики, книжных новинок, периодики. Это место – где читателей всегда ждут и встречают вопросом, понравилась ли книга, что подобрать ещё? Девиз нашего учреждения: «Мы рады Вам!».

Каждый год летом библиотека работает с мальчишками и девочками села и с детской оздоровительной площадкой. Трижды в неделю проводит мероприятия для сельских малышей.

Ребёнок постигает окружающий его мир через слово и коммуникацию с людьми. Открыть мир общения во всём многообразии, научить детей добру и толерантности – значит расширить проблему нравственного воспитания. Побудить детей к самостоятельным размышлениям – вот цель школы общения.

А учимся мы этому играя. Летние месяцы были насыщены разными по тематике и направлениям мероприятиями. Для детей были подготовлены познавательные игры и программы. Литературные турниры, презентации, спортивные игры, игротки, книжные выставки. Влюбить детей в литературу, поэзию, помочь сформировать художественный вкус, приблизив к творчеству классиков, привить им на всю жизнь навыки познания прекрасного –

такую цель ставит перед собой библиотека.

В июне сельская библиотека приняла участие в краевом инклюзивном творческом конкурсе «Ученый кот в мире сказок А.С. Пушкина нас проведёт» и получила диплом от КГБУК «Зоосад «Приамурский» имени Сысоева.

Экологическое просвещение юных ичан всегда было одним из главных направлений в работе нашей библиотеки. Необходимо, чтобы дети поняли, что Природа – самый надёжный и близкий друг каждому из нас. Этой теме были посвящены конкурс знатоков «Загадки погоды», экологическая игра «Окно в природу», «Вода, вода, кругом вода...», экологическое лото «Это чудо – природа» и другие. 8 августа был проведен экологический урок «Чудо-растение», посвященный лотосам. Ребята участвовали в краевом конкурсе, проходившем под девизом «Любуйся, но не рви! Лотосы сохрани». В конце урока юные ичане изготовили плакаты, посвященные этому прекрасному цветку. Фото были отправлены на конкурс и получили признание – диплом от КГБУК «Зоосад «Приморский» имени Сысоева.

Все встречи с детьми и в библиотеке, и на детской оздоровительной площадке «Медвежонок» проходили с хорошим настроением и задором. Хочется надеяться, что детские чувства впоследствии перерастут в большую любовь к родной земле, людям и книге.

**А. АНАНЬЕВА,  
ведущий библиотекарь**

## За пожарную безопасность

# Пожары за август

За период с 1 января по 30 августа 2024 года на территории Охотского муниципального округа произошло 20 пожаров (для сравнения, в 2023 году на это же число их было 13). Все эти пожары произошли в р. п. Охотск. В жилье - 5 пожаров (в 2023 г. - 1), в хоз.постройках - 5 пожаров (3), бесхозные постройки горели 1 раз (1), на объекте производственной деятельности был 1 пожар (0), горение сухой травы - 5 пожаров (3), горение мусора на открытых территориях - 4 пожара (3). Погибших и пострадавших на пожарах нет (0).

За прошедший месяц дежурные караулы 77 ПЧ 4 ОПС два раза выезжали на тушения пожаров и аварийно - спасательные работы и пять раз на срабатывания пожарной сигнализации на объектах социальной инфраструктуры.

**13 августа:** диспетчеру 77 ПЧ поступил звонок о запахе гари в подъезде двухэтажного деревянного одноподъездного восьмиквартирного жилого дома по ул. Охотской. В результате было обнаружено замыкание электропроводки в электрощите без дальнейшего распространения огня.

**19 августа:** пожарные выезжали на аварийно - спасательные работы по ул. Лермонтова.

**28 августа:** поступило сообщение о том, что в районе ул. Белолипского, д.19 виден дым. Горел мусор в металлическом контейнере на территории ТЦ. Площадь пожара составила примерно 2 кв.м.

Уважаемые земляки! Работники пожарной охраны в

очередной раз информируют: установка автономного дымового пожарного извещателя (АДПИ) на сегодняшний день является одним из наиболее эффективных способов защиты вашего жилья и вашей жизни от пожара. Дымовые извещатели реагируют непосредственно на концентрацию продуктов горения. Улавливая наличие продуктов горения в воздухе, прибор подает тревожный сигнал, которого достаточно для оповещения о пожаре людей, находящихся непосредственно в квартире (в том числе разбудить их ночью). Автономный дымовой пожарный извещатель прост в эксплуатации и не требует обслуживания в специализированной организации, его можно приобрести и установить самостоятельно.

Наличие данного не дорогостоящего прибора в вашем жилье позволит своевременно оповестить о возникшем пожаре, тем самым спасти вашу жизнь и жизнь близких вам людей.

При обнаружении пожара или признаков горения (задымления, значительное повышение температуры воздуха, запах гари) и других ЧС немедленно звоните на номер телефона пожарной охраны: 101 или на номер 112 Единой дежурной диспетчерской службы. Звонок служб является бесплатным и возможен при отсутствии денег на счете телефона.

**С. КОМАРОВ,**  
специалист

противопожарной профилактики 77 ПЧ 4 ОПС

## Территория закона

# Мошенники развернули агрессивную кампанию

Потерпевшими вновь становятся люди из незащищенных слоев населения - в основном, женщины среднего и пенсионного возраста. Однако теперь мошенники толкают своих жертв на преступления, заставляя их устраивать поджоги.

Схемы жуликов строятся на запугивании и предложении помочь. На телефонный звонок потерпевшего звонит неизвестный и сообщает, что на его имя собираются оформить или уже оформлен крупный кредит. Далее подключается якобы сотрудник ФСБ: он заявляет жертве, что от кредитных обязательств человека может спасти содействие правоохранительным органам и что он может помочь избавиться от кредитов, но тогда человек тоже должен оказать услугу. Дальше мошенник говорит, что они якобы проводят специальную операцию по выявлению недобросовестных сотрудников военкомата, которые берут взятки. Поэтому жертва должна пойти и поджечь военкомат, чтобы заставить находящихся внутри якобы злоумышленников выйти на улицу и помочь мнимым оперативникам провести задержание.

Подобный случай уже произошел в 2023 году в Хабаровске. На улице Серышева очевидцы заметили пожилую женщину, появившуюся у здания Минобороны. Неизвестная пыталась бросить в пункт отбора на службу по контракту бутылку с зажигательной смесью, однако попала в дверь соседней библиотеки, которую недавно отремонтировали. При этом свидетели происшествия сообщают, что во время совершения деяния женщина была сильно напугана и разговаривала по телефону.

Аналогичные события произошли и в других городах России.

Некоторым жертвам сообщают, что злоумышленники, оформившие на них кредит, скрываются в военкомате, другим после поджога обещают вернуть деньги, третьи уверяют о незначении того, что идут поджигать военкомат, поскольку им с помощью пожара аферисты предложили отомстить банку.

Какой бы ни была версия, схожесть преступлений налицо: все потерпевшие были сильно напуганы и все сообщили, что начали действовать после телефонного звонка. Некоторые признались, что стали жертвами украинских спецслужб.

Вместе с тем, не утихают и продолжают давить на хабаровчан и старые схемы комбинаторов. Двое хабаровчан повелись на рекламу о быстром заработке, инвестировав в «выгодный проект», еще одна девушка, пытаясь предотвратить мошенническую операцию, взяла кредит и перевела все средства по указанным преступникам и счетам.

Сотрудники правоохранительных органов никогда не будут звонить по телефону и предлагать поучаствовать в какой-то операции. Это стопроцентные мошенники, которые сегодня хотят руками наших граждан создать картинку на западе о том, что их разведывательная работа идет успешно. Но давайте будем оставаться осторожными, всегда проявляя бдительность, чтобы своей несобранностью и доверчивостью не помогать врагу!

**Т. ЛЕЙНИ,** подполковник полиции,  
начальник ОМВД «Охотское»

ОЭП

НЕ ПРОПУСТИТЕ ЖИЗНЬ РАЙОНА МИМО СЕБЯ -  
ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ ВОВРЕМЯ

ОЭП

**Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.****Понедельник,  
9 сентября**

05:00 «Доброе утро» 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00  
Новости 12+  
09:20 «Модный приговор» 0+  
10:10 «Жить здорово!» 16+  
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30  
«Информационный канал» 16+  
13:30 «АнтиФейк» 16+  
15:15 «Давай поженимся!» 16+  
16:05 «Мужское / Женское» 16+  
20:00 Т/с «Нинель» 16+  
21:00 Время 12+  
22:00 Т/с «Я не могу без тебя» 16+  
23:00 Торжественная церемония  
вручения международной  
премии мира имени Л.Н.Тол-  
стого 12+  
00:10 Подкаст.Лаб «Жизнь за-  
мечательных» 16+  
00:55 Подкаст.Лаб «Россия и  
Запад на качелях истории» 16+  
01:40 Подкаст.Лаб «Кот Шрё-  
дингера» 16+  
02:25 Подкаст.Лаб «Триггеры» 16+  
03:05 Подкаст.Лаб «Произволь-  
ная программа» 16+  
03:50 Подкаст.Лаб «Анекдоты» 16+

**Вторник,  
10 сентября**

05:00 «Доброе утро» 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00  
Новости 12+  
09:20 «Модный приговор» 0+  
10:10 «Жить здорово!» 16+  
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30  
«Информационный канал» 16+  
13:30, 00:00 «АнтиФейк» 16+  
15:15 «Давай поженимся!» 16+  
16:05 «Мужское / Женское» 16+  
20:00 Т/с «Нинель» 16+  
21:00 Время 12+  
22:00 Т/с «Я не могу без тебя» 16+  
23:00 «Большая игра» 16+  
00:30 Подкаст.Лаб «Легкие  
деньги» 16+  
01:15 Подкаст.Лаб «Футбол не

