

Сергей Семёнов вступил в должность главы Солнечного округа



На фото: Сергей СЕМЁНОВ принимает поздравления от Сергея АРБУЗНИКОВА
ФОТО Е. КРИЦЫНОЙ
Подробнее про инаугурацию читайте на стр. 2

Дни воинской славы России

11 ноября — в этот день в 1918 году окончилась Первая мировая война.

16 ноября — в этот день в 1805 году русские войска под командованием князя Петра Ивановича Багратиона противостояли многократно превосходящим силам французов при Шенграбене.



М. ИВАНОВ



Прослушивание гимна

Сергей Семёнов вступил в должность главы Солнечного округа

1 ноября в районном Доме культуры Солнечного округа Хабаровского края стало знаковым днём — состоялась торжественная церемония вступления в должность главы округа Сергея Семёнова. Это событие, ознаменовавшее начало нового этапа в развитии территории, собрало под одной крышей представителей власти, общественности и жителей округа, что подчеркнуло его значимость и важность для местного сообщества.

Мероприятие, наполненное торжественностью началось с выноса в зал флагов Российской Федерации, Хабаровского края и Солнечного района. Звучание гимна России стало символом единства и преданности государству, задав высокий патриотический тон церемонии. В зале присутствовали почётные гости, чьё участие подчеркнуло высокий статус события. Среди них были: вице-губернатор Хабаровского края Сергей Кузнецов, который выступил с приветственным адресом от имени губернатора Дмитрия Демешина; депутат Государственной думы Федерального собрания Российской Федерации Максим Иванов; главы муниципальных образований Хабаровского края, должностные лица органов местного самоуправления, руководители правоохранительных органов и вооружённых сил Солнечного округа, представители Солнечной районной организации ветеранов (пенсионеров) войны и труда, предприниматели, руководители организаций и представители общественных организаций. Ключевым моментом церемонии стало выступление председателя Собрания депутатов Солнечного округа Сергея Арбузникова. Он озвучил решение Собрания депутатов от 29 октября 2025 года №20 о назначении главы округа и торжественно вручил Сергею Семёнову это решение, а также удостоверение главы округа, символизируя тем самым оказанное ему доверие и поддержку со стороны депутатов. Таким образом, Сергей Владимирович официально получил новый мандат на управление территорией, что является не просто формальной процедурой, но и подтверждением веры в его способности со стороны как управленческой команды, так и жителей округа.



С. АРБУЗНИКОВ поздравил С. СЕМЁНОВА

В соответствии с Уставом Солнечного округа Хабаровского края Сергей Семёнов принёс присягу, поклявшись верно служить интересам всех жителей. Это торжественное обещание стало залогом его будущей ответственной и добросовестной работы на благо каждого человека, проживающего на территории округа.

С поздравительными словами к новому главе обратились и другие почётные гости. Особо тёплым было приветствие от вице-губернатора Хабаровского края Николая Кузнецова. Он передал слова от имени губернатора Дмитрия Демешина и выразил искренние пожелания Сергею Семёнову успешной и достойной работы на благо округа и его жителей.

Следом с приветственным адресом выступил депутат Государственной думы Федерального собрания Российской Федерации Максим Иванов.

— Солнечный район сегодня вступает в новый этап. Перед новым главой стоит задача дать территории ощутимый импульс развития. Здесь ждут реальных дел: в коммунальной сфере, благоустройстве, транспорте, доступе к медицине и образованию. Сергей Семёнов пришёл с хорошим управ-

ленческим опытом. В Амурске он доказал, что умеет выстраивать системную, последовательную работу. Партия «Единая Россия» готова оказывать поддержку в этой работе. Мы рядом, мы понимаем, что муниципальная власть сегодня работает в непростых условиях, и именно поэтому так важно плечо — и ресурсное, и экспертное, и политическое. Все наши партийные проекты и возможности федерального уровня открыты для округа. В том числе и по линии «Народной Программы» — отметил Максим Евгеньевич.

В этот торжественный день в адрес первого главы Солнечного округа было сказано множество добрых слов и пожеланий. С поздравлениями и пожеланиями успехов выступили также глава Амурского района Хабаровского края Павел Боровлёв, заместитель главы администрации городского поселения «город Амурск» по социальным вопросам Елена Захарова, а также депутат Собрания депутатов Солнечного округа Валентин Прокопец.

В ответном слове Сергей Владимирович выразил искреннюю благодарность всем присутствующим за оказанное до-

верие и заверил, что приложит все усилия для оправдания возложенных на него надежд и для динамичного развития Солнечного округа.

— Сегодняшний день — особенный, поворотный момент для всех нас. Вступление нового главы в должность — это не просто формальность, это кульминация нашей общей работы. Преобразование в округ, которое мы прошли, стало возможным благодаря усилиям каждого. Совет ветеранов, депутаты, главы поселений, представители предприятий, сотрудники администраций — все внесли свой вклад в этот непростой, но важный процесс.

Когда я вступил в должность в декабре прошлого года и увидел, какая сильная команда меня окружает, я был уверен: мы справимся. И мы действительно решили поставленные задачи в кратчайшие сроки. Поэтому сегодня, когда я принимаю эту ответственность, каждый из вас также вступает в новую роль вместе со мной.

Если мы стремимся к тому, чтобы наша территория процветала, достигала высоких результатов и стала лидером не только в сфере туризма, но и по всем другим направлениям, мне необходима поддержка каждого из вас. Я искренне благодарен за доверие, которое вы оказали мне своим выбором, и обещаю приложить все усилия, чтобы его оправдать, — подчеркнул Сергей Владимирович.

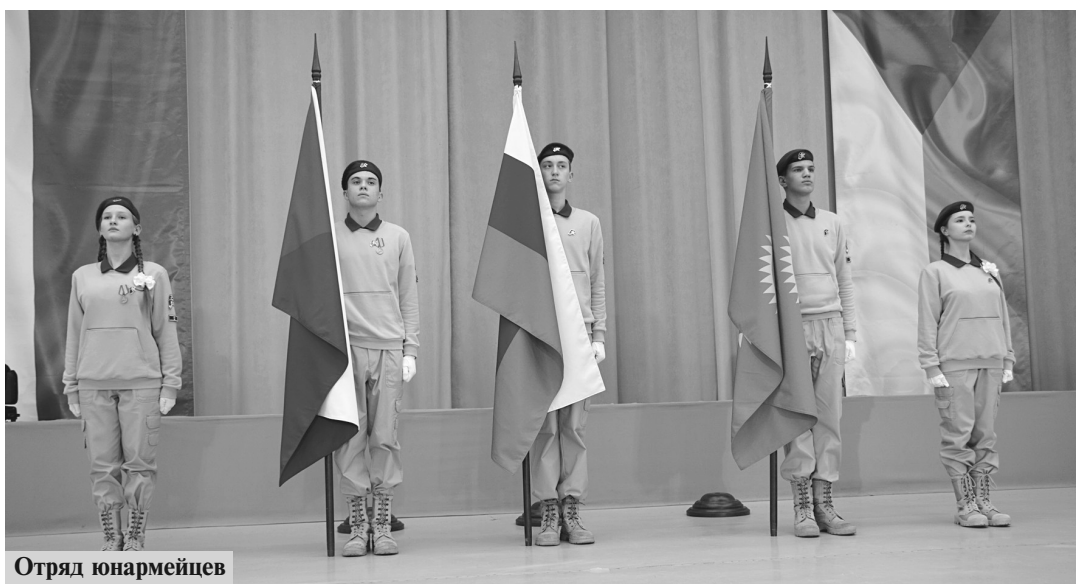
Завершилось мероприятие творческими выступлениями Н. Скибинской, А. Герашенко и хореографического коллектива «Шаг вперёд», которые порадовали зрителей своими музыкальными номерами.

Вступление Сергея Семёнова в должность главы Солнечного округа открывает новую страницу в истории территории. Ожидается, что под его руководством будут решаться актуальные задачи, направленные на повышение качества жизни населения, развитие экономики и укрепление социальной сферы округа. Жители Солнечного округа с надеждой смотрят в будущее, веря в плодотворную работу нового главы на благо родной земли.

Е. КРИЦЫНА
Фото автора



Хореографический коллектив «Шаг вперёд»



Отряд юнармейцев

Новый мессенджер МАХ: что это, основные функции, как скачать?

С 1 сентября мессенджер МАХ начали устанавливать на все новые телефоны и другие устройства, которые продаются на территории страны. Пользоваться им смогут граждане России и Белоруссии по номеру мобильного телефона. С момента создания на цифровой платформе зарегистрировались уже свыше 2 млн человек. Больше всего пользователей приходится на Москву, Санкт-Петербург, Казань и Краснодар.

Что такое МАХ (Макс)

Мессенджер МАХ был представлен несколько месяцев назад. Это первый национальный мессенджер в России. Закон о создании такого сервиса в июне 2025 года подписал Президент Владимир Путин. Документ предусматривает формирование отечественной цифровой экосистемы, которая объединит переписку, звонки, госуслуги и электронные документы, и МАХ стал основным претендентом.

Предполагается, что приложение станет альтернативой зарубежным мессенджерам, таким как Telegram и WhatsApp (принадлежит корпорации Meta, которая признана экстремистской и запрещена в России), а также многофункциональной китайской платформе для смартфонов WeChat.

Согласно опросу Всероссийского центра изучения общественного мнения, опубликованному 30 июля, идею создания национального мессенджера поддержали 64% граждан, то есть почти две трети россиян. Прежде всего, от МАХ пользователи ждут высокого и стабильного соединения, возможности отправки объёмных файлов и доступа к государственному сервисам.

Также россияне считают создание новой платформы важным вкладом в развитие технологического суверенитета России и повышение безопасности данных. Как следует из результатов исследования, почти каждый второй пользователь (55%) выразил желание, чтобы его данные хранились на российских серверах.

Кто разработал МАХ (Макс)?

Новинка разработана ООО «Коммуникационная платформа», дочерней компанией VK, с учётом современных российских реалий и включает широкий набор функций. Реализация проекта с нуля заняла около года, а название МАХ выбрано с учётом того, что мессенджер предоставит «максимум возможностей» (именно так звучит его слоган) для общения, бизнеса и решения повседневных задач.

Какие функции есть в МАХ (Макс)?

Мессенджер предлагает, как базовые функции, так и новые, которые делают приложение ещё удобнее, заметно выделяя его на фоне зарубежных аналогов. Многие пользователи уже оценили преимущества МАХ, включая высокое качество звонков, благодаря чему общаться с абонентом можно даже при слабом сигнале.

максимум
возможностей
для общения



скачайте
МАХ



С помощью МАХ можно:

- обмениваться сообщениями;
- совершать групповые звонки;
- отправлять голосовые сообщения;
- совершать аудио - и видеозвонки;
- отправлять файлы размером до 4 Гб;
- генерировать тексты и изображения;
- создавать чат-боты;
- совершать денежные переводы.

С октября 2025 года в Мах появились новые опции для групповых звонков, включая «Зал ожидания», а длительность конференции больше не ограничена по времени и количеству участников. Помимо этого, авторы получили доступ к счётчику просмотров публикаций и вскоре смогут оформлять ключевые мысли в постах в цитаты. Также появилась возможность делиться прямой ссылкой на контент, а чувствительный — скрывать.

До этого стало возможным использовать цифровой ID, который позволяет подтверждать возраст и статус, например, студента или многодетного родителя. Технология была запущена в пилотном режиме 15 сентября. На сегодняшний день её внедряют крупнейшие ритейлеры России.

В дальнейшем на новую платформу планируется перенести образовательные сервисы и школьные чаты. Осенью в том числе ожидается интеграция мессенджера с порталом «Госуслуги».

Это может произойти уже в ноябре, что даст пользователям возможность:

- оплачивать пошлины и штрафы;
- записаться на приём к врачу;
- подписывать электронные документы;
- подтверждать личность без

предъявления паспорта.

В будущем также планируются интеграция с сервисами VK «Видео» и «Музыка». Помимо этого у пользователей появится возможность заказывать еду и такси, оплачивать коммунальные услуги и совершать другие операции прямо из мессенджера.

Как пользоваться мессенджером МАХ (Макс)?

Авторизоваться в МАХ можно с одного или сразу с нескольких устройств, используя свой основной номер мобильного телефона. Обязательное условие — он должен быть российским или белорусским. Регистрация по виртуальному или подменному номеру невозможна.

Затем на указанный номер придёт код в СМС. В аккаунте следует указать имя, которое будет отображаться для других пользователей. По желанию можно загрузить фото и указать другие личные данные.

В будущем разработчики планируют добавить двухфакторную авторизацию. Также национальный сервис МАХ будет обеспечен технологией антифрода, которая позволит обеспечить надёжную защиту от телефонных мошенников.

Где скачать приложение МАХ (Макс)?