хоккей» 16+  
02:00 Подкаст.Лаб «Обман ве-  
ществ» 16+  
02:45, 03:05 Подкаст.Лаб «Не-  
формат» 16+  
03:25 Подкаст.Лаб «Свидете-  
ли Эйзенштейна» 16+  
04:10 Подкаст.Лаб «Драгоцен-  
ные истории» 16+

**Среда,  
11 сентября**

05:00 «Доброе утро» 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00  
Новости 12+  
09:20 «Модный приговор» 0+  
10:10 «Жить здорово!» 16+  
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30  
«Информационный канал» 16+  
13:30, 00:55 «АнтиФейк» 16+  
15:15 «Давай поженимся!» 16+  
16:05 «Мужское / Женское» 16+  
20:00 Т/с «Нинель» 16+  
21:00 Время 12+  
22:00 Т/с «Я не могу без тебя» 16+  
23:00 «Большая игра» 16+  
00:00 «Шоу Вована и Лексу-  
са» 16+  
01:25 Подкаст.Лаб «Психика» 16+  
02:10 Подкаст.Лаб «Россия и  
Запад на качелях истории» 16+  
03:05 Подкаст.Лаб «Пусть не  
говорят, пусть читают» 16+  
03:50 Подкаст.Лаб «Хоккей не  
футбол» 16+

**Четверг,  
12 сентября**

05:00 «Доброе утро» 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00  
Новости 12+  
09:20 «Модный приговор» 0+  
10:10 «Жить здорово!» 16+  
11:00, 12:15, 14:00, 17:00, 18:30  
«Информационный канал» 16+  
13:30, 00:10 «АнтиФейк» 16+  
15:15 «Давай поженимся!» 16+  
16:05 «Мужское / Женское» 16+  
20:00 Т/с «Нинель» 16+  
21:00 Время 12+

22:00 Т/с «Я не могу без тебя» 16+  
23:00 «Большая игра» 16+  
00:40 Подкаст.Лаб «Собрались  
с мыслями» 16+  
01:25 Подкаст.Лаб «Кот Шрё-  
дингера» 16+  
02:10 Подкаст.Лаб «Легкие  
деньги» 16+  
03:05 Подкаст.Лаб «Не лыком  
шиты» 16+  
03:50 Подкаст.Лаб «Жизнь за-  
мечательных» 16+

**Пятница,  
13 сентября**

05:00 «Доброе утро» 0+  
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Но-  
вости 12+  
09:20 «Модный приговор» 0+  
10:10 «Жить здорово!» 16+  
11:00, 12:15, 14:00, 17:00 «Ин-  
формационный канал» 16+  
13:30 «АнтиФейк» 16+  
15:15 «Давай поженимся!» 16+  
16:05 «Мужское / Женское» 16+  
18:40 «Человек и закон» 16+  
19:45 «Поле чудес» 16+  
21:00 Время 12+  
21:45 «Голос. Дети» 0+  
23:20 Т/с «Юг» 16+  
00:10 Подкаст.Лаб «Фокусы» 16+  
00:55 Подкаст.Лаб «20 лет спу-  
стя» 16+  
01:40 Подкаст.Лаб «Анекдоты» 16+  
02:25 Подкаст.Лаб «Спроси  
Суркову» 16+  
03:10 Подкаст.Лаб «Триггеры» 16+  
03:55 Подкаст.Лаб «Футбол не  
хоккей» 16+  
04:40 Подкаст.Лаб «Свидете-  
ли Эйзенштейна» 16+  
05:15 Подкаст.Лаб «Психика» 16+

**Суббота,  
14 сентября**

06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+  
09:45 «Слово пастыря» 0+  
10:00, 12:00, 18:00 Новости 12+  
10:15 Д/с «МОНЕУпульторы:  
развод на любовь» 16+  
10:50 Д/ф «Вольф Мессинг. Я  
знал, что вы придете...» 12+  
12:15 «Поехали!» 12+  
13:10 «Наше всё» 12+  
14:00 Х/ф «Добро пожаловать,  
или Посторонним вход вос-  
прещен» 0+  
15:30 «Горячий лёд». Фигурное  
катание. Открытие сезона.  
Трансляция из Санкт-Петер-  
бурга 0+

16:55 «Кто хочет стать мил-  
лионером?» 12+  
18:20 Музыкальное шоу «Род-  
ня» 12+  
19:50 «Эксклюзив» 16+  
21:00 Время 12+  
21:35 Х/ф «Командир» 18+  
00:00 Подкаст.Лаб «Все хотят  
летать» 16+  
00:45 Подкаст.Лаб «Свидете-  
ли Эйзенштейна» 16+  
01:30 Подкаст.Лаб «Летописи  
конца времен» 16+  
02:15 Подкаст.Лаб «Психика» 16+  
03:00 Подкаст.Лаб «Обман ве-  
ществ» 16+  
03:45 Подкаст.Лаб «20 лет спу-  
стя» 16+  
04:30 Подкаст.Лаб «Легкие  
деньги» 16+  
05:15 Подкаст.Лаб «Россия и  
Запад на качелях истории» 16+

**Воскресенье,  
15 сентября**

06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Но-  
вости 12+  
06:10 Подкаст.Лаб «Жизнь за-  
мечательных» 16+  
06:55 «Играй, гармонь люби-  
мая!» 12+  
07:40 «Часовой» 12+  
08:10 «Здоровье» 16+  
09:20 «Непутевые заметки» 12+  
09:40 «Мечталлион» 12+  
10:15 «Жизнь своих» 12+  
11:05 «Повара на колесах» 12+  
12:15 «Видели видео?» 0+  
13:20 Д/ф «Сергей Пускепалис. А у  
насовдворе. Прерванный сезон» 16+  
15:30 «Горячий лёд». Фигурное  
катание. Открытие сезона.  
Трансляция из Санкт-Петер-  
бурга 0+  
16:55 Д/ф «Юлия Чичерина: И  
мы будем стоять» 16+  
19:00 «Точь-в-Точь» 16+  
21:00 Время 12+  
23:00 Т/с «Обоюдное согла-  
сие» 18+  
23:35 Подкаст.Лаб «Триггеры» 16+  
00:20 Подкаст.Лаб «Креатив-  
ные индустрии» 16+  
01:05 Подкаст.Лаб «Собрались  
с мыслями» 16+  
01:50 Подкаст.Лаб «Кот Шрё-  
дингера» 16+  
02:35 Подкаст.Лаб «Не лыком  
шиты» 16+  
03:20 Подкаст.Лаб «Россия и  
Запад на качелях истории» 16+  
04:05 Подкаст.Лаб «Пусть не  
говорят, пусть читают» 16+



**Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.****РОССИЯ****Понедельник,  
9 сентября**

04:00, 08:30 «Утро России» 12+  
08:00, 13:35, 20:05 Вести.  
Местное время 12+  
08:55 «О самом главном»  
Ток-шоу 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+  
10:30, 17:30 «60 Минут»  
Ток-шоу 12+  
12:00 «Наши» 12+  
14:00, 00:50 Т/с «Тайны  
следствия» 16+  
16:30 «Малахов» 16+  
20:20 Т/с «Дама с собач-  
кой» 12+  
22:20 «Вечер с Владими-  
ром Соловьёвым» 12+  
02:30 Т/с «Собачья рабо-  
та» 16+

**Вторник,  
10 сентября**

04:00, 08:30 «Утро России» 12+  
08:00, 13:35, 20:05 Вести.  
Местное время 12+  
08:55 «О самом главном»  
Ток-шоу 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+  
10:30, 17:30 «60 Минут»  
Ток-шоу 12+  
12:00 «Наши» 12+  
14:00, 00:50 Т/с «Тайны  
следствия» 16+  
16:30 «Малахов» 16+  
20:20 Т/с «Дама с собач-  
кой» 12+  
22:20 «Вечер с Владими-  
ром Соловьёвым» 12+  
02:30 Т/с «Собачья рабо-  
та» 16+

**Среда,  
11 сентября**

04:00, 08:30 «Утро России» 12+  
08:00, 13:35, 20:05 Вести.  
Местное время 12+  
08:55 «О самом главном»  
Ток-шоу 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+  
10:30, 17:30 «60 Минут»  
Ток-шоу 12+  
12:00 «Наши» 12+  
14:00, 00:50 Т/с «Тайны  
следствия» 16+  
16:30 «Малахов» 16+  
20:20 Т/с «Дама с собач-  
кой» 12+  
22:20 «Вечер с Владими-  
ром Соловьёвым» 12+  
02:30 Т/с «Собачья рабо-  
та» 16+

**Четверг,  
12 сентября**

04:00, 08:30 «Утро Рос-  
сии» 12+  
08:00, 13:35, 20:05 Вести.  
Местное время 12+  
08:55 «О самом главном»  
Ток-шоу 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+  
10:30, 17:30 «60 Минут»  
Ток-шоу 12+  
12:00 «Наши» 12+  
14:00, 00:50 Т/с «Тайны  
следствия» 16+  
16:30 «Малахов» 16+  
20:20 Т/с «Дама с собач-  
кой» 12+  
22:20 «Вечер с Владими-  
ром Соловьёвым» 12+  
02:30 Т/с «Собачья рабо-  
та» 16+