Для начала работы необходимо скачать приложение из App Store, Google Play, RuStore, AppGallery или загрузить с официального сайта платформы для ПК (поддерживаются операционные системы Windows и macOS). Также доступна веб-версия приложения по адресу web.max.ru.

Однако на старые модели телефонов установить мессенджер не получится. Разработчики назвали требования к устройствам, которые необходимы для работы с МАХ:

- Android: версия 10.0 и выше.
- iOS: версия 15 и выше.
- Windows: Windows 10 (сборка 1809) и выше.
- macOS: macOS 14 и выше.

Можно ли установить мессенджер МАХ (Макс) на компьютер и как это сделать?

Мессенджер МАХ можно установить на большинство современных компьютеров. Главное условие соответствие устройства требованиям к операционной системе: Windows 10 (сборка 1809) и выше или macOS 14 и выше.

Чтобы загрузить МАХ на компьютер, необходимо следовать простому алгоритму:

1. Зайти на официальный сайт платформы и найти кнопку «Для компьютера».
2. В открывшемся окне кликнуть по иконке Windows или macOS в зависимости от типа устройства;
3. Открыть вкладку «Загрузки» в своём браузере и запустить установочную программу двойным щелчком мышки;
4. Следовать инструкциям на экране, чтобы завершить установку.

<https://iz.ru/1929575/2025-07-31/novyi-messendzher-max-cto-eto-osnovnye-funktcii-kak-skachat>
Фото: https://saratov.gov.ru/gov/auth/upravobj/?ID=614&PAGEN_3=6rss/%C2%A7ion=43

Разведчик особого назначения

Обвес на автомате опытного воина отличается стопроцентной функциональностью. Планки, приклад, цевье и дополнительные рукоятки — владелец оружия подробно и чётко объяснит, какое преимущество по сравнению со штатными деталями даёт каждая из них. Свою «Ксюху», как бойцы именуют АКСУ, командир отделения разведроты группировки войск «Восток» с позывным «Туман» обрёл спустя три года участия в боевых действиях. Поэтому и к тюнингу удобной для штурмовых действий модификации «Калаша» подошёл со всей основательностью.

Стало сложнее

Туман в специальной военной операции участвует с самого начала. Он стал участником боёв в Харьковской области и первого штурма Угледара.

Долгенькое, Краб, Капля — как и другим участникам тех событий эти названия надолго врезались в память воина. Причина — интенсивность ведения боевых действий, которой не было при движении на Киев в первые недели СВО.

Сейчас же основной угрозой для личного состава Туман называет многочисленные беспилотные летательные аппараты.

— «Птиц» очень много. Появление у противника в 2023 году FPV осложнило нашу работу. Сейчас всё это ещё более развилось, как у нас, так и у врагов, и по этой причине теперь воевать стало сложнее, — считает Туман.

Разведчику есть с чем сравнивать. Одним из ярких эпизодов стали бои на северных дачах под Угледаром в феврале 2023 года. Подразделение Тумана должно было удержать плацдарм для реализации общего замысла. «Закатывались» они туда в течение суток, столь интенсивным было огневое воздействие со стороны ВСУ.

— Преодолею кладбище техники за Никольским, там метров четыреста было, смотрю — всё спокойно, — вспоминает Туман. — Дальше двигался шагом, безо всяких перебежек. Тут один прилёт, второй... После второго я снова побежал и сумел добраться до точки накопления. Тогда повезло, что земля была сырой. Когда вылезали с товарищем из окопа, мина ударила в метре от нас, спасло то, что она взорвалась не на поверхности. Просто оглушило и всё.

Жаркий Угледар

Движение к дачам парни начали ночью. Дошли до рва, где укрылись от дронов противника. Рядом ездил БМП ВСУ, но ни с воздуха, ни с земли группу не обнаружили. Во время движения к назначенной позиции по спецназовцам работали вражеский снайпер и миномёт, и всё же воины сумели добраться до точки, где сменили закрепившееся там ранее подразделение.

— Заняли позиции, обговорили все моменты с теми, кого меняли. Выставили наблюдателей, все свободные легли отдыхать. Утром я проснулся от того, что земля «подпрыгивала». По нашей точке враг начал плотно работать. Миномёт, танк, а потом и «Кракен» (террористическая организация, запрещённая в России) пошёл в атаку, — рассказывает Туман.

В тот день под Угледаром была метель. По занятому группой опорному пункту обороны неонацисты открыли огонь из ручных противотанковых гранатомётов и стрелкового оружия. Чуть позже командование сообщило разведчику, что с воздуха обнаружены ползущие в маскхалатах неонацисты.

— Миномёт взвёзший нас ещё дымами закидывал, пытались выкурить.



Когда я понял, что ситуация не в нашу пользу, а опорник нам ну никак терять нельзя было, то вызвал огонь нашей артиллерии на себя. Точные цифры потерь нациков украинских назвать не могу, потому что обстрел не давал выползти, посмотреть, но после арты нашей они затихли. Плюс мы ещё «стрелкотнёй» и гранатами их давили, — делится спецназовец подробностями боя.

Там же, под Угледаром, группа Тумана однажды попала в засаду. Разведчики должны были пробраться к опорнику ВСУ, который прикрывали миномёт и танк, а подступы круглосуточно просматривали воздушные наблюдатели ВСУ. Во время третьей попытки дальневосточник задел «растяжку».

— Грязь прилипла к берцам, и зацепилась леска. Она вела к «МОНке» и успела натянуться. Помог товарищ, аккуратно отцепив её от меня. Потом ещё два раза пытались туда пройти.

На пятой попытке Туман шёл первым, следом — командир группы. В какой-то момент старший присел, чтобы настроить радиостанцию. У направляющего появилось время осмотреться внимательнее.

— На предыдущих попытках я проходил даже дальше того места, но укреплений врага не было никаких. А тут смотрю: ну точно, брусстер. А его не было здесь! Доложил командиру, начался контакт. По нам стреляли из всех окрестных лесополос, но мы, благодаря своевременно обнаруженной засаде, отошли в полном составе.

Разведчик-штурмовик

Характер задач у разведчика различен в зависимости от обстановки на участке. Основной профиль — штурмовые действия, однако случаются и иные задачи. Квалификация Тумана позволяет успешно справляться, например, с наблюдением за противником или установкой противотанкового ракетного комплекса с последующим поражением техники ВСУ.

Разбирая штурм опорных пунктов обороны противника на этапы, Туман считает самым сложным на сегодняшний день преодоление расстояния от рубежа перехода в атаку до переднего края обороны. По мнению разведчика,

это сложнее, чем одолеть защитников киевского режима в стрелковом бою.

— Из-за обилия дронов очень тяжело дойти до противника. А стрелковый бой, по моим наблюдениям с 2022 года, они не «вывозят», слабоваты они. Вот артиллерия и FPV у них да, работают. Но их пехота нашей проигрывает. Основная тактика у ВСУ в ближнем бою — отступление, — говорит воин.

Новые подходы

Три с половиной года участия в боевых действиях не лишили Тумана бодрости, воли к победе и готовности в любой ситуации искать способы решения задачи. Отвечая на вопрос о главном воспоминании с киевского направления, он отвечает кратко: «Не пришлось штурмовать их столицу. Наше подразделение выполняло задачи в 30 километрах от неё, мы ушли западнее. А в Киеве мне очень хотелось повоевать, чтобы поставить точку в спецоперации».

Рассказывая о событиях весны 2022 года, воин говорит, что тогда атмосферы постоянной угрозы не было, равно как и навыков, которыми он овладел в следующие три года.

Позже Туман почувствовал, как изменился характер боевых действий. Произошло это на Харьковском направлении, где он участвовал в разведывательных и противодиверсионных рейдах, а также штурмовых действиях. Впервые в ближний бой с врагом он вступил именно там.

— Мы шли на штурм позиций противника в лесу, стреляли из всего, что у нас было, враг также стрелял. Просто «стрелкотня» через кусты. Были и миномётные прилёты, меня ранило. Эвакуировали прямо во время боя, лечение проходил в тылу. Вернулся в сентябре, потом опять ранило, но тогда уже из зоны СВО я не уезжал.

Работа по профилю армейской разведки в первый год СВО случалась часто: засады, минирование дорог в тылу противника, наблюдение, корректировка огневых поражений — всем этим Туман занимался до 2024 года. Потом основным родом деятельности стал штурм.

В таких ситуациях всё решают моральная готовность к бою и тактическое мастерство, если не учитывать случайные факторы в виде прилётов или «камикадзе». А в своих силах и способности одолеть врага в ближнем бою Туман уверен полностью.

При этом воин уже адаптировался к текущей реальности, когда до противника тяжелее дойти, чем сломить его сопротивление в опорнике. И сами штурмовые операции для него стали привычным делом.

Спецназ не просто слово

Боевая подготовка в разведроты, по словам Тумана, построена особым образом. Практикуемые методики позволяют повысить выживаемость и сформировать у личного состава правильный образ мыслей.

— Общаясь с разными людьми, могу сказать, что в спецназе парни как-то по-другому настроены, что ли. Взгляд у них особый на вещи. Мы не берём опорники врага любой ценой. Мы должны так выполнить задачу, чтобы не было потерь или они были минимальными. Отсюда и своя тактика действий, — говорит Туман.

Всесторонний анализ обстановки, внимательное изучение воздушной съёмки местности и разведанных позволяют планировать и проводить уникальные по своей дерзости накаты. В качестве примера Туман приводит действия своих однополчан: «Буквально залетают в опорники ВСУ на технике! Бронеавтомобили, багги останавливают только у траншей. Естественно, это делается не на удачу, а после размышлений и обсуждений».

Основа успеха подразделений спецназначения — в скрупулёзных расчётах и основательной оценке обстановки. При этом важную роль может сыграть и интуиция, базирующаяся на обширном боевом опыте мастеров ратного дела.

— Бывает, планируешь выход на маршрут с протяжённой «открыткой», решаешь идти завтра. Потом резко понимаешь: выходить нужно прямо сейчас. И проходишь по тишине, в итоге. Кто здесь был, знает, какая это удача — пройти по открытым участкам местности, — объясняет значение интуиции Туман.

За время СВО тактика перемещений серьёзно изменилась. Марш производится малыми группами, в основном — двойками. Сейчас это самый эффективный способ выйти из точки «А» и живым-невредимым прийти в точку «Б».

Командир отделения, как самый подготовленный, обычно идёт первым из малой группы. Он пробивает путь остальным, обнаруживает взрывные устройства на пути следования, первым врывается во вражеский опорник.

— Мне главное увидеть устройство и предупредить об опасности остальных, — поясняет Туман.

К каждому — свой подход

Отвечает за боевую подготовку группы сам командир. Мелочей в этом процессе нет: кроме занятий на полигоне, опытные военнослужащие помогают товарищам советами по комплектации рюкзаков, подбору снаряжения, бытовому обеспечению на боевой задаче.

— Объясняем буквально всё. Что брать с собой на БЗ, что не брать. Как идти, что надеть, что будет мешать, что на определённом этапе станет ненужным, — перечисляет Туман рассматриваемые вопросы. — Личным примером показываю, как заходить в опорник лучше, как прокинуть гранату, как делать прострелы. Обучаемые идут сзади, всё видят. Потом рассказываю, почему именно так надо поступать.

Больше всего сложностей у вновь прибывших в зону СВО вызывают тренировки штурма опорного пункта. Поэтому к данному вопросу у выступающих в роли инструкторов командиров крайне внимательное отношение.

Морально-психологическая устойчивость у готовящихся к боевой задаче воинов вырабатывается во время всего периода подготовки. Опытные сослуживцы настраивают новичков на реалии, по возможности имитируя атмосферу боя на занятиях. Например, атакуют воинов специально оборудованным FPV-дроном с предохранительными дугами, которые исключают ранение от контакта с пропеллерами. Инструктор и оператор FPV воссоздают реальные ситуации на поле боя и учат правильным действиям при атаке дрона-камикадзе.

Одним из основных принципов обучения Туман считает индивидуальный подход. Так можно добиться максимальной отдачи от подопечных, считает он.

— У нас к каждому свой подход. Кому-то сделаешь замечание, отчитаешь по-мужски, он сразу реагирует. А другой начинает замыкаться. Я тут же меняю тактику, потому что боевая эффективность замкнувшегося в себе и опустившего руки низкой будет. А мне с ним на боевое задание идти! Поэтому с давлением нельзя переборщить, — говорит командир. — Если «передавил» человека, он совсем другим становится. Морально-психологическое состояние каждого — это такой фактор, от которого во многом будет зависеть успех на боевом выходе. Считай, тоже тактика, только командирская: там я врага в опорнике должен победить, а здесь — чувство страха и неуверенность в себе у обучаемых.

Туман уточняет, что настоящий бой в любом случае вызовет в первый раз непонимание. По опыту командира отделения, в среднем военнослужащий только через пять минут контакта приходит в себя и начинает действовать сообразно обстановке: правильно двигаться, искать укрытие, просчитывать следующие шаги. И шансы на правильные действия кратно возрастают, если он получил качественную подготовку на полигоне.

Одним из способов приблизить полигонные условия к боевым стало использование страйкбольных приводов. Осязательные рефлекссы сразу подняли эффективность занятий.

— Работа пошла совсем по-другому! — рассказывает разведчик. — Люди чувствуют: шарик прилетел, значит, где-то ты ошибся и вылез на прострел. Включаются инстинкты, и прямо на глазах меняются действия: по-другому высовываются из-за укрытия. Если выглянуть не могут, «включают» голову и бросают гранату, тоже страйкбольную.

Во время таких занятий за действиями обучаемых сверху наблюдает инструктор, выполняющий роль оператора разведывательного БпЛА. Таким образом, у преподавательского состава появляется объективная картина, позволяющая достоверно оценить степень готовности новобранцев.

Прогресс после внедрения приводов виден невооружённым глазом, говорит Туман. В его подразделении принято проводить тренировочные бои, когда с одной стороны группа новобранцев, а с другой — двое опытных воинов. После занятий «с шариками» находящаяся на



обучении группа стала действовать увереннее.

— Садимся с опытным напарником в оборону, работаем за противника, а они нас штурмуют. Поначалу мы вдвоём всех вывозили, в том числе и из других рот. Где-то обманули, где-то сманивировали. Стараемся показать, с чем они могут столкнуться на боевом задании. Ищем их радиоканал, радио-игру затаеваем, всячески стараемся запутать

их и обмануть. Показываем все тактические хитрости по ходу боя. Чтобы знали, на что способен враг, — делится Туман подробностями организации боевой подготовки в спецназе.

«Не на один штурм»

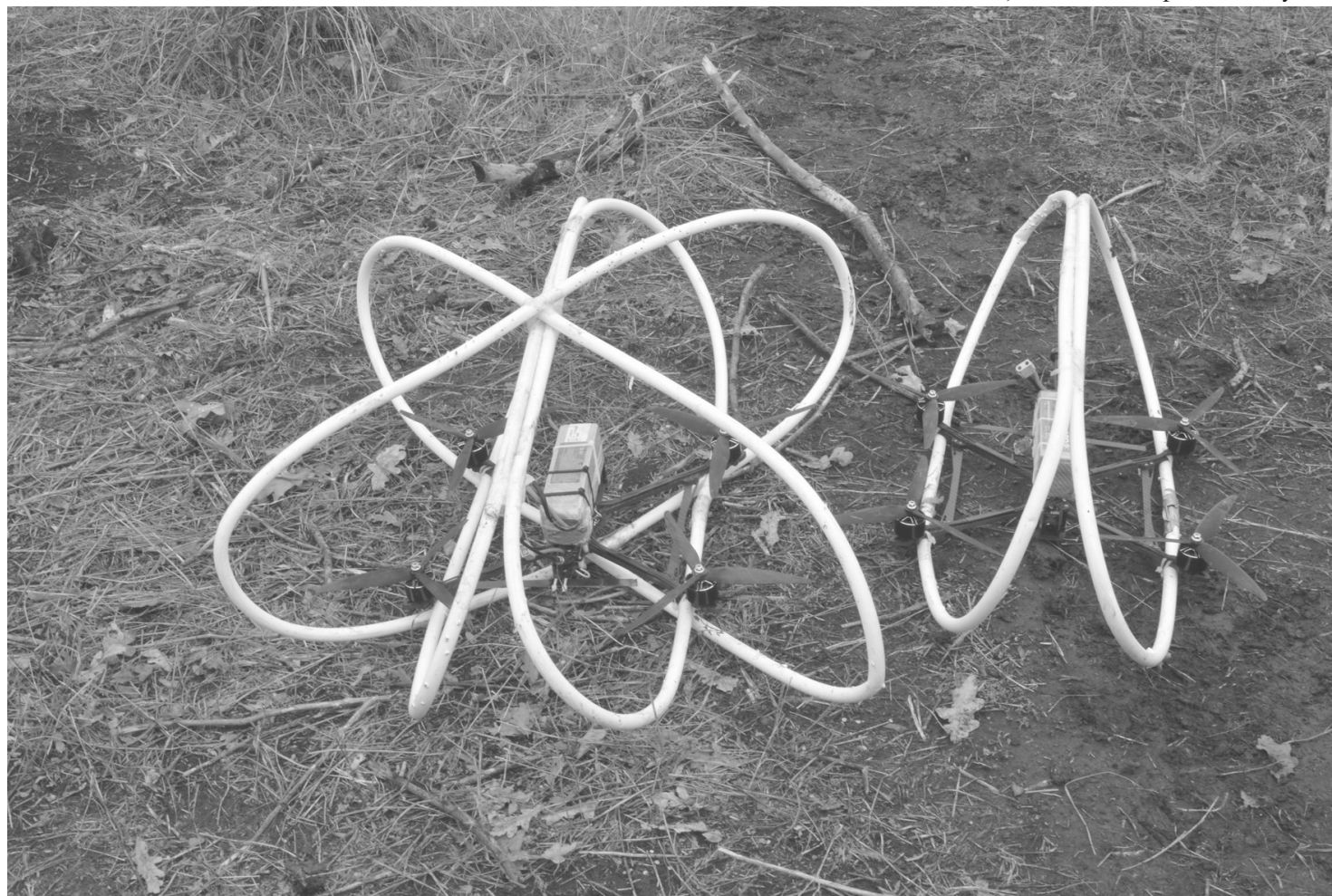
Выживаемости на поле боя касаются так или иначе все дисциплины боевой подготовки. Процесс формирования профессионалов хотя и трудоёмкий, однако, крайне эффективен при игре «в долгую».

— Нас готовят не на один штурм. Схема примерно такая: подготовка, штурм, выход, дальнейшая работа. Это возможно только при особом обучении. Экипировка, дооборудование оружия, у нас всё это индивидуально происходит, каждый под себя делает. У нас даже автоматический огонь в бою нечасто бывает, стараемся одиночными работать. Смену позиций и рассредоточение при контакте с противником производим часто.

Свой воинский коллектив Туман считает особенным. Разведчик уверен в каждом, знает, что его в беде не бросят, причём в этом он не единожды убеждался на собственном опыте. Осознание, что он идёт в бой плечом к плечу с подготовленными, умелыми и надёжными воинами мотивирует на достижение поставленных целей в любой ситуации. Обращение к коллегам — воин из ЕАО Туман формулирует коротко и ёмко:

— Желаю вам удачи, чтоб вы никогда не сдавались и вернулись домой, к родным живыми.

Александр ИВЕЛЬСКИЙ
Фото автора



Игровое путешествие по регионам России

День народного единства — это не просто праздник, а прекрасный повод напомнить подрастающему поколению о культурном богатстве и дружбе народов, проживающих в нашей огромной стране. Это праздник, который напоминает нам о силе духа, согласии и дружбе многонационального народа России. Именно этой идее было посвящено мероприятие «Игры народов России», организованное для учащихся младших классов в Центре творчества детей и молодёжи. Праздник, наполненный смехом и азартом, позволил юным жителям посёлка Солнечный узнать больше о культуре и традициях разных уголков нашей страны.

Центр творчества детей и молодёжи в этот день превратился в яркую «карту» нашей необъятной страны. Педагоги организовали для ребят из разных школ настоящее путешествие по игровым станциям, каждая из которых представляла игры различных регионов России. Главная цель этого мероприятия — через самую понятную для детей деятельность-игру, показать, насколько богата и разнообразна культура на-



Участники команды «Пятёрка» и педагог А. ГОНЧАРОВ

шей страны, ведь когда дети вместе играют в старинные забавы, они не просто весело проводят время, а по-настоящему чувствуют глубокую связь и единство культур и поколений.

Путешествие началось со вступительного слова Алексея Коблысь, педагога дополнительного образования, он рассказал ребятам об истории учреждения праздника Дня народного единства и о предстоящем им игровом путешествии по станциям, где их ожидает знакомство с особенностями жизни всех тех народов, в которых в эти игры традиционно играют. Ребята разделились на команды, получили маршрутные листы и с азартом отправились в путь.

На первой станции дети с восторгом познакомились с тувинской игрой «Кости». Участники угадывали количество «костей», которое водящий передал игрокам своей команды. Это простая, но требующая высокой концентрации внимания и умения договариваться с соперником игра, навыки владения которой развивают в игроках соответствующие качества.

На второй станции ребят ждала известная в Якутии игра «Угадай, какой палец средний». В условиях игры: от-



Д. СУХОБОКОВА, П. ЕЛЕМЕЕВА, С. САЛТОВСКАЯ

вернувшись от соперника, сложить пальцы своей руки, зажав их в кулаке второй руки так, чтоб он не смог угадать, какой из пальцев средний. Эта игра развивает ловкость и гибкость пальцев, необходимые в быту и труде.

На третьей и четвёртой станции уча-

«хвост». Это очень подвижная и весёлая командная игра на ловкость и скорость очень понравилась детям.

Шестая станция познакомила участников с нанайской народной игрой «Алчуа», по правилам которой игроки садятся на землю или за стол и берут в руки от 5 до 20 небольших тонких палочек, в старину вместо них использовали настоящие кости рыб или мелких животных. Задача игроков: подбросить палочки вверх и поймать тыльной стороной той же руки. Пойманные палочки снова нужно подбросить, но ловить их уже пальцами. Победителем становится тот, кто поймал больше всех палочек.

Седьмая станция представила татарскую народную игру в пуговицы «Ташки». Игры с пуговицами отлично развивают мелкую моторику, точность движений и воображение. В этой настольной игре всё очень просто: высыпаются пуговицы на середину стола, накрываются платочком. Тот, кто водит первый, не глядя, берёт в кулачок пуговицы под платочком, вытаскивает их, не разжимая кулак, и спрашивает у следующего игрока: «Чёт или нечёт?». Если он угадал, то ему достаются эти пуговицы, если нет, то пуговицы переходят к тому, кто задавал вопрос. Далее следующий игрок повторяет всё в точ-

ности. Побеждает тот, у кого пуговиц будет больше, чем у остальных.

На станции номер восемь ребят ждала увлекательная и подвижная татарская игра «Абакле». По правилам игры на противоположных сторонах игровой площадки рисуются две параллельные черты. За одной чертой стоят в шеренге дети. Одна рука у них на поясе, другая вытянута вперёд ладонью вверх. Игроки находятся в «старом городе». В «новом городе», за другой чертой, пока никто не живёт. Выбирается ведущий, который со словами: «Хлоп да хлоп - сигнал такой: я бегу, а ты за мной!» подходит к одному из игроков и тихонечко хлопает его по ладонке. После окончания слов они бегут в «новый город». Кто первый пересёк черту, тот остаётся там жить. Кто — не успел, тот ведёт дальше. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не переберутся жить в «новый город». Это очень весёлая и динамичная игра, развивающая реакцию, скорость, координацию и внимание, она привела ребят в восторг и зарядила бодростью.

Каждая станция в этом игровом путешествии наглядно доказала, что детские игры — это не просто развлечение, это увлекательные помощники развития детей в физическом, интеллектуальном, социальном и культурном плане. Каждая игра стала для ребят «окном» в мир других культур, возможностью узнать много нового и интересного о жизни и традициях народов России.

Завершился праздник розыгрышем призов, но главным подарком для всех участников стали яркие эмоции, новые знания и ощущение настоящей дружбы, которая не знает границ между регионами и национальностями. Этот праздник ещё раз доказал, что сила России — в единстве её народов, а начинается это единство с детской дружбы, скреплённой добрыми и весёлыми играми.

Я. ЛОЗУНОВА
Фото автора



Педагог А. КОБЛЫСЬ, Д. СУХОБОКОВА

Как правильно ухаживать за ногтями

Красота индивидуальна, но базовый принцип схож для всех. В норме ногти должны быть гладкие, без ямок и бороздок. Цвет — однородный, розовый. Такой оттенок получается благодаря кровотоку в капиллярах. Прочность и скорость роста пластины могут зависеть от генетики, состояния здоровья, образа жизни.

С возрастом ногти могут становиться и толще, и тоньше, ломаться чаще, а также иногда появляются вертикальные бороздки. Это всё считается нормой после 40–50 лет. Правильный уход поможет сохранить их здоровье и красоту. Также состояние ногтей может ухудшиться во время беременности, но если они восстановились спустя 6 месяцев после родов — значит, всё в порядке.

Беспокоиться стоит, если вы замечаете следующее:

- изменение цвета — ногти стали бледные, жёлтые или тёмные, причём оттенок может измениться только в некоторых местах;

- истончение или утолщение (в молодом возрасте);

- деформацию ногтевой пластины;

- расслоение;

- неспособность ногтя отрасти.