**Пятница,  
13 сентября**

04:00, 08:30 «Утро России» 12+  
08:00, 13:35, 20:15 Вести.  
Местное время 12+  
08:55 «О самом главном»  
Ток-шоу 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+  
10:30, 17:30 «60 Минут»  
Ток-шоу 12+  
12:00 «Наши» 12+  
14:00, 01:40 Т/с «Тайны  
следствия» 16+  
16:30 «Прямой эфир» 16+  
20:30 «Нужа, все вместе!» 12+  
22:55 «Истории Большой  
Страны» 12+  
00:00 Х/ф «Бендер: Золото  
империи» 16+

**Суббота,  
14 сентября**

04:00 «Утро России. Суббо-  
та» 12+  
07:00 Вести. Местное вре-  
мя 12+  
07:20 Местное время. Суб-  
бота 12+  
07:35 «По секрету всему  
свету» 12+  
08:00 «Формула еды» 12+  
08:25 «Пятеро на одного» 12+  
09:10 «Сто к одному» 12+  
10:00, 13:00, 16:00, 19:00  
Вести 12+

10:50 «Доктор Мясников» 12+  
11:55 «Судьба человека с Бо-  
рисом Корчевниковым» 12+  
13:50 «Юмор! Юмор!  
Юмор!!!» 16+  
16:50 «Привет, Андрей!» 12+  
20:00 Х/ф «Три лодки судь-  
бы» 16+  
23:30 Х/ф «Самый лучший  
муж» 12+  
02:55 Х/ф «Любви цели-  
тельная сила» 16+

**Воскресенье,  
15 сентября**

05:40 «Смотрим мульт-  
фильмы» 12+  
06:20 «В кругу друзей» 12+  
07:00 Местное время. Вос-  
кресенье 12+  
07:35 «Когда все дома» 12+  
08:25 «Утренняя почта» 12+  
09:10 «Сто к одному» 12+  
10:00, 13:00, 16:00 Вести 12+  
10:50 «Большие перемене-  
ны» 12+  
11:50 «Истории Большой  
Страны» 12+  
13:50 «Парад юмора» 16+  
16:50 «Песни от всей души» 12+  
19:00 Вести недели 12+  
21:30 «Москва. Кремль. Пу-  
тин.» 12+  
22:00 «Воскресный вечер с  
Владимиром Соловьё-  
вым» 12+  
00:30 Х/ф «Танго мотыль-  
ка» 12+

**\*\*\***

*День танкиста в России отмечается во второе воскресенье сентября согласно указу президента РФ от 31 мая 2006 года "Об установлении профессиональных праздников и памятных дней в Вооруженных Силах Российской Федерации". Праздник был установлен в целях возрождения и развития отечественных воинских традиций, повышения престижа военной службы и в знак признания заслуг военных специалистов в решении задач обеспечения обороны и безопасности государства.*

*Впервые праздник был учрежден указом президиума Верховного Совета СССР от 11 июля 1946 года в ознаменование больших заслуг бронетанковых и*

*механизированных войск в разгроме противника в годы Великой Отечественной войны, а также за заслуги танкостроителей в оснащении Вооруженных Сил страны бронетанковой техникой. Он отмечался 11 сентября и назывался День танкистов. Указом президиума Верховного Совета СССР от 1 октября 1980 года "О праздничных и памятных днях" была определена новая дата празднования — второе воскресенье сентября.*

*В Российской Федерации с 2006 года праздник стал называться День танкиста. Дата празднования осталась прежней — второе воскресенье сентября.*

## Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.



**Среда,  
11  
сентября**

04:50 Т/с  
«Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:30 «Утро.

Самое лучшее» 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00,  
19:00, 23:35 Сегодня 12+  
08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+  
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+  
14:00 «Место встречи» 16+  
16:45 «За гранью» 16+  
17:50 «ДНК» 16+  
20:00 Т/с «Тверская. Любой ценой» 16+  
22:15, 00:00 Т/с «Невский. Охота на Ахитектора» 16+  
00:55 Т/с «Акула» 16+  
04:20 Т/с «Агентство скрытых камер» 16+

**Четверг,  
12 сентября**

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00,  
19:00, 23:35 Сегодня 12+  
08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+  
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+  
14:00 «Место встречи» 16+  
16:45 «За гранью» 16+  
17:50 «ДНК» 16+  
20:00 Т/с «Тверская. Любой ценой» 16+  
22:15, 00:00 Т/с «Невский. Охота на Ахитектора» 16+  
00:55 «Поздняков» 16+  
01:05 «Мы и наука. Наука и мы» 12+  
02:05 Т/с «Личность не установлена» 16+

**Пятница,  
13 сентября**

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+

06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00,  
19:00 Сегодня 12+  
08:25 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+  
09:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+  
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+  
14:00 «Место встречи» 16+  
16:45 «ДНК» 16+  
17:55 «Жди меня» 12+  
20:00 Т/с «Тверская. Любой ценой» 16+  
22:15 Т/с «Невский. Охота на Ахитектора» 16+  
00:20 «Своя правда» 16+  
02:10 «Квартирный вопрос» 0+  
03:00 Т/с «Личность не установлена» 16+

**Суббота,  
14 сентября**

04:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:20 «Жди меня» 12+  
07:20 «Смотр» 0+  
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня 12+  
08:20 «Поедем, поедим!» 16+  
09:20 «Едим дома» 0+  
10:20 «Главная дорога» 16+  
11:00 «Живая еда» 12+  
12:00 «Квартирный вопрос» 0+  
13:00 «Секрет на миллион» 16+  
15:00 «Своя игра» 0+  
16:20 «ЧП. Расследование» 16+  
17:00 «Следствие вели...» 16+

19:00 «Центральное телевидение» 16+  
20:15 Шоу «Чудо» 6+  
22:00 «Ты не поверишь!» 16+  
23:10 «Международная пилорама» 18+  
00:00 «Захар Прилепин. Уроки русского» 12+  
00:40 «Квартирник НТВ у Маргулиса» 16+  
02:15 «Дачный ответ» 0+  
03:10 Т/с «Личность не установлена» 16+

**Воскресенье,  
15 сентября**

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:35 «Центральное телевидение» 16+  
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня 12+  
08:20 «У нас выигрывают!» 12+  
10:20 «Первая передача» 16+  
11:00 «Чудо техники» 12+  
12:00 «Дачный ответ» 0+  
13:00 «Наш ПотребНадзор» 16+  
14:05 «Однажды...» 16+  
15:00 «Своя игра» 0+  
16:20 «Человек в праве» 16+  
17:00 «Следствие вели...» 16+  
18:00 «Новые русские сенсации» 16+  
19:00 Итоги недели 12+  
20:20 «Ты супер!» 6+  
23:40 «Звезды сошлись» 16+  
01:15 «Основано на реальных событиях» 16+  
02:10 Т/с «Личность не установлена» 16+

**Понедельник,  
9 сентября**

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00,  
19:00, 23:35 Сегодня 12+  
08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+  
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+  
14:00 «Место встречи» 16+  
16:45 «За гранью» 16+  
17:50 «ДНК» 16+  
20:00 Т/с «Тверская. Любой ценой» 16+  
22:15, 00:00 Т/с «Невский. Охота на Ахитектора» 16+  
01:00 Т/с «Акула» 16+  
04:20 Т/с «Агентство скрытых камер» 16+

**Вторник,  
10 сентября**

04:55 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+  
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+  
08:00, 10:00, 13:00, 16:00,  
19:00, 23:35 Сегодня 12+  
08:25, 10:35 Т/с «Пёс» 16+  
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+  
14:00 «Место встречи» 16+  
16:45 «За гранью» 16+  
17:50 «ДНК» 16+  
20:00 Т/с «Тверская. Любой ценой» 16+  
22:15, 00:00 Т/с «Невский. Охота на Ахитектора» 16+  
00:55 Т/с «Акула» 16+  
04:15 Т/с «Агентство скрытых камер» 16+





## Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.

РОССИЯ



## Пн, 9 сентября

06:30 «Пешком...» Москва монастырская 12+  
 07:05 «Черные дыры. Белые пятна» 12+  
 08:00 «Невский ковчег теории невозможного. Генрих Графтио» 12+  
 08:30 «Жизнь и судьба» 12+  
 08:50, 22:20 Т/с «Противостояние» 16+  
 10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:55 Новости культуры 12+  
 10:15 «Наблюдатель» 12+  
 11:10, 00:10 ХХ век. «Гимнаст Николай Андрианов» 12+  
 11:50 Д/ф «Возрождение дирижабля» 12+  
 12:45 Новости. Подробно. Арт 12+  
 13:00 Больше чем любовь. Евгений и Ванда Леоновы 12+  
 13:40 Х/ф «Белорусский вокзал» 12+  
 15:25 «Агора» Ток-шоу 12+  
 16:45 «Передвижники. Николай Неврев» 12+  
 17:20, 01:40 К юбилею Владимира Спивакова. Владимир Спиваков и Борис Бехтерев 12+  
 18:15 «Рассказы из русской истории» 12+  
 19:45 «Главная роль» 12+  
 20:05 «Правила жизни» 12+  
 20:35 «Спокойной ночи, малыши!» 12+  
 20:55 Д/ф «Ночные летописи художника Доброва» 12+  
 21:35 «Сати. Нескучная классика...» 12+  
 23:25 Д/с «Рассекреченная история. Телефон в каждый дом» 12+  
 00:45 Д/ф «Эрнест Бо. Император русской парфюмерии» 12+  
 02:25 Д/ф «Екатеринбург. Особняк Тупиковых» 12+