Иногда появление этих признаков говорит о неправильном уходе, а в других случаях — о проблемах со здоровьем.

От чего зависит рост ногтей

Ногти растут со скоростью 0,1 мм. в сутки или 3–4 мм. в месяц. Если после травмы ногтевой пластины на руке она полностью отслоилась, то отрастёт за полгода, а вот на ногах такой процесс займёт в три раза больше времени.

Летом ногти растут быстрее, чем зимой. Это связано с тем, что в холодную погоду кровообращение замедляется. Ещё в тёплое время года у людей вырабатывается больше витамина Д, который способствует процессу роста ногтевой пластины.

Благодаря хорошему кровообращению ногти растут интенсивней на доминирующей руке: у правшей — на правой, у левшей — на левой. Скорость зависит от активности работы пальцами. Однако различия еле уловимы, невооружённым глазом их сложно заметить.

Этот процесс также зависит от наследственности, возраста и питания: если в рационе не хватает белков, жиров и витаминов, то рост замедляется. Также негативно сказывается постоянный стресс.

Почему ногти слоятся и становятся ломкими?

В норме чешуйки ногтей плотно прижаты друг к другу. Но иногда они начинают расщепляться на отдельные пластинки, становятся хрупкими, теряют блеск. Из-за ломкости им сложно отрасти.

Под воздействием агрессивных факторов окружающей среды между слоями ногтя образуются зазоры и трещины, провоцирующие расслаивание. К этому может привести:

- контакт с бытовой химией или горячей водой;

- лаки для ногтей низкого качества;

- неправильная техника маникюра;

- средства для снятия лака, содержащие ацетон;

- механическая травма;

- привычка скоблить ногтями.

Проблема также может возникнуть при несбалансированном питании. Особенно если есть дефицит протеина, кальция, цинка, витаминов Д или В7.

Плохое состояние ногтей как индикатор заболеваний

Проблемы с ногтями не всегда удаётся решить правильным быти-уходом. Иногда плохое состояние говорит о заболевании, например:

- железодефицитной анемии;

- хроническом бронхите;

- псориазе;

- гипо- или гипертиреозе;

- болезнь сердца, печени или желудочно-кишечного тракта.

Если кроме проблем с ногтями есть и другие неприятные симптомы, мы рекомендуем обратиться к врачу. Также консультируйтесь со специалистом, если вы чувствуете себя хорошо, но наладить состояние ногтевой пластины не удаётся. Возможно, вам назначат общий



анализ крови и исследования на уровень ферритина, кальция, цинка, тиреотропного гормона, витамина Д.

Какие добавки помогут восстановить красоту ногтей?

Последние исследования показывают, что приём биотина (витамина В7) помогает укрепить слабые и ломкие ногти. На независимом медицинском сайте утверждается, что повреждённые пластины возвращаются к прежнему состоянию в течение 6–9 месяцев после приёма курса витаминов. Также эффективные результаты показывают средства, содержащие аминокислоту цистеин.

В исследовании докторов медицинских наук доказали, что приём коллагена увеличивает скорость роста ногтей на 12% и снижает частоту ломкости на 42%. У 88% участников улучшилось состояние пластин через 4 недели приёма добавки. При отсутствии противопоказаний, его можно принимать в таблетках.

Людам с дефицитом кальция в организме сложно отрастить ногти, так как в большинстве случаев они становятся ломкими и тонкими. Если результаты анализов покажут недостаток этого микроэлемента в организме, его назначат дополнительно.

Если на ногтях часто появляются белые пятна, это может говорить о дефиците железа и цинка. Сдайте анализы, чтобы проверить. При необходимости может быть назначен приём этих микроэлементов.

Перед тем как начать приём любых из этих витаминно-минеральных комплексов, нужно проконсультироваться с врачом.

Какие процедуры помогут восстановить ногтевую пластину

Одна из процедур для профилактики и устранения ломкости и расслоения — запечатывание ногтей воском. В нём содержится много полезных веществ, которые проникают в ногтевую пластину и укрепляют её. Ещё это стимулирует кровообращение, что способствует росту.

Процедуру можно делать в салоне или в домашних условиях. Во втором случае вам понадобится пчелиный воск и масло — желательно витамины А и Е

на масляном растворе. Перед применением этих компонентов, убедитесь, что у вас нет аллергии. Для лучшего эффекта делайте такое запечатывание несколько раз в год.

Ванночки для рук тоже помогут укрепить ногти. Используйте морскую соль и эфирные масла. Они усиливают кровоток и насыщают ногтевую пластину полезными элементами.

Для предотвращения сухости втирайте в область кутикулы специальные питательные кремы. Они поддерживают ухоженный вид, увлажняют эпидермис и предотвращают микротравмы. Мы рекомендуем выбирать также натуральные масла, например, абрикосовое, миндальное, касторовое или виноградной косточки.

Попробуйте SPA-маникюр. Во время него мастер не только придаст эстетичный вид ногтям, но и сделает ванночку, пилинг и массаж кутикулы. Иногда дополнительно наносят питательные маски.

В салонах могут предложить покрыть ногти лечебным лаком. Обычно в их состав входят волокна шёлка, белки, витамины. Они укрепляют, предотвращают расслоение и снижают вероятность ломкости.

Важное о маникюре в салоне

Чтобы после маникюра ваши ногти были не только красивыми, но и здоровыми, придерживайтесь следующих рекомендаций:

- Посещайте проверенные салоны, которые уделяют особое внимание стерилизации инструментов. Попросите рассказать, как проходит обработка, пусть вам покажут оборудование для неё — сухожар или автоклав. Ответственным мастерам скрывать нечего.

- Обращайте внимание на чистоту рабочего места. Если что-то смущает, лучше обратиться в другой салон.

- Следите, чтобы мастер работал в перчатках и маске, использовал одноразовые пилочки, апельсиновые палочки. А крафт-пакет с инструментами должны вскрыть при вас — это показывает факт стерильности.

Носить нарощенные ногти или гель-лак можно не больше двух-трёх недель. Затем нужно снять покрытие и нанести

новое. Если пренебрегать этим правилом, ногти могут начать слоиться и ломаться.

Подумайте, прежде чем удалять кутикулу. Это может привести к инфекции, особенно если инструменты не проходят тщательную обработку. Лучше пусть мастер аккуратно её отодвинет апельсиновой палочкой.

Подходите к этому вопросу ответственно и соблюдайте правила безопасного маникюра.

Как правильно ухаживать за ногтями

Защищайте руки от холода, так как он пагубно влияет на рост и состояние ногтевых пластин. Надевайте перчатки при температуре +5 °С и ниже.

Держите ногти сухими и чистыми. Это поможет предотвратить размножение патогенных бактерий. Длительный контакт с водой приводит к расслоению, особенно во время уборки, когда используются агрессивные моющие средства. Совет — пользуйтесь резиновыми перчатками.

Периодически делайте уходовые процедуры, даже если видимых проблем нет. Например, ванночки, питательные маски, запечатывание воском, SPA-маникюр.

Каждый раз, когда моете руки, уделяйте внимание и обратной стороне ногтей, можно даже использовать специальную щётку.

Отдавайте предпочтение качественным лакам и жидкости для их снятия без содержания ацетона.

Не забывайте про правильное питание, ведь от него зависит здоровье и красота не только ногтей, но и всего тела.

Не отрывайте заусенцы, так как можно занести инфекцию и испортить эстетичный вид. Вместо этого, аккуратно подстригайте их.

Пользуйтесь увлажняющим кремом, не забывайте втирать его в ногти и кутикулу. Желательно выбирать средства, которые содержат витамины А, Е, Д.

Не носите обувь, которая зажимает пальцы ног, особенно во время занятий спортом.

https://stolichki.ru/clubs/beauty/beauty_vitamins/kak-pravilno-uhazhivat-za-nogtyami

Единство культур — сила народа

Вечером третьего ноября в стенах Центральной модельной библиотеки стало необычно шумно и многолюдно. Здесь в рамках всероссийской акции «Ночь искусств - 2025» состоялось яркое путешествие в самобытный мир многонациональной русской культуры. Гостей вечера ждала насыщенная программа, которая позволила каждому не просто узнать что-то новое и интересное, а прикоснуться к традициям разных народов нашей огромной страны глазами, руками и сердцем.

Переступив порог библиотеки, гости сразу попали в атмосферу Приамурья. Центральным визуальным элементом стала выставка нанайских национальных аксессуаров, которую привезли с собой гости мероприятия из села Верхняя Эконь: директор Дома культуры Эмма Гейкер и её мастерицы. Здесь можно было увидеть изящные женские украшения из различных материалов: кожи, бусин, бисера и рыбьей кожи, каждый из которых хранит в себе частичку истории и верований этого охотничьего народа.

В начале мероприятия Эмма Гейкер исполнила песню о любви на нанайском языке, которая звучала очень красиво и невероятно мелодично.

Главным сюрпризом для гостей стал увлекательный квест «В единстве культур



Ведущая Е. МАРУСОВА



П. ГРУЗДЕВА, Д. СЕРЕНЬКИЙ, Д. КАРАПЕТЯН, Ш. РУЗИЕВ, П. ЯКОВЛЕВ, Э. ГЕЙКЕР

тур - сила народа», состоящий из семи тематических станций, где участникам предстояло проявить себя в самых разных областях знаний и талантов.

На станции «Танцевальная» нужно было угадать и попробовать воспроиз-

вести элементы традиционных танцев различных народов. На станции «Народный костюм» из разрозненных элементов предлагалось собрать вид народного костюма жителей различных регионов нашей страны. На станции

«Национальная» участники отвечали на вопросы о быте, культуре и традиционных промыслах нанайцев. На станции «Скажи привет» гости сопоставляли слова приветствия с языком, на котором они звучат, открывая для себя лингвистическое разнообразие России. А на станции «Географической» нужно было правильно расположить на карте нашей страны народы, проживающие на определённых территориях, что стало отличным уроком этнографии. Станция «Загадочная» предложила участникам 3D загадки по книге Владимира Арсеньева: найти ответы на вопросы ведущего по коду среди книжных страниц. Не была забыта и традиционно русская культура. На станции «Патриотическая» все желающие могли попробовать себя в качестве песочных художников и с помощью кварцевого песка и световых столов изобразить традиционные русские головные уборы — ушанку и фуражку российского военнослужащего.

Одним из самых душевных моментов вечера стал мастер-класс по изготовлению нанайского оберега под руководством мастериц из Верхней Эконь. Дети и взрослые с большим старанием создавали свои собственные амулеты, которые, по поверьям, приносят в дом удачу и оберегают от злых духов. Эти маленькие сувениры, сделанные своими руками, станут для них самым тёплым напоминанием об этом вечере.

«Наша цель — показать, что искусство многогранно, а культура каждого народа — это уникальное достояние всей России, — поделилась мыслями ведущая мероприятия Елена Марусова. — Мы рады, что смогли создать атмосферу живого диалога культур, где было интересно и детям, и взрослым.»

После награждения команд-победителей участники дружно отведали горячего чая с национальными лакомствами, спели песню о дружбе и, наполненные духом единства многонациональной страны, разошлись по домам, унося с собой яркие фотокадры на долгую память из специально оборудованной фотозоны, стилизованной элементами русского быта.

«Ночь искусств» в библиотеке стала настоящим праздником, который стёр границы между временами и народностями, доказав, что искусство, будь то танец, музыка, орнамент или ремесло — это универсальный язык: родной и понятный каждому россиянину.

Я. ЛОЗУНОВА
Фото автора



участники команды «Айхал»



Участники команды «СПТшки»



Э. СЕМЕНИХИНА, К. СУЗДАЛЬ, директор ДК с. Верхняя Эконь Э. ГЕЙКЕР, активист партии «Единая Россия» О. ТАРАСОВА.

Праздник традиций, вкусов и творчества

4 ноября вся Россия отмечает День народного единства — праздник, занимающий особое место в череде государственных торжеств современной страны. Этот день неразрывно связан с героическими событиями 1612 года, когда наши предки, сплотившись во имя свободы и независимости Родины, совершили великий подвиг. День народного единства — это праздник взаимопомощи, братства и нерушимого единения.

Наша страна — это необъятное пространство, на котором проживает множество народов, больших и малых. От бескрайних просторов Дальнего Востока до величественных южных гор раскинулось бесчисленное разнообразие культур, этносов и мировоззрений, гармонично сосуществующих в рамках одного сильного государства. Именно это многообразие делает Россию поистине богатой — богатой историческим наследием, щедрыми просторами и, конечно же, своими людьми. Россия объединяет!