## Вт, 10 сентября

06:30 «Пешком...» Москва восточная 12+  
 07:05 «Легенды мирового кино» 12+  
 07:35 Д/ф «Эрнест Бо. Император русской парфюмерии» 12+  
 08:30 «Жизнь и судьба» 12+  
 08:50, 22:20 Т/с «Противостояние» 16+  
 10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:55 Новости культуры 12+  
 10:15 «Наблюдатель» 12+  
 11:10, 00:10 ХХ век. «Музыка в театре, в кино, на телевидении. Андрей Петров» 12+  
 12:45 Новости. Подробно. Книги 12+

13:00 Игра в бисер. Михаил Лермонтов «Бородино» 12+  
 13:40 Линия жизни. Евгения Крюкова 12+  
 14:35 Х/ф «Дубровский» 12+  
 15:45 «Сати. Нескучная классика...» 12+  
 16:45 «Эрмитаж» 12+  
 17:20, 02:10 К юбилею Владимира Спивакова. Владимир Спиваков и Мария Жоао Пиреш 12+  
 18:00 Д/ф «Екатеринбург. Особняк Тупиковых» 12+  
 18:35 Д/ф «Александр Невский. Между Востоком и Западом» 12+  
 19:45 «Главная роль» 12+  
 20:05 «Правила жизни» 12+  
 20:30 «Спокойной ночи, малыши!» 12+  
 20:45 «Искусственный отбор» 12+  
 21:30 Николай Мартон. Линия жизни 12+  
 23:25 Д/с «Рассекреченная история. Жаркое лето в Хельсинки» 12+  
 01:25 Д/ф «Анна Тимирёва. Возлюбленная Колчака» 12+

## Ср, 11 сентября

06:30 «Пешком...» Москва державная 12+  
 07:05 «Легенды мирового кино» 12+  
 07:35 Д/ф «Анна Тимирёва. Возлюбленная Колчака» 12+  
 08:30 «Жизнь и судьба» 12+  
 08:55, 22:20 Т/с «Противостояние» 16+  
 10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:55 Новости культуры 12+  
 10:15 «Наблюдатель» 12+  
 11:10, 00:10 ХХ век. «Свешников» 12+  
 12:45 Новости. Подробно. кино 12+  
 13:00 «Искусственный отбор» 12+  
 13:40 Виктор Фридман. Линия жизни 12+  
 14:35 Х/ф «Дубровский» 12+  
 15:50 Д/ф «Ночные летописи художника Доброва» 12+  
 16:45 «Библейский сюжет» 12+  
 17:20, 02:00 К юбилею Владимира Спивакова. Владимир Спиваков и Государственный камерный оркестр «Виртуозы Москвы» 12+  
 18:20 Д/ф «Беседы с Дрейденом» 12+  
 19:45 «Главная роль» 12+  
 20:05 «Правила жизни» 12+  
 20:30 «Спокойной ночи, малыши!» 12+  
 20:50 «Абсолютный слух» 12+  
 21:35 Власть факта. «Финляндский вопрос» 12+

23:25 Д/с «Рассекреченная история. Возьмите нас в поход, туристы...» 12+  
 01:10 Д/ф «Могучий мститель злых обид» 12+

## Чт, 12 сентября

06:30 «Пешком...» Владимир резной 12+  
 07:05 «Легенды мирового кино» 12+  
 07:35, 00:55 Д/ф «Александр Невский. Между Востоком и Западом» 12+  
 08:30 «Жизнь и судьба» 12+  
 08:50, 22:20 Т/с «Противостояние» 16+  
 10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 23:55 Новости культуры 12+  
 10:15 «Наблюдатель» 12+  
 11:10, 00:10 ХХ век. «Представление начинается!» 12+  
 12:00, 02:30 Д/ф «Плавск. Дворец для любимой» 12+  
 12:45 Новости. Подробно. Театр 12+  
 13:00 «Абсолютный слух» 12+  
 13:40 Ирина Роднина. Линия жизни 12+  
 14:35 Х/ф «Дубровский» 12+  
 15:45 Д/ф «Диалог со зрителем» 12+  
 16:45 Моя любовь — Россия! «О чем расскажут курганы Подмосковья» 12+  
 17:20, 01:45 К юбилею Владимира Спивакова. Владимир Спиваков и Национальный филармонический оркестр России 12+  
 18:20 Д/ф «Беседы с Дрейденом» 12+  
 19:45 «Главная роль» 12+  
 20:05 «Правила жизни» 12+  
 20:30 «Спокойной ночи, малыши!» 12+  
 20:45 Д/ф «Балаково. Особняк Паисия Мальцева» 12+  
 21:15 Д/ф «Владимир Спиваков. Иные измерения» 12+  
 23:25 Д/с «Рассекреченная история. Деньги партии. Наследство Шмита» 12+

## Пт, 13 сентября

06:30 «Пешком...» Особняки Морозовых 12+  
 07:05 Д/с «Первые в мире. Подводный крейсер Ивана Александровского» 12+  
 07:25, 08:50, 21:45 Т/с «Противостояние» 16+  
 08:30 «Жизнь и судьба» 12+  
 10:00, 12:30, 16:30, 19:30, 00:00 Новости культуры 12+  
 10:15 Х/ф «Слуга двух господ» 12+  
 12:10 Д/с «Забываемое ремесло. Гончар» 12+  
 13:00 Власть факта. «Финляндский вопрос» 12+  
 13:40 «Театральная легопись. Татьяна Доронина. Избранное» 12+  
 14:35 Х/ф «Дубровский» 12+  
 15:45 «Мастера сценарной сцены» 12+  
 16:45 Письма из провинции. Ки-

ровск (Мурманская область) 12+  
 17:20, 01:55 К юбилею Владимира Спивакова. Владимир Спиваков и Национальный филармонический оркестр России 12+  
 18:20 Д/ф «Беседы с Дрейденом» 12+  
 19:45 Д/ф «На новом Шёлковом пути» 12+  
 20:45 Линия жизни. Игорь Чапурин 12+  
 00:15 Х/ф «Ыт» 16+  
 02:45 М/ф для взрослых «Дочь великана» 12+

## Сб, 14 сентября

06:30 «Библейский сюжет» 12+  
 07:05 М/ф «Хоботёнок», «В лесной чаще», «Капризная принцесса», «Пес в сапогах» 12+  
 08:15 Х/ф «Клад» 12+  
 09:35 «Мы - грамотеи!» 12+  
 10:15 Д/ф «Белое море: вчера, сегодня, завтра» 12+  
 10:30 Х/ф «Девушка с гитарой» 12+  
 12:00 Земля людей. «Удмурты. Спасибо, Мать-Земля!» 12+  
 12:30 «Черные дыры. Белые пятна» 12+  
 13:10, 01:20 Д/ф «Зеленые животные» 12+  
 14:05 «Рассказы из русской истории» 12+  
 15:40 Х/ф «Подкидыш» 12+  
 16:50 «Большие и маленькие» 12+  
 18:45 Д/ф «Мело, мело по всей земле» 12+  
 19:30 Новости культуры 12+  
 19:45 Д/с «Энциклопедия загадок. Вавилонская башня: легенды и реальность» 12+  
 20:10 Х/ф «Сирано. Успеть до премьеры» 16+  
 22:00 «Агора» Ток-шоу 12+  
 23:05 Клуб «Шаболовка, 37» 12+  
 00:10 Х/ф «Тайна золотой горы» 12+  
 02:10 Искатели. «Загадочный полет самолета Можайского» 12+

## Вс, 15 сентября

06:30 Д/с «Энциклопедия загадок. Вавилонская башня: легенды и реальность» 12+  
 07:05 М/ф «Тараканище», «Приключения волшебного глобуса, или Прodelки ведьмы» 12+  
 08:30 Х/ф «Подкидыш» 12+  
 09:40, 01:15 «Диалоги о животных. Казанский зооботсад» 12+  
 10:25 Д/ф «Его назвали Гением» 12+  
 11:05 Х/ф «Тайна золотой горы» 12+  
 12:15 Неизвестные маршруты России. «Ингушетия. Из Назрани к Цей-Лоамскому перевалу» 12+  
 13:00 «Невский ковчег теории невозможного. Борис Понизовский» 12+  
 13:30 Игра в бисер. Валентин Катаев «Белеет парус одинокий...» 12+  
 (Продолжение на стр. 10)

**Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.****РОССИЯ** **Вс, 15 сентября****(Продолжение.****Начало на стр. 9)**

14:10 Д/с «Элементы. Музей-панорама «Бородинская битва» 12+

14:40 Х/ф «Слуга двух господ» 12+

16:30 «Картина мира» 12+

17:10 «Пешком...» Москва Никитская 12+

17:40 Д/ф «Человек всемогущий? Манипуляции природой» 12+

18:30 «Романтика романса» 12+

19:30 Новости культуры 12+

20:25 Х/ф «Жестокий романс» 12+

22:45 Концерт «Вертинский. Русский Пьеро» 12+

23:45 Х/ф «Девушка с гитарой» 12+

01:55 Искатели. «Загадка русского Нострадамуса» 12+

02:40 М/ф для взрослых «Легенды перуанских индейцев» 12+

**Понедельник,  
9 сентября**

05:00, 18:00, 02:10 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

06:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

09:00 «Военная тайна» 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+

13:00 «Загадки человечества» 16+

14:00 «Невероятно интересные истории» 16+

15:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

17:00, 03:00 «Тайны Чапман» 16+

20:00 Х/ф «Дочь болотного царя» 18+

22:00 «Смотреть всем!» 16+

23:30 Документальный спецпроект 16+

00:30 Х/ф «Девять жизней» 16+

**Вторник,  
10 сентября**

05:00, 18:00, 02:15 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

06:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

09:00 «Военная тайна» 16+

10:00 «Совбез» 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+

13:00 «Загадки человечества» 16+

14:00 «Невероятно интересные истории» 16+

15:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

17:00, 03:00 «Тайны Чапман» 16+

20:00 Х/ф «Агент Ева» 18+

21:55 «Смотреть всем!» 16+

23:30 «Знаете ли вы, что?» 16+

00:30 Х/ф «Подстава» 18+

**Среда,  
11 сентября**

05:00, 18:00, 02:25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

06:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

09:00 Документальный спецпроект 16+

10:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+

13:00, 23:30 «Загадки человечества» 16+

14:00 «Невероятно интересные истории» 16+

15:00 «Легенды и мифы» 16+

17:00, 03:15 «Тайны Чапман» 16+

20:00 Х/ф «Выкуп» 18+

21:55 «Смотреть всем!» 16+

00:30 Х/ф «Дорога» 18+

**Четверг,  
12 сентября**

05:00, 18:00, 02:50 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

06:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

09:00 Документальный спецпроект 16+

10:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+

13:00, 23:30 «Загадки человечества» 16+

14:00 «Невероятно интересные истории» 16+

15:00 «Неизвестная история» 16+

17:00, 03:35 «Тайны Чапман» 16+

20:00 Х/ф «Я, Алекс Кросс» 18+

22:00 «Наука и техника» 16+

00:30 Х/ф «Легенда о зеленом рыцаре» 18+

**Пятница,  
13 сентября**

05:00, 18:00, 02:00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

06:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+

09:00 Документальный спецпроект 16+

10:00, 15:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

11:00 «Как устроен мир» 16+

12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+

13:00 «Загадки человечества» 16+

14:00 «Невероятно интересные истории» 16+

17:00 «Главные тайны мира» 16+

20:00 Х/ф «Черная вдова» 16+

22:35 Х/ф «День курка» 18+

00:30 Х/ф «Аполлон 18» 16+

**Суббота,  
14 сентября**

05:00, 01:40 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

07:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 16+

09:00 «Минтранс» 16+

10:00 «Самая полезная программа» 16+

11:00, 13:00 «Военная тайна» 16+

15:00 «Совбез» 16+

17:00 Документальный спецпроект 16+

18:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+

19:00 «Добровэфи́ре» 16+

20:00 Х/ф «Вальгалла: Рагнарек» 18+

22:00 Х/ф «Геракл: Начало легенды» 12+

23:55 Х/ф «Артур и Мерлин: Рыцари Камелота» 16+

**Воскресенье,  
15 сентября**

05:00, 23:55 «Самые шокирующие гипотезы» 16+

07:00 «С бодрым утром!» 16+

08:30, 12:30 Новости 16+

09:00 «Самая народная программа» 16+

09:30 «Знаете ли вы, что?» 16+

10:30 «Наука и техника» 16+

11:30 «Легенды и мифы» 16+

13:00 «Неизвестная история» 16+

14:00 Х/ф «Пылающее море» 16+

16:05 Х/ф «Волна» 16+

18:20 Х/ф «Разлом» 16+

20:30 Х/ф «Гренландия» 16+

23:00 «Итоговая программа» 16+





**Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.****Понедельник,  
9 сентября**

05:40 Д/ф «Герой 115» 16+  
07:00 «Сегодня утром» 12+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00  
Новости дня 16+  
09:15, 21:00 «Открытый  
эфир» Ток-шоу 16+  
11:00, 23:15 Т/с «Два капи-  
тана. Старые письма» 12+  
12:45, 19:55 «По горячим  
следам» 16+  
13:25, 15:05, 17:15 Т/с  
«СМЕРШ. Дорога огня» 16+  
15:00 Военные новости 16+  
18:00 Д/ф «Крым. Обрат-  
ный отсчет» 16+  
18:50 Специальный репор-  
таж 16+  
20:10 «Скрытые угрозы» 16+  
22:45 «Между тем» 12+  
00:45 Х/ф «Атака» 12+  
02:15 Х/ф «Соленый пес» 12+  
03:45 Т/с «СМЕРШ. Леген-  
да для предателя» 16+

**Вторник,  
10 сентября**

05:15 Т/с «СМЕРШ. Леген-  
да для предателя» 16+  
07:00 «Сегодня утром» 12+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00  
Новости дня 16+  
09:15, 21:00 «Открытый  
эфир» Ток-шоу 16+  
11:00, 23:15 Т/с «Два капи-  
тана. Татаринovy» 12+  
12:50, 18:50 Специальный  
репортаж 16+  
13:25, 15:05, 17:15, 03:40 Т/  
с «Ночные ласточки» 16+  
15:00 Военные новости 16+  
18:00 Д/ф «Крым. Обрат-  
ный отсчет» 16+  
19:55 «По горячим сле-

дам» 16+  
20:10 «Улика из прошлого» 16+  
22:45 «Между тем» 12+  
00:50 Х/ф «За облаками -  
небо» 12+  
02:35 Д/с «ЦСКА. Спортив-  
ный щит Родины» 12+  
03:15 Д/с «Хроника Побе-  
ды» 16+

**Среда,  
11 сентября**

05:15, 13:25, 15:05, 17:15,  
03:35 Т/с «Ночные ласточ-  
ки» 16+  
07:00 «Сегодня утром» 12+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00  
Новости дня 16+  
09:15, 21:00 «Открытый  
эфир» Ток-шоу 16+  
11:00, 23:15 Т/с «Два капи-  
тана. Катин отец» 12+  
15:00 Военные новости 16+  
18:00 Д/с «Щит и меч: леген-  
ды госбезопасности» 16+  
18:50 Специальный репор-  
таж 16+  
19:55 «По горячим сле-  
дам» 16+  
20:10 Д/с «Секретные ма-  
териалы» 16+  
22:45 «Между тем» 12+  
01:00 Х/ф «Расследова-  
ние» 12+  
02:15 Х/ф «Постарайся ос-  
таться живым» 12+

**Четверг,  
12 сентября**

05:15 Т/с «Ночные ласточ-  
ки» 16+  
07:00 «Сегодня утром» 12+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00  
Новости дня 16+  
09:15, 21:00 «Открытый  
эфир» Ток-шоу 16+  
11:00, 23:15 Т/с «Два капи-  
тана. Дневник штурмана  
Климова» 12+  
12:45, 19:55 «По горячим  
следам» 16+  
13:25, 15:05, 17:15, 04:50 Т/  
с «Боевая единичка» 16+  
15:00 Военные новости 16+  
18:00 Д/с «Легенды госбезопас-  
ности. Виктор Алидин. Москва  
под надежной защитой» 16+

18:50 Специальный репор-  
таж 16+  
20:10 «Код доступа» 12+  
22:45 «Между тем» 12+  
00:50 Т/с «Два капитана.  
Бороться и искать...» 12+  
02:05 Т/с «Два капитана.  
Найти и не сдаваться» 12+  
03:10 Х/ф «Кольца Альман-  
зора» 6+  
04:15 Д/с «Хроника Побе-  
ды» 16+

**Пятница,  
13 сентября**

05:40 Т/с «Боевая единич-  
ка» 16+  
09:00, 13:00, 17:00, 19:00  
Новости дня 16+  
09:20 «Ищу своих» 12+  
10:10 Д/с «Битва оружейни-  
ков» 16+  
11:00 Т/с «Два капитана.  
Бороться и искать...» 12+  
12:50, 13:25 Т/с «Два капи-  
тана. Найти и не сдавать-  
ся» 12+  
14:40, 15:05, 17:15 Х/ф «Да-  
урия» 12+  
15:00 Военные новости 16+  
19:40 Д/с «Загадки века с  
Сергеем Медведевым» 12+  
20:30 Д/с «Война миров.  
Битва с нацизмом. Зачем  
Европа воскрешает Гитле-  
ра?» 16+  
21:20 «Что русскому смеш-  
но...» Специальный репор-  
таж 16+  
22:00 «Здравствуйте, това-  
рищи!» 16+  
23:30 «Музыка+» 12+  
00:55 Х/ф «Начальник Чу-  
котки» 12+  
02:30 Х/ф «Главный конст-  
руктор» 12+  
04:45 Д/с «Хроника Побе-  
ды» 16+

**Суббота,  
14 сентября**

05:15 Х/ф «Подарок черно-  
го колдуна» 6+  
06:15 Х/ф «Доброе утро» 12+  
07:55 «Морской бой» 6+  
09:00, 13:00, 19:00 Новости  
дня 16+  
09:40, 03:15 Х/ф «Рысь воз-

вращается» 12+  
11:10 «Мужики. Позывной  
«Немец» 16+  
11:40 «СССР. Знак каче-  
ства» 12+  
12:30 «Не факт!» 12+  
13:15 «Легенды науки» 12+  
14:00 Д/с «Битва оружейни-  
ков» 16+  
14:50 Специальный репор-  
таж 16+  
15:00 Т/с «Операция «Тай-  
фун». Задания особой важ-  
ности» 16+  
19:25 Т/с «СМЕРШ. Камера  
смертников» 16+  
23:25 Х/ф «Побег» 16+  
01:45 Х/ф «Торпедоносцы» 12+  
04:25 Х/ф «Начальник Чу-  
котки» 12+