С давних времён в честь больших праздников люди устраивали щедрые пиры. Особое место на таких торжествах занимал праздничный хлеб, который получил название «пирог» — слово, происходящее от древнерусского «пир». Изначально пироги готовили из пресного теста, а вот дрожжевые — это уже признак особого большого праздника. Какое же разнообразие пирогов украшало столы наших предков — не счесть! И, конечно же, в дни великих торжеств народ любил веселиться и играть. Игр, известных нам с древних времён, существует великое множество, и каждая из них отражает уникальность разных национальностей и субкультур.

В честь Дня народного единства 4 ноября в фойе районного Дома культуры состоялось яркое событие — IX районный фестиваль игр и забав народов Российской Федерации «Чехарда» и IX открытый фестиваль пирога «Калитка».

Со всего Солнечного округа съехались участники, чтобы поделиться богатством своих культур. Представители посёлка Горный порадовали гостей традиционным русским пирогом и окунул всех в атмосферу народных игр, представив забавы «Золотые ворота» и «Горячий блин». Представители села Эворон удивили ароматной грузинской «Ачмой» и задорной грузинской игрой «Эстафета с кеглями», показав гостеприимство и энергию солнечной Грузии. Участники из Горина представили не только вкуснейший белорусский национальный торт «Булжамуур», но и познакомили с бурятской игрой «Юрта», добавив в фестивальную программу колорит Восточной Азии. Команда из посёлка Хурмули привезла белорусский пирог «Кулебяка» и подарила всем возможность окунуться в весёлую игру «Ручеёк», наполненную смехом и радостью. Гости из посёлка Дуки угостили всех ароматным грузинским пирогом «Кубдари» и предложили поучаствовать в увлекательной грузинской эстафете с шапками, продемонстрировав ещё одну грань кавказской культуры. Участники из посёлка Берёзовый не только представили сытные пироги с капустой и грибами, но и познакомили гостей с самобытной культурой староверов, показав глубину и многообразие традиций.

Особое место в этом празднике заняли ребята из Детского дома № 27 посёлка Солнечный. Они испекли свой особенный пирог, созданный совместными усилиями с воспитателем. Этот пирог стал символом заботы, тепла и единства, показав, что даже самые юные жители округа умеют творить и делиться своим теплом.

Юные зрители с восторгом участвовали в играх, получая в конце сладкие призы. Итогом фестиваля стало зрительское голосование, по результатам которого победу одержала команда из посёлка Горный. Остальные команды получили дипломы за участие.

Завершилось это замечательное мероприятие праздничным концертом



Вокальная группа «Реченька» из п. Дуки



Участники фестиваля



Участники фестиваля из Детского дома №27

«Душа России в творчестве народа». Зрителей порадовали своим талантом вокальная группа «Гвоздика», Евгений Цымбал, танцевальный коллектив «Вдохновение», дуэт Галины Кислицыной и Ларисы Кольберг, Андрей Ищенко, вокальная группа «Россия-ночка», Ольга Гармонщикова, хореографический ансамбль «Каблучок», дуэт Ольги Савищенко и Елены Проценко, вокальная группа «Реченька», танцевальный коллектив «Леди Дэнс», вокальная группа «Сударушки», Полина Кузина, Людмила Злобина, Ольга Курова и Александра Герашенко. Все артисты также получили дипломы и памятные статуэтки.

Фестиваль «Чехарда» и «Калитка» стал ярким примером того, как традиции, игры и кулинарное искусство объединяют людей, напоминая о богатстве и многогранности нашей великой страны. День народного единства — это не просто дата в календаре, это возможность почувствовать себя частью единого целого, ценить наше общее прошлое и строить общее будущее.

События, подобные этому фестивалю, играют важную роль в укреплении межнациональных отношений и сохранении культурного наследия. Они позволяют жителям разных населённых пунктов, представителям различных этносов и культур не только познакомиться друг с другом, но и почувствовать общность, разделить радость праздника. Участие детей в играх и конкурсах способствует формированию у них чувства гордости за свою страну, уважения к другим народам и их традициям.

Праздничный концерт «Душа России в творчестве народа» стал достойным завершением фестиваля, продемонстрировав богатство и самобытность российской культуры через песни, танцы и музыкальные номера. Каждый коллектив и исполнитель внёс свою лепту в создание атмосферы единства и праздника, показав, как много талантливых людей живёт в России.

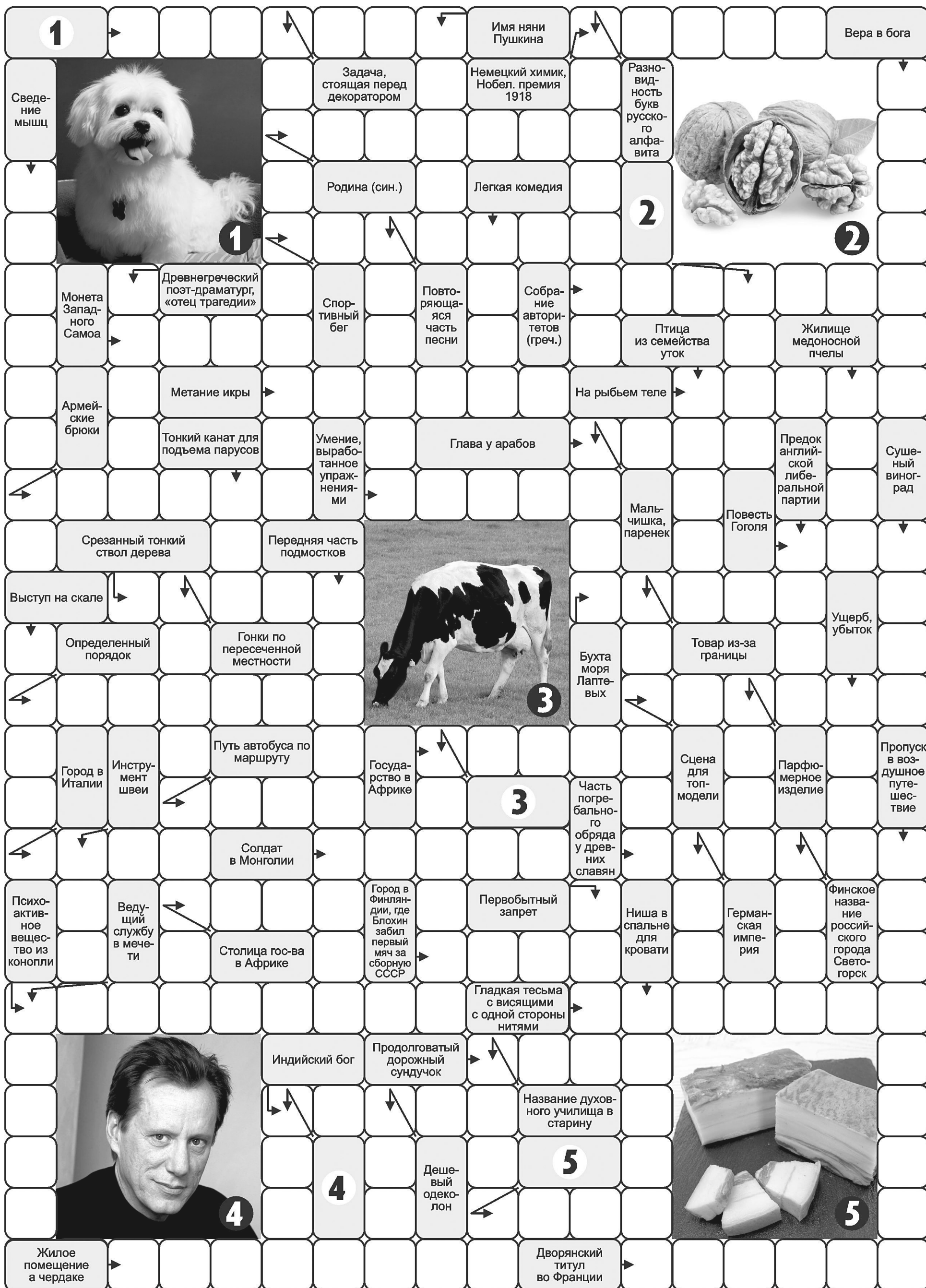
Такие мероприятия являются не только развлекательными, но и образовательными. Они помогают сохранить и передать молодому поколению ценности дружбы, взаимопомощи и уважения к многообразию культур, которые составляют основу российского общества.

Яркие игры, ароматные пироги, зажигательные номера и искренние улыбки участников создали неповторимую атмосферу праздника, который надолго останется в сердцах жителей Солнечного округа.

Е. КРИЦЫНА
Фото автора



Н. СКИБИНСКАЯ



ТРЕБУЮТСЯ

В здание администрации Солнечного муниципального района требуется на постоянную работу:

— **рабочий по обслуживанию здания (электрик).**

Заработная плата 39 тысяч рублей (на руки).

Обращаться по телефону:
8-924-115-15-37

Требуются охранники

в г. Хабаровск. Обучаем.

Предоставляем жильё, прописку.

Стабильная з/плата.

Обращаться по телефону:
8-965-673-28-86, 8-909-853-25-86

Реклама

**РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ.**
8-963-825-33-83.

Расписание служб

**Храм Покрова Пресвятой Богородицы
п. Солнечный**

12 ноября. Среда.

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

13 ноября. Четверг.

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

14 ноября. Пятница.

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

15 ноября. Суббота.

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

11.00 — Крещение.

16.00 — Всенощное бдение. Исповедь.

16 ноября. Воскресенье.

8.30 — Божественная литургия.

17 ноября. Понедельник.

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

18 ноября. Вторник

9.00 — Молебен Пресвятой Богородице.

Лития.

Храм Покрова Пресвятой Богородицы
работает ежедневно, с 9.00 до 18.00
в воскресенье: с 8.00 до 17.00
праздничные дни - по благословению
настоятеля Храма иерей Ярослава Гаврицкого.
тел. 2-26-98.

Кадастровым инженером ООО «Геоцентр» Бабий Анастасией Андреевной, квалификационный аттестат №27-13-17, почтовый адрес: Хабаровский край, Солнечный район, п. Солнечный, ул. Ленина, д. 27, оф. 332, контактный телефон: 8(42146)2-53-28 в отношении земельного участка, расположенного по адресу: Хабаровский край, Солнечный район, п. Берёзовый, ул. Велинская, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы и площади земельного участка.

Заказчиком кадастровых работ является Дегтянников Виталий Алексеевич, почтовый адрес: 682738, Хабаровский край, п. Берёзовый, ул. Велинская 1, контактный тел. +79141889891.

Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ состоится по адресу: Хабаровский край, Солнечный район, п. Солнечный, ул. Ленина, д. 27, оф. 332, 12 декабря 2025 г. в 10.00.

С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: Хабаровский край, Солнечный район, п. Солнечный, ул. Ленина, д. 27, оф. 332.

Возражения по проекту межевого плана и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с 11 ноября 2025 г. по 11 декабря 2025 г. по адресу: Хабаровский край, Солнечный район, п. Солнечный, ул. Ленина, д. 27, оф. 332.

Смежный земельный участок, с правообладателями которого требуется согласовать местоположение границы 27:14:0010702:212, расположенного по адресу: Хабаровский край, Солнечный район, п. Берёзовый, ул. Велинская, д.3.

При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документы, удостоверяющие личность, а также документы о правах на земельный участок.

ОТДЕЛЕНИЕ СФР ПО ХАБАРОВСКОМУ КРАЮ И ЕАО ИНФОРМИРУЕТ

Улучшение здоровья после реабилитации в центрах Соцфонда наблюдается у 92% участников СВО из Хабаровского края и ЕАО

Отделение СФР по Хабаровскому краю и ЕАО получило результаты мониторинга состояния здоровья ветеранов специальной военной операции, которые с начала 2025 года прошли медицинскую реабилитацию и санаторно-курортное лечение в центрах, подведомственных Соцфонду. Благодаря современному оборудованию и индивидуальному подходу, улучшение здоровья после реабилитации в центрах Соцфонда наблюдается у 92% участников СВО.

У демобилизованных ветеранов с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и периферической нервной системы улучшение после пройденной реабилитации зафиксировано в 94,7% случаев, у пациентов с заболеваниями центральной нервной системы — в 86,2% случаев. Также отмечается уменьшение болевого синдрома у 96,8% пациентов, улучшение двигательных функций — у 78,2% пациентов.

«Наши защитники, ветераны специальной военной операции после завершения службы в рядах вооружённых сил получают комплексную медицинскую помощь в специализированных реабилитационных центрах Социального фонда России. Там же ведётся мониторинг состояния их здоровья для оценки результатов реабилитации и санаторного лечения. Возвращаясь домой в Хабаровский край и Еврейскую автономию после пребывания в центрах, участники СВО отмечают улучшение состояния здоровья, укрепление физической формы. Если по медицинским рекомендациям требуется закрепить полученный результат, то ветеран может пройти реабилитацию в течение года неоднократно», — сообщила управляющий Отделением СФР по Хабаровскому краю и ЕАО Алёна Никулина.

Восстановление психоэмоционального состояния — важная часть реабилитации. В центрах СФР с ветеранами работают медицинские психологи и психотерапевты, помогая справиться с последствиями стресса. Кроме лечебной базы, центры располагают отличными условиями для проведения досуга. Прогулки на свежем воздухе, занятия спортом, экскурсии, концерты, всё это, также играет свою положительную роль для эмоционального настроя.

География и профиль специализированных центров разнообразны. Они расположены в Сибири, средней полосе России и на Черноморском побережье Краснодарского края. Лечение, проживание и питание оплачивается за счёт Отделения СФР по Хабаровскому краю и ЕАО, стоимость проезда любым видом транспорта компенсируется.

Длительность санаторно-курортного лечения составляет до 21 дня, медицинской реабилитации — в зависимости от медицинских показаний. С заявлением можно обратиться на портал госуслуг, любую клиентскую службу Отделения Соцфонда по Хабаровскому краю и ЕАО или МФЦ. Кроме этого, ветеран может подать заявление в медицинской организации (поликлинике), где он наблюдается. Решение по заявлению принимается за 1 день.

При направлении в реабилитационные центры региональное Отделение СФР учитывает данные медико-социальной экспертизы о состоянии здоровья ветерана. Если ранее участник СВО не проходил освидетельствование и не имеет инвалидности, в реабилитационном центре проведут диагностику и самостоятельно назначат курс лечения.

Консультацию по услугам Социального фонда можно получить по телефону единого контакт-центра: 8 800 100 00 01 (звонок бесплатный, региональная линия работает в пн. — чт. с 8:45 до 18:00, пт. с 9:00 до 17:00). Актуальные новости в наших социальных сетях: Вконтакте, Одноклассники, Телеграм.

Уважаемые читатели!

Газета «Солнечный меридиан» проводит акцию «Новогодняя игрушка моей семьи»

Мода на украшения для новогодней ёлки с годами меняется. Каких сегодня только игрушек не увидишь в магазинах: но нам кажется, что семейная ёлка непременно должна быть украшена игрушками разных лет. Новый год обожают дети, а взрослые стараются создать волшебную, незабываемую праздничную атмосферу именно для них.

Ведь все мы были когда-то детьми. А новогодние дни и похожи на чудо, потому что позволяют папам, мамам, бабушкам и дедушкам вернуться в своё детство и снова испытать искренний, чистый восторг и счастье ребёнка, попавшего в сказку. Игрушки прошлого дарят очень мощные положительные эмоции от светлых воспоминаний. Передавая их из поколения в поколение, мы создаём ту самую связь, которая бережёт семейные традиции и заставляет помнить о самом важном — о своих корнях. Ёлочные игрушки — это реликвии, которые хранят память о детстве, и мосты, которые соединяют близких через года. Украшения из нашего детства несут особое тепло и светлые воспоминания, и не сравнятся ни с какими другими.

Если в вашей семье сохранились ёлочные игрушки, которые вы каждый год трепетно достаёте из коробки и вешаете на самое почётное место на ёлке редакция газеты «Солнечный меридиан» предлагает вам поделиться фотографией вашей ценности и короткой историей, связанной с этой игрушкой (например, история её появления в вашей семье, а может про то какие эмоции и чувства она у вас вызывает).

Фото и истории можно прислать на электронную почту редакции solmer77@yandex.ru или в Телеграм - канал <https://t.me/+SAfDorbBaaVmYTdi> до 25 ноября 2025 года. Фото и истории будут опубликованы в газете и наших социальных сетях.



ЗДОРОВЬЕ КАЖДОГО

Диабет. Стоит ли волноваться, если нет симптомов?

Многие заболевания могут развиваться бессимптомно и главное, вовремя диагностировать проблему. Чем раньше выявлены отклонения, тем легче привести здоровье в норму. Сахарный диабет не исключение. Профилактика заболеваний и медицинские осмотры необходимы в любом возрасте и при любом самочувствии.

Сахарный диабет (СД) — хроническое заболевание, при котором организм утрачивает способность нормально усваивать глюкозу, и уровень её в крови повышается. Нарушения обмена веществ при СД приводят к нарушению функций глаз, почек, нервной и сердечно-сосудистой систем.

Выделяют 2 основных типа сахарного диабета:

СД 1 типа сопровождается разрушением клеток поджелудочной железы и резким снижением выработки инсулина.

При СД 2 типа инсулин вырабатывается, но клетки к нему не чувствительны. Подавляющее большинство случаев сахарного диабета (около 95%) относится ко 2 типу. Причём почти половина людей, страдающих этим заболеванием, не знают о нём.

Сахарный диабет развивается медленно. В течение 5 или даже 10 лет симптомы заболевания могут быть неявными или вовсе отсутствовать. Однако и на этапе предболезни (предиабета) значительно повышается риск не только развития СД 2 типа, но и диабетических осложнений.

СД 2 типа развивается у 25% пациентов с предиабетом в течение 3-5 лет, в течение жизни предиабет трансформируется в СД 2 типа примерно у 70% пациентов.

У 35% пациентов с впервые установленным диагнозом сахарного диабета 2 типа уже наблюдаются сопутствующие осложнения, такие как поражения глаз, почек, нервной системы, сосудов, сердца и головного мозга.

Предиабет — это нарушение углеводного обмена, при котором уровень сахара в крови повышен, но недостаточно для постановки диагноза «сахарный диабет». Предиабет включает любое из нарушений:

Главным фактором риска СД 2 типа и предиабета является избыточная масса тела и ожирение.

К другим факторам риска относятся:

- Возраст старше 45 лет.
- Семейный анамнез СД (родители или братья/сестры с СД 2).
- Нарушенная толерантность к глюкозе или нарушенная гликемия натощак в анамнезе.
- Гестационный сахарный диабет или рождение крупного плода в анамнезе.
- Артериальная гипертензия ($\geq 140/90$ мм рт.ст. или медикаментозная антигипертензивная терапия).
- Привычно низкая физическая активность.
- Холестерин ЛВП $\leq 0,9$ ммоль/л и/или уровень триглицеридов $\geq 2,82$ ммоль/л.
- Синдром поликистозных яичников.
- Наличие сердечно-сосудистых заболеваний.

Для выявления ранних нарушений углеводного обмена рекомендуется хотя бы раз в год проходить профилактический медицинский осмотр или диспансеризацию, особенно людям с факторами риска СД 2 типа.

К счастью, предиабет — обратимое состояние. Основой профилактики и лечения ранних нарушений углеводного обмена является изменение образа жизни. Наиболее эффективными являются контроль массы тела, здоровое питание и регулярная физическая активность. Потеря всего лишь 5-10% от исходного веса может существенно улучшить контроль уровня глюкозы в крови. При этом не рекомендуются строгие ограничительные диеты и быстрое снижение веса. Уровень снижения суточной калорийности и правила питания следует обсудить с врачом.

Ю. СТЕЦУК,

врач-эндокринолог, заместитель главного врача Солнечной районной больницы



От всей души поздравляем детей военного времени:

Пономарёва Григория Михайловича с 91-летием!

Шилоносову Надежду Ивановну (п. Джамку) с 93-летием!

Желаем бодрости духа, крепкого здоровья, мира, добра и больше радостных дней.

Солнечная районная организация ветеранов (пенсионеров) войны и Труда

От всей души поздравляем

Скрипко Валентину Михайловну с юбилеем!

Пусть две волшебные пятёрки принесут вам удачу, процветание и счастье. Пусть здоровье никогда вас не подводит, на душе царят мир, гармония и любовь. Желаем вам творческих успехов и уверенности в себе.

Мы очень рады делать вместе с вами одно дело. Будьте счастливы.

Коллектив отдела культуры администрации Солнечного муниципального района

СТРОКИ БЛАГОДАРНОСТИ

Как приятно приходить в библиотеку посёлка Горный, где нас встречает библиотекарь Маргарита Анатольевна Кузьмина!

3 ноября в рамках Всероссийской акции «Ночь искусств» прошли краеведческие посиделки «Корни и традиции нашего края», с приготовлением и дегустацией нанайских блюд. На мероприятии собрались люди разных возрастов. Рассказ библиотекаря о самарах был обширным и сопровождался показом роликов из архива библиотеки. Мы увидели: внучку Кондонского шамана, рассказывающую о сопке Спящий дракон; Камлающего шамана из села Верхняя Эконь; Театрализованную сказку «Непослушный Пито». Очень интересно было услы-

шать сказку на нанайском языке «Птичка» в исполнении Александры Уксуменко одной из представительниц нанайского народа.

Народные игры, танцы, обряды. Вечер стал для нас открытием в мир этой культуры. Кульминационным моментом всего мероприятия стало приготовление нанайских блюд (картофельная тала и десерт «Солима с лепёшкой из тасимы») в котором все дружно принимали активное участие. Попробовав непривычные и необычные для нас блюда, мы как будто окунулись в бесхитростный быт этого народа. Это мероприятие представило нам возможность понять, что в единстве культур — сила нашего народа. Только зная и по-

нимая других людей, не похожих на нас мы будем более толерантно к ним относиться.

От лица всех собравшихся на посиделки хотим поблагодарить Маргариту Анатольевну за этот познавательный вечер. Как было здорово! Мероприятия, проводимые Маргаритой Анатольевной всегда интересные, познавательные, занимательные и творческие. Они заряжают нас оптимизмом, хорошим настроением. Поэтому нам хочется пожелать ей здоровья, счастья, оставаться такой же зажигалочкой — от которой загорается, и мы! Огромное Вам спасибо!

Л. МУРАДОВА и все присутствующие на мероприятии

НОВОСТИ ПРАВИТЕЛЬСТВА ХАБАРОВСКОГО КРАЯ

Поисковики из Хабаровска

Команда Хабаровского регионального отделения «Поискового движения России» завершила двухнедельную поисково-исследовательскую экспедицию в районе хутора Венцы Клетского района Волгоградской области. Целью экспедиции был поиск останков бойцов 205-й стрелковой дивизии, погибших летом 1942 года в ожесточённых боях за плацдарм на правом берегу Дона.

205-я стрелковая дивизия была сформирована в октябре 1941 года в посёлке Красная Речка под Хабаровском. Её численность превышала 11,8 тысячи человек. Прибыв в конце июля

завершили полевой этап работ в Волгоградской области

1942 года под Сталинград, дивизия за две недели боёв понесла большие потери и была практически полностью уничтожена. В живых остались лишь несколько сотен человек, продолживших сражаться в других соединениях фронта.

В ходе экспедиции обнаружены останки 13 бойцов, 12 из них фрагментированные. Были найдены 2 медальона. Также проведена разведка местности на следующий год. Помимо останков участники экспедиции нашли личные вещи солдат. Эти артефакты в скором времени пополнят фонды школьных, районных и краевых музеев. Сейчас

поисковикам предстоит подготовить выставки и лекции, посвящённые истории дивизии, а также продолжить работу по установлению имён погибших бойцов.

Экспедиция проводилась в рамках реализации проекта «Они сражались за Родину» с использованием финансовой поддержки комитета по внутренней политике правительства Хабаровского края при софинансировании Фонда президентских грантов.

Пресс-служба губернатора и правительства Хабаровского края

Уважаемые жители Солнечного округа!

Фонд «Помогаем» готовит для бойцов СВО сухие супы, сиропы из ягод. Если у кого-то есть возможность поделиться своим урожаем для фонда будем очень рады.

Телефон для контакта: 8 (909) 899-18-89

ОСТОРОЖНО, МОШЕННИКИ!

Врио начальника ОМВД России по Солнечному району И. С. Камнева сообщает, что в последнее время участились случаи взаимодействия мошенников с детьми, которые ввиду психологической незрелости ещё в большей степени становятся лёгкой мишенью последних, лишая родителей с таким трудом заработанных денег. Таким образом, уважаемые взрослые проводите психологическую работу со своими детьми.

Нежелательный контакт: как обезопасить ребёнка от общения с незнакомцами в сети

Одна из самых больших опасностей в сети — люди, которые по разным причинам могут представлять угрозу для здоровья или психики ребёнка. Нежелательным контактом называется любое общение в Интернете, создающее конфликтную ситуацию или обстоятельства, при которых ребёнку может быть причинён вред.

Также в сети ребёнок может столкнуться с опасными или неуместными материалами, способными расстроить, напугать или обидеть его.

Кто представляет в Интернете наибольшую угрозу

Тролли и агрессоры. Интернет-травля иногда носит организованный характер, когда группа обидчиков координирует свои действия и может даже иметь единый «центр управления».

Шантажисты. Если информация или материалы личного характера попадают в руки к злоумышленникам, они могут использовать их для шантажа своей жертвы.