**Воскресенье,  
15 сентября**

06:00, 03:05 Х/ф «И ты уви-  
дишь небо» 12+  
07:15 Х/ф «Контрудар» 12+  
09:00 Новости недели 16+  
09:25 «Служу России» 12+  
09:55 «Военная прием-  
ка» 12+  
10:40 «Легенды армии с Алек-  
сандром Маршалом» 12+  
11:30 Д/с «Легенды госбез-  
опасности. Исхак Ахмеров.  
Мистер «Резидент» 16+  
12:20 Д/с «Война миров.  
Битва с нацизмом. Зачем  
Европа воскрешает Гитле-  
ра?» 16+  
13:10 «Код доступа» 12+  
14:00 «Улика из про-  
шлого» 16+  
14:50 «Скрытые уг-  
розы» 16+  
15:40 Д/с «Секретные ма-  
териалы» 16+  
16:30 Д/с «Загадки века с  
Сергеем Медведевым» 12+  
17:20 «Что русскому смеш-  
но...» Специальный репор-  
таж 16+  
18:00 Главное с Ольгой Бе-  
ловой 16+  
19:40 Д/с «Легенды советс-  
кого сыска» 16+  
23:00 «Фетисов» Ток-  
шоу 12+  
23:55 Х/ф «Даурия» 12+  
04:10 Д/с «ЦСКА. Спортив-  
ный щит Родины» 12+

## Программа на неделю с 09.09.2024 г. по 15.09.2024 г.



## Пн, 9 сентября

07:55 Волейбол. Чемпионат России. Парг Суперлига. Мужчины. «Динамо-Урал» (Уфа) - «Новая» (Новокуйбышевск) 6+  
10:00 Регби. PARI Кубок России. Финал. «Енисей-СТМ» (Красноярск) - «Красный Яр» (Красноярск) 12+  
12:00 «Здоровый образ. Регби» 12+  
12:30 «География спорта. Великий Новгород» 12+  
13:00, 12:30 «Кто кого?» 12+  
13:30 «Всё о главном» 12+  
14:00, 17:00, 19:55, 22:25, 09:55 Новости 12+  
14:05, 01:50, 04:45, 07:15 Все на Матч! 12+  
17:05 «Лица страны. Егор Яковлев» 12+  
17:25 «Вопреки всему» 12+  
18:25 Профессиональный бокс. Олег Махеев — Хасим Рахман 16+  
19:35 Специальный репортаж 12+  
20:00 «Есть тема!» 16+  
21:25 «Магия большого спорта. Хоккей» 12+  
21:55 «География спорта. Вологда» 12+  
22:30 «Громко» 12+  
23:55 Х/ф «Небесная команда» 12+  
02:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. «Локомотив» (Ярославль) - СКА (Санкт-Петербург) 12+

## Вт, 10 сентября

05:30 Смешанные единоборства. UFC. Гилберт Бёрнс — Шон Брэди 16+  
08:05 «Наши иностранцы» 12+  
08:35 Д/с «Лошадиная сила» 12+  
10:00 Лёгкая атлетика. Мировой континентальный тур 6+  
12:00 «Что за спорт?» 12+  
13:00, 12:30 «Кто кого?» 12+  
13:30 «География спорта. Вологда» 12+  
14:00, 17:00, 19:55, 22:25, 10:00 Новости 12+  
14:05, 22:30, 01:50, 04:45 Все на Матч! 12+  
17:05, 19:35, 10:05 Специальный репортаж 12+  
17:25 «Вопреки всему» 12+

18:25 Профессиональный бокс. Султан Ибрагимов - Эвандер Холифилд 16+  
20:00 «Есть тема!» 16+  
21:25 «Магия большого спорта. Волейбол» 12+  
21:55 Матч! Парад 16+  
23:55 Д/ф «Чемпионы» 12+  
02:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. ЦСКА - «Сибирь» (Новосибирск) 12+

## Ср, 11 сентября

06:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Отборочный турнир. Колумбия - Аргентина 6+  
08:30 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Отборочный турнир. Венесуэла - Уругвай 6+  
10:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Отборочный турнир. Парагвай - Бразилия 6+  
13:00, 12:30 «Кто кого?» 12+  
13:30 Футбол. МЕЛБЕТ-Первая Лига. Обзор тура 6+  
14:00, 17:00, 19:55, 22:25, 09:55 Новости 12+  
14:05, 22:30, 02:00, 04:45, 07:15 Все на Матч! 12+  
17:05, 19:35 Специальный репортаж 12+  
17:25 «Вопреки всему» 12+  
18:25 Профессиональный бокс. Рой Джонс — Джон Рунс 16+  
20:00 «Есть тема!» 16+  
21:25 «Магия большого спорта. Шахматы» 12+  
21:55 Матч! Парад 16+  
23:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Суперкубок. УНИКС (Россия) - «Бешикташ» (Турция) 6+  
02:30 Футбол. Матч звёзд «Спартака» 6+

## Чт, 12 сентября

05:30 Профессиональный бокс. Александр Зайцев - Азизбек Абдугофуров. Бой за титул WBA Asia 16+  
08:05 «География спорта. Вологда» 12+  
08:35 Д/с «Лошадиная сила» 12+  
10:00 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Финал 6+  
12:00 «Что за спорт?» 12+  
13:00, 12:30 «Кто кого?» 12+  
13:30 «Третий тайм» 12+  
14:00, 15:30, 22:25, 09:55 Новости 12+  
14:05, 22:30, 04:45, 07:15

Все на Матч! 12+  
15:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Мужчины 6+  
17:35 Художественная гимнастика. Альфа-Банк Кубок России 6+  
18:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Индивидуальная гонка. Женщины 6+  
20:30 «Есть тема!» 16+  
21:55 «Большой хоккей» 12+  
23:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Суперкубок «Зенит» (Россия) - «Бешикташ» (Турция) 6+  
02:00 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. «Спартак» (Москва) - «Динамо» (Москва) 12+

## Пт, 13 сентября

05:30 Профессиональный бокс. Никита и Тим Цзю. Лучшее 16+  
08:05 «Вы это видели» 12+  
08:45 Д/с «Лошадиная сила» 12+  
10:00 Волейбол. Суперкубок России. Женщины. «Динамо-Ак Барс» (Казань) - «Динамо» (Москва) 6+  
12:00 «Что за спорт?» 12+  
13:00 «Кто кого?» 12+  
13:30 «Большой хоккей» 12+  
14:00, 17:00, 19:50, 22:25, 09:55 Новости 12+  
14:05, 22:30, 02:00, 04:15, 07:00 Все на Матч! 12+  
17:05 «Небесная грация» 0+  
17:25 «Вопреки всему» 12+  
18:25 Автоспорт. Российская Дрифт серия. «Гран-при 2024» 6+  
19:30 «Лица страны. Сергей Ломанов» 12+  
19:55 «Есть тема!» 16+  
21:25 «Магия большого спорта. Гандбол» 12+  
21:55 «Формула-1. Гаснутопи» 12+  
23:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Суперкубок. «Локомотив-Кубань» (Россия) - «Црвена Звезда» (Сербия) 6+  
02:25 Футзал. БЕТСИТИ Суперлига. «Кристалл» (Санкт-Петербург) - «Тюмень» 6+

## Сб, 14 сентября

04:55 Футбол. Чемпионат Испании. «Бетис» - «Леганес» 6+  
08:00 «Центральный круг» 12+  
08:30 Д/с «Лошадиная сила» 12+  
10:00 Бокс. Vae Kluckle FC. Альберто Блас против Райана Ребера 16+  
13:00 «Рецептура» 6+  
13:30 «Центральный круг» 12+

14:00, 15:30, 22:25, 09:55 Новости 12+  
14:05, 04:00, 07:00 Все на Матч! 12+  
15:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Мужчины 6+  
17:35 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». GT4 6+  
18:40 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Спринт. Женщины 6+  
20:25 Регби. PARI Чемпионат России. 1/2 финала. «Локомотив-Пенза» - «Енисей-СТМ» (Красноярск) 12+  
22:30 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург) 6+  
01:55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. Суперкубок. Финал 6+

## Вс, 15 сентября

04:55 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал Сосьедад» - «Реал» (Мадрид) 6+  
07:55 Боулинг. BetBoom Кубок КЛБ. Про-тур 0+  
10:00 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Дортмунд) - «Хайденхайм» 6+  
12:00 Смешанные единоборства. UFC. Шон О'Мэлли — Мераб Двалишвили. Алекса Грассо против Валентины Шевченко 16+  
13:00 Смешанные единоборства. UFC. Шон О'Мэлли — Мераб Двалишвили. Алекса Грассо против Валентины Шевченко 16+  
15:05, 21:20, 22:45, 01:30, 07:00 Все на Матч! 12+  
15:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Мужчины 6+  
17:35 Художественная гимнастика. Альфа-Банк Кубок России. Гала-концерт 6+  
18:35 Летний биатлон. Альфа-Банк Чемпионат России. Эстафета. Женщины 6+  
20:25 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». GT4 6+  
21:45 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. «Moscow Raceway». SMP TCR 6+  
23:15 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. «Акрон» (Тольятти) - «Химки» (Московская область) 6+  
01:55 Футбол. Чемпионат Италии. «Кальяри» - «Наполи» 6+



## Наше здоровье

# Профилактика онкологических заболеваний

Обеспокоенность ситуацией в онкологии и повышенное внимание к ней обусловлены устойчивым ростом онкологической заболеваемости во всем мире, которая и в обозримом будущем продолжит нарастать.

Профилактика онкологических заболеваний является актуальным направлением противораковой борьбы, и по оценкам специалистов до 80% причин и факторов риска возникновения рака можно устранить.

### Первичная профилактика

При сортировке основных причин, формирующих заболеваемость раком, лидирующую позицию занимает неправильное питание (до 35%), второе место принадлежит курению (до 32%). Далее по степени убывания значимости следуют вирусные инфекции (до 10%), сексуальные факторы (до 7%), малоподвижный образ жизни (до 5%), профессиональные канцерогены (до 4%), алкоголизм (до 3%), непосредственное загрязнение окружающей среды (до 2%); онкологически отягощенная наследственность (до 1%); пищевые добавки, ультрафиолет солнца и ионизирующая радиация (до 1%). Таким образом, 2/3 случаев рака обусловлены первыми двумя факторами – это неправильное питание и курение.

Питание. Существует 6 основных принципов противораковой диеты, соблюдение которых позволяет существенно снизить риск развития рака:

1. Предупреждение ожирения (избыточный вес является фактором риска развития многих злокачественных опухолей, в том числе рака молочной железы и рака тела матки).

2. Уменьшение потребления жира (при обычной двигательной активности не более 50-70 г жира в день со всеми продуктами). Эпидемиологическими исследованиями установлена прямая связь между избыточным потреблением жира и частотой развития рака молочной железы, рака толстой кишки и рака предстательной железы.

3. Обязательное наличие в пище овощей и фруктов, обеспечивающих организм растительной клетчаткой, витаминами и веществами, обладающими антиканцерогенным действием. К ним относятся: желтые и красные овощи, содержащие каротин (морковь, помидоры, редька и др.); фрукты, содержащие большое количество витамина С (цитрусовые, киви и др.); капуста (особенно брокколи, цветная и брюссельская); чеснок и лук.

4. Регулярное и достаточное употребление растительной клетчатки (до 35 г ежедневно), которая содержится в цельных зернах злаковых культур, а также в овощах и фруктах. Растительная клетчатка связывает ряд канцерогенов и сокращает время их контакта с кишечником за счет улучшения его моторики.

5. Ограничение потребления алкоголя. Известно, что алкоголь является одним из факторов риска развития рака полости рта, пищевода, печени и молочной железы.

6. Ограничение потребления копченой и нитрит-содержащей пищи. Как известно, значительное количество канцерогенов содержится в копченой пище. Что касается нитритов, то они содержатся в колбасных изделиях и до сих пор часто используются производителями для подкрашивания с целью придания продукции товарного вида (т.е. дают розовую окраску). При исследованиях выявлено, что при термической обработке продуктов, содержащих нитрит натрия, происходит образование канцерогена «N-нитрозамина». Нитрозамины приводят чаще всего

к раку печени, пищевода, дыхательной системы, почек. В эксперименте на животных показано, что имеется прямая связь (!) между возникновением опухолей и количеством поступивших в организм нитрозосоединений, причем низкие однократные дозы их при повторном поступлении суммируются и становятся опасными. Также была выявлена связь между частым употреблением мяса с содержанием нитритов и хронической обструктивной болезнью лёгких.

Курение. Многочисленные научные исследования установили тесную связь между потреблением табака и злокачественными новообразованиями. В частности, доказано, что курение сигарет является причинным фактором развития рака легкого, ротовой полости, пищевода, мочевого пузыря, почек, поджелудочной железы, желудка, шейки матки и острой миелоидной лейкемии. По данным Минздрава России в Российской Федерации ежегодно около 300 тыс. трудоспособных людей не доживают около пяти лет своей жизни по причине потребления табака, при этом экономические потери составляют почти 1,5 трлн руб. Отказ от курения приводит к постепенному снижению риска развития рака, к увеличению продолжительности жизни, снижению общей заболеваемости и смертности.

Инфекции. Заражение штаммом вируса папилломы человека (ВПЧ) высокого онкогенного риска (типы 16, 18, 31, 33) рассматривается как необходимое событие для последующего развития рака шейки матки, а вакцинация против ВПЧ у девочек приводит к заметному снижению предракловых состояний. К другим инфекционным агентам, вызывающим рак, относятся: вирус гепатита В и гепатита С (рак печени), вирус Эпштейна-Барр (лимфома Беркитта) и бактерия *Helicobacter Pylori* (рак желудка). Вакцинация против ВПЧ и гепатита В рекомендуется как активная профилактическая мера лицам из групп риска.

Ионизирующее и ультрафиолетовое излучение. Воздействие излучения в первую очередь ультрафиолетового излучения и ионизирующего излучения, является четко установленной причиной рака. Воздействие солнечного ультрафиолетового излучения является основной причиной рака (за исключением меланомы) кожи, который является на сегодняшний день наиболее распространенным и наиболее предотвратимым злокачественным новообразованием. Наиболее опасно пребывание на солнце в период с 10 ч. и до 16 ч. Не менее вредно пребывание в соляриях для получения искусственного загара. Исключение попадания на голые участки тела прямого солнечного света, ношение соответствующей летней одежды, широкополых шляп, зонтиков, пребывание в тени и использование кремов от загара являются эффективными мерами профилактики рака кожи.

Физическая активность. Все больше число фактов свидетельствует о том, что люди, которые физически активны, имеют более низкий риск развития некоторых злокачественных новообразований, по сравнению с лицами, имеющими низкую физическую активность, ведущими сидячий образ жизни. Наибольший и достоверный защитный эффект физической активности выявлен в отношении риска развития рака толстой кишки, и несколько в меньшей степени на риск развития рака молочной железы и эндометрия у женщин в постменопаузе.

(Продолжение на стр. 14)

**Наше здоровье****Профилактика онкологических заболеваний****(Продолжение. Начало на стр. 13)****Вторичная профилактика**

Обязательно следует обратиться к врачу, когда вас беспокоят следующие жалобы:

1) если пигментное пятно, родинка или образование на коже, выступающее над ее поверхностью, изменило окраску, мокнет, кровоточит или вызывает зуд или жжение, то в таких случаях необходимо обратиться к хирургу;

2) Если на слизистой губ, щек, десен или языка вы обнаружите белые шероховатые налеты, возвышающиеся над окружающей поверхностью или в ротовой полости имеются длительно незаживающие трещины и язвы, необходимо обратиться к хирургу или стоматологу;

3) Все женщины регулярно один раз в месяц должны самостоятельно осматривать молочные железы (осмотр производится следующим образом – перед зеркалом осмотрите кожу молочных желез, затем в вертикальном положении ладонной поверхностью указательного, среднего и безымянного пальцев придавливайте молочную железу к грудной клетке, передвигая пальцы по спирали к соску) и если вы обнаружите трещины, мокнутие, корочки, втяжение соска или кожу, напоминающую лимонную корку, а также уплотнения в ткани железы следует обратиться к хирургу;

4) Если вы обнаружите кровь или гной в кале или его цвет будет черным как деготь, то следует незамедлительно обратиться к хирургу;

5) Также следует обратиться к хирургу, если вас длительное время беспокоят боли в животе, тошнота, рвота, резкое похудание и беспричинная слабость.

А что же касается скрининговых исследований, то:

1) Если вы мужчина старше 50 лет, необходимо в каби-

нете хирурга 1 раз в год сдавать кровь на онкомаркер ПСА (простатспецифический антиген), который позволит выявить рак простаты;

2) Если вы женщина в возрасте от 21 до 69 лет, то с периодичностью 1 раз в 3 года у гинеколога необходимо проходить цитологическое исследование шейки матки;

3) Все женщины старше 40 лет должны 1 раз в год проходить маммографию. Доказано, что одна только регулярная маммография при профилактических осмотрах, с ее способностью распознать очень маленькие опухоли, снижает смертность от рака молочной железы на 20-25%.

4) Все лица, за исключением беременных и детей до 15 лет, 1 раз в год должны проходить флюорографию. Этот низкодозовый рентгенологический метод исследования, проводимый в массовом порядке способен помимо туберкулеза выявить рак легкого на ранней стадии;

5) Прохождению УЗИ органов брюшной полости и малого таза подлежат все лица старше 40 лет с периодичностью 1 раз в 6 лет.

Регулярноехождение профилактического осмотра, обследования и внимательное наблюдение за собой позволяет предотвратить возникновение злокачественной опухоли или выявить заболевание на ранней стадии.

Еще корифеи нашей медицины Николай Иванович Пирогов и Николай Александрович Семашко говорили, что «всякую болезнь легче предупредить, чем ее лечить».

И помните, что рак — заболевание излечимое, особенно если он выявлен на ранней стадии! Здоровья вам и вашим близким!

**И. КУЛЕШОВ,****главный врач Охотской ЦРБ****Хорошая новость****Хлеб всему голова!**

Под таким девизом прошло мероприятие в детском саду «Звездочка». В течение месяца воспитатели проводили с детьми беседы «О бережном отношении к хлебу», «Как растет хлеб», рассказывали о труде хлеборобов, о том, что ещё можно изготовить из муки и так далее. Ребятышки рассматривали иллюстрации, участвовали в изготовлении расписных пряников.