Вербовщики. Эти люди ищут среди пользователей сети тех, кого смогут приобщить к каким-то определённым идеям, группам или движениям, зачастую носящим криминальный или экстремистский характер.

Педофилы. Входят в доверие к ребёнку, иногда маскируясь в Интернете под другого ребёнка. Обманом навязывают ему встречу или заставляют его присылать материалы интимного характера.

Опасайтесь сами и предупредите ребёнка об опасности, если контакт в Интернет задаёт много вопросов о его личной жизни, просит об одолжениях в обмен на что-либо, делает комментарии личного или интимного характера, настаивает на личной встрече.

Как избежать нежелательных контактов в Интернет?

Уберите учётные записи детей из публичного доступа. Договоритесь с детьми, какие данные они могут публиковать в Интернет, а какие нет. Например, фотографии, место жительства, учёбы и т.д.

Лучший способ избежать опасного общения в сети — заблокировать человека, который пытается контактировать с ребёнком и пожаловаться на его аккаунт администрации соцсети.

Если вы поймёте, что преследование ребёнка со стороны незнакомых лиц, его травля или вовлечение в депрессивно-суицидальный контент не прекращаются, а все возможные меры помощи исчерпаны, следует:

сменить аккаунт ребёнка, мобильное устройство и номер его телефона.

Желательно на какое-то время полностью изъять ребёнка из информационно-телекоммуникационной среды, исключив её влияние (например, пойти с ребёнком в поход на несколько дней, где не будет зоны покрытия сети Интернет).

Объяснить, что «виртуальные друзья» должны оставаться виртуальными, но если ребёнок хочет встретиться с кем-либо из них, то вы хотели бы, чтобы он делал это с вашего разрешения.

Что делать, если ребёнок попал в опасную ситуацию?

Сохраняйте спокойствие и заверьте ребёнка, что его никто не собирается ругать. Дайте ребёнку понять, что он всегда сможет обсудить с вами любой вопрос, не боясь наказания или критики.

Не лишайте ребёнка доступа в Интернет. Это может быть воспринято как наказание, и в дальнейшем ребёнок не захочет рассказывать вам о своих проблемах.



ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ

от 1 405 000₽

**единовременно при
заключении контракта**

от 210 000₽ до 400 000₽

**ежемесячное денежное
довольствие в зоне
СВО**

ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ: 122 ДОБРОВОЛЕЦ27. РФ

**Понедельник, 17 ноября**

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости
09.10 Модный приговор 0+
10.00 Жить здорово! 16+
10.50, 12.10 **«Легенда о самбо» 12+**
12.55 **«Вокзал для двоих» 12+**
15.25, 16.30 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России 2025 г. Этап IV. Произвольная программа 0+
17.15 Давай поженимся! 16+
18.05 Мужское/Женское 16+
19.15 Время покажет 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.45 **«Враг у ворот» 16+**
22.45 Большая игра 16+
23.45 Время героев 16+
00.45, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

Вторник, 18 ноября

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости
09.05 Модный приговор 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 12.05, 14.55, 16.20 Время покажет 16+
12.50, 18.20, 19.15, 22.50 Большая игра 16+
16.40 Давай поженимся! 16+
17.30 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.45 **«Враг у ворот» 16+**
23.50, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

Среда, 19 ноября

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости
09.05 Модный приговор 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 12.05, 14.55, 16.20 Время покажет 16+
12.50, 18.20, 19.15, 22.50 Большая игра 16+
16.40 Давай поженимся! 16+
17.30 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.45 **«Враг у ворот» 16+**
23.50, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

Четверг, 20 ноября

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 16.00, 19.00, 03.00 Новости
09.05 Модный приговор 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 12.05, 14.55, 16.20—Время покажет 16+
12.50, 18.20, 19.15, 22.50 Большая игра 16+
16.40 Давай поженимся! 16+
17.30 Мужское/Женское 16+
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
21.45 **«Враг у ворот» 16+**
23.50 **«Фурия танца» 12+**
00.50, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

Пятница, 21 ноября

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.15 Модный приговор 0+
10.05 Жить здорово! 16+
10.55, 12.05, 13.45 Время покажет 16+
12.40, 16.50 Большая игра 16+
15.05 Давай поженимся! 16+
15.55 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Человек и закон 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
21.45 Спецпроект. 30 лет вместе 16+
00.05 **«История моей жены» 16+**
02.55 Подкаст.Лаб 16+
04.45 Голос. Дети. Новый сезон. Прямой эфир 0+

Суббота, 22 ноября

06.55 Доброе утро. Суббота 12+
09.00 Умницы и умники 12+
09.45 Слово пастыря 0+

10.00, 12.00 Новости
10.15 **«Фурия танца» 12+**
11.10 Вспомнить всё 12+
12.15 Поехали! 12+
13.10 Спецпроект. 30 лет вместе 16+

15.30 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России 2025 г 0+
16.55 Кто хочет стать миллионером? 12+
18.00 Вечерние новости
18.20 Сегодня вечером 16+
21.00 Время
21.35 Голос. Дети. Новый сезон 0+
23.40 Команды 16+
00.40 «Луна-первый телевизор» 18+
02.35 Подкаст.Лаб 16+

Воскресенье, 23 ноября

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10 Играй, гармонь любимая! 12+
06.55 Часовой 12+
07.25 Здоровье 16+
08.30 Золотая коллекция Союзмультфильма 0+
09.10 Непутевые заметки 12+
09.30 Мечталлион. Национальная Лотерея 12+
10.15 Жизнь своих 12+
11.05 Повара на колесах 12+
12.15 Будем жить! 16+
13.10 Видели видео? 0+
14.35 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России 2025 г. Этап V. Короткая программа. Заключительный этап 0+
16.10 Праздничный концерт ко Дню работника транспорта 12+
18.00 Вечерние новости
19.00 **«Две звезды» 12+**
21.00 Время
23.00 «Приговор» 16+
00.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1**Понедельник, 17 ноября**

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 02.15, 03.30 **«Каменская» 16+**
17.00 Малахов 16+
21.30 **«Тайны следствия» 16+**
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

Вторник, 18 ноября

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 02.15, 03.30 **«Каменская» 16+**
17.00 Малахов 16+
21.30 **«Тайны следствия» 16+**
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

Среда, 19 ноября

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 02.15, 03.30 **«Каменская» 16+**
17.00 Малахов 16+
21.30 **«Тайны следствия» 16+**
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

Четверг, 20 ноября

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30, 02.15, 03.30 **«Каменская» 16+**

17.00 Малахов 16+
21.30 **«Тайны следствия» 16+**
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

Пятница, 21 ноября

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 Вести
09.30, 11.30, 21.10 Вести. Местное время
09.55 О самом главном 12+
12.00, 18.00 60 минут 12+
14.30 **«Каменская» 16+**
17.00 Прямой эфир 16+
21.30 Ну-ка, все вместе! 12+
00.25 Истории Большой Страны 12+
01.25 **«Бумажный самолётик» 12+**

Суббота, 22 ноября

05.00 Утро России. Суббота 12+
08.00 Вести. Местное время. Суббота
08.35 По секрету всему свету 12+
09.00 Формула еды 12+
09.25 Пятеро на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
11.30 Наши. Военкоры 12+
12.00 Доктор Мясников 12+
13.00 Большие перемены 12+
14.35 Горячий лед. Фигурное катание. Гран-при России 2025 г. Этап V. Короткая программа. Заключительный этап 0+
14.50 Юморина-2025 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 **«Между голосом и эхом» 16+**
00.50 **«ЗАГС» 12+**

Воскресенье, 23 ноября

05.25, 01.40 **«Посторонняя» 12+**
07.20 В кругу друзей 12+
08.00 Вести. Местное время. Воскресенье
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 14.00 Вести
11.30 Наши. Военкоры 12+
12.00 Доктор Мясников 12+
13.00 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+
14.30 Вести. Местное время
15.00 «Измайловский парк». Большой юмористический концерт 16+
17.00, 19.00 Песни от всей души 12+
18.00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» 12+
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин 16+
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

**Понедельник, 17 ноября**

04.55, 08.25, 10.35 **«Морские дьяволы. Смерч» 16+**
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **«Акушер» 16+**
22.15, 00.00 **«Скорая помощь» 16+**
02.45 **«Уличное правосудие» 16+**

Вторник, 18 ноября

05.00, 08.25, 10.35 **«Морские дьяволы. Смерч» 16+**

06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **«Акушер» 16+**
22.15, 00.00 **«Скорая помощь» 16+**
01.55 **«Уличное правосудие» 16+**

Среда, 19 ноября

05.00, 08.25, 10.35 **«Морские дьяволы. Смерч» 16+**
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **«Акушер» 16+**
22.15, 00.00 **«Скорая помощь» 16+**
01.55 **«Уличное правосудие» 16+**

Четверг, 20 ноября

05.00, 08.25, 10.35 **«Морские дьяволы. Смерч» 16+**
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 Сегодня
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 **«Акушер» 16+**
22.15, 00.00 **«Скорая помощь» 16+**
00.50 Поздняков 16+
01.05 Мы и наука. Наука и мы 12+
02.05 **«Подозрение» 16+**

Пятница, 21 ноября

05.00, 11.05 **«Морские дьяволы. Смерч» 16+**
06.30 Утро. Самое лучшее 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня
08.25 Мои университеты. Будущее за настоящим 6+
09.25, 10.35 **«Морские дьяволы» 16+**
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 Жди меня 12+
20.00 **«Акушер» 16+**
22.15 «Звезды». Новый сезон 16+
00.00 Своя правда 16+
02.00 Уроки русского 12+
02.30 Квартирный вопрос 0+
03.20 **«Шоковая терапия» 16+**

Суббота, 22 ноября

04.50 **«Беглецы» 16+**
06.20 Жди меня 12+
07.20 Смотр 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
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 Сатья 16+
14.00 Секрет на миллион. Алексей Глызин 16+
16.20, 02.05 ЧП. Расследование 16+
17.00 Своя игра 0+
18.00 Скандалы. Интриги. Расследования 16+
18.50 Ты не поверишь! 16+
20.00 Центральное телевидение 16+
21.00 Bravo! Бис! 12+
23.55 «Ч.Т.Д» 16+
00.25 Квартирник НТВ у Маргулиса. 16+
02.35 Дачный ответ 0+
03.30 **«Мертвые души» 16+**

Воскресенье, 23 ноября

05.00 **«Одиночка» 16+**
07.00 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20 У нас выигрывают! 12+

10.20 Первая передача 16+
11.00 Чудо техники 12+
12.00 Дачный ответ 0+
13.00 НашПотребНадзор 16+
14.00 Однажды... 16+
15.00 Своя игра 0+
16.20, 04.20 Человек в праве 16+
17.00 Следствие вели... 16+
18.00 Новые русские сенсации 16+
19.00 Итоги недели с Владимиром Чернышевым
20.20 Шоу Аватар. Новый сезон 12+
23.40 Звезды сошлись 16+
01.15 Основано на реальных событиях 16+

**Понедельник, 17 ноября**

07:00 Утро с Губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:55 Зеленый сад (0+)
10:30 Утро с Губернией повтор (0+)
11:30 **Яблочный спас. (16+)**
12:30 Слово веры 08.11.25 (12+)
12:50 Трудности перевода. (12+)
13:45 **Номер 1 (16+)**
15:35 Мы вместе (16+)
15:50 **Фронт. (16+)**
17:55 Жить легко (16+)
19:00 Новости (16+)
19:40 Место происшествия (16+)
19:45 Говорит Губерния (16+)
20:45 Место происшествия (16+)
20:50 Новости (16+)
21:35 Место происшествия (16+)
21:40 Говорит Губерния (16+)
22:40 Новости (16+)
23:20 Место происшествия (16+)
23:30 **Джобс. Империя соблазна (16+)**
01:50 Говорит Губерния (16+)
02:40 Новости (16+)
03:10 Место происшествия (16+)
03:15 Говорит Губерния (16+)
04:05 Новости (16+)
04:35 Говорит Губерния (16+)
05:25 **Фронт. (16+)**
06:15 Место происшествия (16+)
06:20 Новости (16+)

Вторник, 18 ноября

07:00 Утро с Губернией (0+)
09:00 Утро с Губернией Плюс (0+)
09:30 Жить легко (16+)
10:30 Утро с Губернией повтор (0+)
11:30 **Яблочный спас. (16+)**
12:25 Новости (16+)
13:05 Говорит Губерния (16+)
14:00 **Француз (16+)**
15:30 Новости ОТР (16+)
15:50 **Фронт. (16+)**
17:55 Жить легко (16+)
19:00 Новости (16+)
19:40 Место происшествия (16+)
19:45 Говорит Губерния (16+)
20:45 Можно я зайду 07.11.25 (16+)
21:05 Новости (16+)
21:50 Место происшествия (16+)
21:55 Говорит Губерния (16+)
22:55 Новости (16+)
23:35 Место происшествия (16+)
23:45 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
01:40 Говорит Губерния (16+)
02:30 Новости (16+)
03:00 Место происшествия (16+)
03:05 Говорит Губерния (16+)
03:55 Место происшествия (16+)
04:00 Новости (16+)
04:30 Место происшествия (16+)
04:35 Говорит Губерния (16+)
05:25 **Фронт. (16+)**
06:15 Место происшествия (16+)
06:20 Новости (16+)