И вот, наконец - то настал тот день, когда дети старшей и подготовительной групп отправились на экскурсию на хлебозавод. Готовились основательно: все в фартучках, колпачках отправились на автобусе к месту назначения.

Притихших и любопытных встретила радушная хозяйка этого важного предприятия Елена Семеновна. Дети с интересом слушали и наблюдали, как готовят опару для бу-



дущего хлеба, какие машины помогают людям. А когда они воочию увидели, как в печах выпекают хлеб - восторгу не было предела. «Как вкусно пахнет!», восклицали восхищенные малыши, вдыхая аромат свежего хлеба.

Коллектив хлебозавода отнесся к чувствам ребятишек с уважением. Они сбыли приветливы держанно улыбались, видя, как радуются ребятишки. Даже на прощанье детей угостили вкусными коржиками.

А помог организовать это замечательное мероприятие наш родитель и постоянный спонсор Геннадий Юдин. Низкий ему поклон от ребятишек и педагогов детского сада «Звездочка»

**А. ЖДАНОВСКИХ,**  
**педагог-психолог****детского сада «Звездочка»****Фото автора**



---

**Хорошие новости**

---

## Достоинно представили наш район



Со 2 по 8 сентября в краевой столице проходит выставка «Достижения Хабаровского края», на которой представлены все районы нашего региона.

Представлен на этом значимом мероприятии и наш муниципальный округ. О том, что происходит на выставке, рассказывает участник нашей делегации, начальник отдела культуры администрации округа Виктор Феокистов.

- У каждого района есть свой павильон, где представлены всевозможные товары, которыми славится эта территория. От Охотского муниципального округа представлены рыбные деликатесы предприятий Крайрыбколхозсоюза, а также сувенирная продукция наших эвенских мастеров. Мы презентуем то, чем славен наш округ, рассказываем каждому посетителю об его истории, о том, чем живёт наше побережье сейчас, о его красотах.

Что называется, «на ура», понравился гостям выставки наш «кухтуйский» чай из иван-чая, который изготавливается по особому рецепту в Центре этнических культур под руководством директора учреждения Павла Лугового.

Пятница – день нашего Охотского округа на выставке. В этот день мы привлекли к выступлению наших солистов: Мориса и Люсинэ Давтян, Максима Зварыгина, танцевальный коллектив «Нэвтэчен», а также Татьяну Карабанову.

Мы благодарны главе Охотского округа Максиму Климову, его команде за организационную помощь и всемерную поддержку, а также приглашаем всех, кто живет или находится в данное время в Хабаровске, посетить наш павильон в оставшиеся до закрытия дни.

---

**Стихия**

---

## Ликвидируются последствия

Всю неделю жители округа наблюдают за тревожными новостями из сёл Арка и Вострецово, где разлившаяся, вышедшая из берегов реки затопила десятки домовладений. Разбушевавшиеся потоки воды перекрыли доступ из Охотска в Аэропорт и к другим населённым пунктам, Хаканджинскому комбинату, создали угрозу размыва дорожного полотна на других участках районной дорожной сети.

В четверг в администрации округа состоялось очередное заседание комиссии по чрезвычайным ситуациям под председательством главы округа Максима Климова. Специалисты администрации, как и глава, целыми днями находятся на тех местах, куда пришла беда и только в конце рабочего дня смогли собраться для подведения итогов и выработки дальнейших действий.

На данный момент вода спала, но дожди продолжают сыпать и нет гарантии, что в ближайшее время реки вновь не выйдут из берегов. Постоянно администрация округа контролирует уровень воды на Ине и Резиденции, где тоже велика вероятность оказаться в зоне затопления.

На подмытых участках дорог работает техника, на момент написания данного материала уже открыто движение по аэропортовской дороге для обычного транспорта. Все эти дни к самолёту и от него, людей по населённым пунктам доставляла вахтовка. На ней же доставят домой

жителей Арки, застрявших из-за паводка в райцентре.

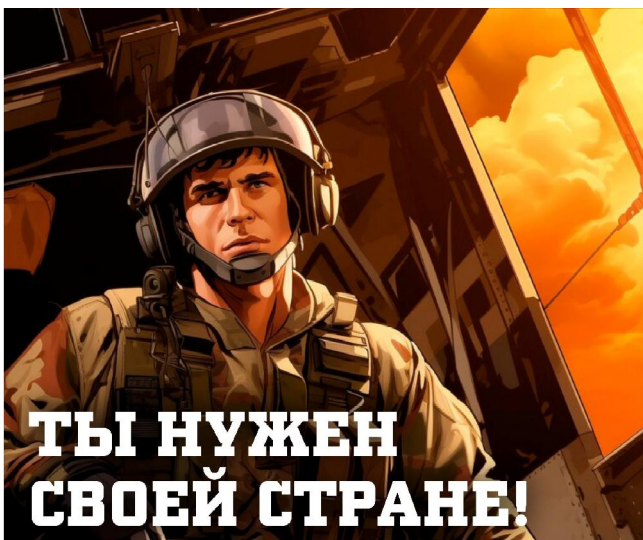
Специалисты администрации обошли магазины в пострадавших поселениях, убедились, что в них присутствуют основные продукты питания. Проверяются линии связи и электроснабжения. На Вострецово уже выехала комиссия для оценки ущерба на подтопленных домовладениях.

В связи с тем, что чрезвычайная ситуация произошла непосредственно перед выборами, большое внимание уделяется бесперебойной работе избирательных участков, проверяются доступы к ним. Всем, кто не может посетить свой участок, предлагается проголосовать на дому.

Обсуждался вопрос о досрочном начале отопительного сезона для того, чтобы быстрее просушить и прогреть помещения социальных учреждений, чтобы дети могли заниматься в тепле и комфорте. На момент заседания оставался затопленным подвал Вострецовской школы, детей с дистанционного на полноценное обучение планируют перевести с началом следующей недели.

В общем ситуация под контролем, последствия буйства стихии устраняются, оперативная информация предоставляется населению в социальных сетях главы округа и администрации округа, а также распространяется в местных пабликах в WhatsApp.

**Полосу подготовил Андрей РОЗУМЧУК**



**ТЫ НУЖЕН  
СВОЕЙ СТРАНЕ!**

**ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ  
ЗА ГОД СЛУЖБЫ  
ОТ 3 500 000  
ДО 7 000 000 Р**

**ЛЬГОТЫ ДЛЯ ВСЕЙ СЕМЬИ**

**ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: 122**



ПОЛНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Ты в хорошей компании!

**япроф.рф**

Выбери свой колледж

**ОБЪЯВЛЕНИЯ**

**Недвижимость**

**Товары**

**Услуги**

Звоните в рабочее время: 9-17-65, 9-18-66

**СЧИТАТЬ НЕДЕЙСТВИТЕЛЬНЫМ**

45. аттестат о среднем общем образовании серия 27АВ № 000548-М, выданный 20.06.2011 г. Охотской средней школой № 1, на имя Мельник Александры Анатольевны

46. аттестат о среднем общем образовании № 02724003575095, выданный 25.06.2018 г. Охотской средней школой № 1, на имя Бердниковой Анны Сергеевны

В ООО «Фолград» для работы в аэропорту «Охотск» требуются: авиатехник по ГСМ на заправку воздушных судов. Образование средне-специальное (техническое)/высшее (любое), проводится обучение, выдается спецодежда. З/плата от 75 т.р., официальное трудоустройство, возможна компенсация проезда для проживающих в рп.Охотск и п. Резиденция; слесарь-ремонтник (с навыком сварных работ), опыт работы от 1-го года, з/плата 63 т.р.. Тел.: 8-924-932-99-34, 8-914-167-93-85

ЭКОЛОГИЯ

**90% ПРИЧИНА ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ ЧЕЛОВЕК**

Убедись, что этот человек не ты

берегилес.рф

**ОЭП НЕ ПРОПУСТИТЕ ЖИЗНЬ РАЙОНА МИМО СЕБЯ. ПОДПИСЫВАЙТЕСЬ ВОВРЕМЯ ОЭП**

<p><b>УЧРЕДИТЕЛИ:</b> Администрация Охотского муниципального округа Хабаровского края и комитет по информационной политике и массовым коммуникациям Правительства Хабаровского края</p>	<p><b>Главный редактор</b> А. Г. Гордиенко</p>	<p><b>Издатель:</b> Муниципальное казенное учреждение «Редакция газеты «Охотско-эвенская правда»</p>	<p>Газета выходит по вторникам и субботам <b>6+</b></p>	<p><b>АДРЕС РЕДАКЦИИ, ИЗДАТЕЛЯ:</b> ул.Луначарского, 20 п.Охотск, Хабаровского края. 682480.</p>
<p>Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Дальневосточному федеральному округу. Регистрационный номер ПИ № ТУ27 - 00659 от 07 мая 2018 г.</p>	<p>За содержание рекламы редакция ответственности не несёт. Все справки – у рекламодателей</p>	<p>Индекс 54550. Тираж 270 Тираж по субботам – 290 Подп. в печать в 12.00 По графику в 15.00</p>	<p><b>ТЕЛЕФОНЫ РЕДАКЦИИ:</b> главный редактор – 9-13-98, зам. редактора, отдел рекламы, корреспонденты – 9-17-65, бухгалтерия – 9-18-66, E-mail: ohotskoep@yandex.ru</p>	<p>Отпечатана в печатном цехе муниципального казенного учреждения «Редакция газеты «Охотско-эвенская правда»</p>