Среда, 19 ноября

15:00 Российское кино. «Тропа». (16+)

15:30 Новости (16+)
15:50 Живи. Твори. Гори. (0+)
16:00 **Бомба. (16+)**
17:55 Жить легко (16+)
19:00 Новости (16+)
19:40 Место происшествия (16+)
19:45 Говорит Губерния (16+)
20:45 Место происшествия (16+)
20:50 Новости (16+)
21:35 Место происшествия (16+)
21:40 Говорит Губерния (16+)
22:40 Новости (16+)
23:20 Место происшествия (16+)
23:30 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
01:30 Место происшествия (16+)
01:35 Говорит Губерния (16+)
02:25 Новости (16+)
02:55 Место происшествия (16+)
03:00 Говорит Губерния (16+)
03:50 Место происшествия (16+)
03:55 Новости (16+)
04:25 Место происшествия (16+)
04:30 Говорит Губерния (16+)
05:20 Место происшествия (16+)
05:25 **Фронт. (16+)**
06:15 Место происшествия (16+)
06:20 Новости (16+)

Четверг, 20 ноября

07:00 Утро с Губернией (0+)
09:00 Утро с Губернией Плюс (0+)
09:30 Жить легко (16+)
10:30 Утро с Губернией повтор (0+)
11:30 **Яблочный спас. (16+)**
12:25 Новости (16+)
13:00 Говорит Губерния (16+)
14:00 Подводная война на Балтике 1 (16+)
15:40 Новости (16+)
16:00 **Бомба. (16+)**
16:55 **Бомба. (16+)**
17:55 Жить легко (16+)
19:00 Новости (16+)
19:40 Место происшествия (16+)
19:45 Политпрайм (16+)
20:45 Мы вместе 20.11.25 (16+)
20:55 Место происшествия (16+)
21:00 Новости (16+)
21:45 Место происшествия (16+)
21:50 Политпрайм (16+)
22:50 Мы вместе (16+)
23:00 Новости (16+)
23:40 Место происшествия (16+)
23:50 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
00:50 Новости (16+)
01:20 Политпрайм (16+)
02:15 Мы вместе (16+)
02:25 Новости (16+)
02:55 Место происшествия (16+)
03:00 Политпрайм (16+)
03:50 Место происшествия (16+)
03:55 Новости (16+)
04:30 Место происшествия (16+)
04:35 Подводная война на Балтике 1 (16+)
05:30 **Фронт. (16+)**
06:15 Место происшествия (16+)
06:20 Новости (16+)

Пятница, 21 ноября

07:00 Утро с Губернией (0+)
09:00 Жить легко (16+)
10:00 Школа здоровья (16+)
10:15 Мы вместе 20.11.25 (16+)
10:25 Утро с Губернией повтор (16+)
11:25 Что делает твоя жена. (16+)
12:25 Новости (16+)
13:05 Политпрайм (16+)
14:00 На рыбалку (16+)
14:30 Школа здоровья (16+)
15:30 Новости (16+)
15:50 Мы вместе 20.11.25 (16+)
16:00 **Бомба. (16+)**
17:55 Говорит Губерния (16+)
19:00 Новости (16+)

19:40 Место происшествия (16+)
19:45 Красная тревога. (16+)
20:50 Место происшествия (16+)
20:55 Новости (16+)
21:35 Место происшествия (16+)
21:40 Можно я зайду (16+)
22:00 **Три дня на любовь. (16+)**
00:00 Новости (16+)
00:40 Место происшествия (16+)
00:50 **Крыша мира. (16+)**
01:40 Новости (16+)
02:10 Мы вместе 20.11.25 (16+)
02:20 Место происшествия (16+)
02:25 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
04:10 Место происшествия (16+)
04:15 Новости (16+)
04:50 Место происшествия (16+)
04:55 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
05:45 Место происшествия (16+)
05:50 Новости (16+)
06:20 Место происшествия (16+)
06:25 Принцип движения. (12+)

Суббота, 22 ноября

07:00 Новости (16+)
07:35 На рыбалку (16+)
08:05 Зеленый сад (0+)
08:35 Слово веры (12+)
08:55 Школа здоровья (16+)
10:00 Жить легко (16+)
11:00 **Сезон любви. (16+)**
15:05 **Три дня на любовь. (16+)**
17:20 Живи. Твори. Гори. (0+)
17:30 Российское кино. «Тропа». (16+)
17:55 Магистраль (16+)
18:05 Можно я зайду (16+)
18:25 Место происшествия. Итоги недели (16+)
19:00 Новости недели (16+)
19:50 **Вне зоны доступа (12+)**
21:35 Новости недели (16+)
22:20 Место происшествия. Итоги недели (16+)
22:55 **Принцесса Монако (16+)**
00:55 Новости недели (16+)
01:35 Место происшествия. Итоги недели (16+)
02:00 **ВЛЮБЛЕННЫЕ ЖЕНЩИНЫ. (16+)**
03:45 Новости недели часть 1 (16+)
04:25 Красная тревога. (16+)
05:20 Место происшествия. Итоги недели (16+)
05:45 Слово веры (12+)
06:05 МОЯ БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ (12+)

Воскресенье, 23 ноября

07:00 Новости недели (16+)
07:40 Мы вместе 20.11.25 (16+)
07:50 Самый вкусный день. 38 - серия. (12+)
08:35 **Француз (16+)**
10:00 Новости недели (16+)
10:50 Жить легко (16+)
11:50 Школа здоровья (16+)
12:50 Чемпионат России по хоккею с мячом. Суперлига СКА - Нефтяник - Енисей (0+)
15:00 Новости недели (16+)
15:50 **Вне зоны доступа (12+)**
17:35 На рыбалку (16+)
18:05 **Крыша мира. (16+)**
19:00 Место происшествия. Итоги недели (16+)
19:30 **Заложница. (12+)**
23:05 Место происшествия. Итоги недели (16+)
23:40 На рыбалку (16+)
00:05 **Француз (16+)**
01:25 **Сезон любви. (16+)**
04:50 Место происшествия. Итоги недели (16+)
05:15 Новости недели (16+)
05:55 Мы вместе (16+)
06:05 Слово веры (12+)
06:25 Зеленый сад (0+)

**Понедельник, 17 ноября**

06.30, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+
07.25, 04.45 Давай разведёмся! 16+
08.25, 02.40 Тест на отцовство 16+
10.40, 23.25 «Понять. Простить» 16+
11.45, 00.25 «Порча» 16+
13.00, 01.20 «Знахарка» 16+
13.35, 01.45 «Верну любимого» 16+
14.10, 02.15 «Голоса ушедших душ» 16+
14.45 «Слёзы осушит ветер» 16+
19.00 «Угрошение укротительницы» 16+
04.20 6 кадров 16+

Вторник, 18 ноября

06.30, 05.55 По делам несовершеннолетних 16+
07.30, 05.05 Давай разведёмся! 16+
08.30, 02.45 Тест на отцовство 16+
10.45, 23.30 «Понять. Простить» 16+
11.50, 00.30 «Порча» 16+
13.05, 01.25 «Знахарка» 16+
13.40, 01.50 «Верну любимого» 16+
14.15, 02.20 «Голоса ушедших душ» 16+
14.50 «Ты снимишь мне» 16+
19.00 «Сердце купидона» 16+
04.25 6 кадров 16+

Среда, 19 ноября

06.30, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+
07.50, 04.45 Давай разведёмся! 16+
08.50, 02.40 Тест на отцовство 16+
11.05, 23.25 «Понять. Простить» 16+
12.15, 00.25 «Порча» 16+
13.20, 01.20 «Знахарка» 16+
13.55, 01.45 «Верну любимого» 16+
14.30, 02.15 «Голоса ушедших душ» 16+
15.05 «Дети ветра» 16+
19.00 «Моя сотая свадьба» 16+
04.20 6 кадров 16+

Четверг, 20 ноября

06.30, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+
07.30, 04.45 Давай разведёмся! 16+
08.30, 02.35 Тест на отцовство 16+
10.45, 23.15 «Понять. Простить» 16+
11.50, 00.20 «Порча» 16+
13.00, 01.15 «Знахарка» 16+
13.35, 01.40 «Верну любимого» 16+
14.10, 02.10 «Голоса ушедших душ» 16+
14.45 «От любви до любви» 16+
19.00 «Сомнения и прощение» 16+
04.15 6 кадров 16+

Пятница, 21 ноября

06.30 По делам несовершеннолетних 16+
07.30, 05.20 Давай разведёмся! 16+
08.30, 03.10 Тест на отцовство 16+
10.45, 00.00 «Понять. Простить» 16+
11.55, 01.00 «Порча» 16+
13.00, 01.50 «Знахарка» 16+
13.35, 02.20 «Верну любимого» 16+
14.10, 02.45 «Голоса ушедших душ» 16+
14.45 «Секреты Лизы» 16+
19.00 «Горький нектар» 16+
23.30 Уютное утро 16+
04.50 6 кадров 16+
06.10 «Я так долго ждал тебя» 16+

Суббота, 22 ноября

06.30, 05.55 «Я так долго ждал тебя» 16+
09.25 Ешь. Готовь. Худей! 16+
09.55 Уютное утро 16+
10.25 «Прости меня, моя любовь» 16+
14.55 «Моя чужая семья» 16+
19.00 «Пока прошлое не разлучит нас» 16+
23.30 «Груз прошлого» 16+
02.55 «Дети ветра» 16+

Воскресенье, 23 ноября

06.30 «Я так долго ждал тебя» 16+
09.00, 09.30 Метод Рогова 16+
10.05 Пять ужинов 16+
10.20 «Ведь мы семья» 16+
14.45 «На разных берегах» 16+
19.00 «Два крыла» 16+
23.20 «Первая любовь» 16+
02.50 «Эффект Матроны» 16+
05.15 «Женский детектив» 16+

**Понедельник, 17 ноября**

06.30 Диалоги о животных 16+
07.15 Черные дыры. Белые пятна 16+
07.55 Невский ковчег. Теория невозможного 16+
08.25 «Очередной рейс» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 23.55 XX Век 16+
12.00, 17.45 «Самара. Особняк Ивана Клодта» 16+

12.45 Новости. Подробно. Арт 16+
13.00 «Почти смешная история» 0+
15.25 Агора. 16+
16.30 Передвижки. Владимир Шервуд 16+
17.15 «Князь Потёмкин. Свет и тени» 16+
18.15 Рассказы из русской истории 16+
19.45 Главная роль 16+
20.05 Правила жизни 16+
20.35 Спокойной ночи, малыши! 16+
20.50 «Михаил Бахтин. Философия поступка» 16+
21.35 Сати. Нескучная классика... 16+
22.20 «Настоящая война престолов» 16+
23.10 «Рассекреченная история» 16+
00.45 «Юркины рассветы» 16+
01.55 «Завтра не умрет никогда» 16+

Вторник, 18 ноября

06.30 Диалоги о животных 16+
07.20 Легенды мирового кино 16+
07.50, 22.20 «Настоящая война престолов» 16+
08.35 «Забытое ремесло» 16+
08.50, 00.45 «Юркины рассветы» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 23.55 XX Век 16+
12.00, 02.25 «Иркутск. Особняк Вторых» 16+
12.45 Новости. Подробно. Книжки 16+
13.00 Линия жизни 16+
14.05 «На всякого мудреца довольно простоты» 0+
15.45 Сати. Нескучная классика... 16+
16.30 Эрмитаж 16+
17.15 «Князь Потёмкин. Свет и тени» 16+
17.45 Одноактные балеты. «Айседора» 16+
18.45, 01.45 «Завтра не умрет никогда» 16+
19.45 Главная роль 16+
20.05 Правила жизни 16+
20.35 Спокойной ночи, малыши! 16+
20.50 Искусственный отбор 16+
21.35 Белая студия 16+
23.10 «Рассекреченная история» 16+

Среда, 19 ноября

06.30 Диалоги о животных 16+
07.20 Легенды мирового кино 16+
07.50, 13.30, 22.20 «Настоящая война престолов» 16+
08.35, 16.10 «Забытое ремесло» 16+
08.55, 00.45 «Юркины рассветы» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 23.55 XX Век 16+
12.00, 02.25 «Пятигорск. Кофейня Гукасова» 16+
12.45 Новости. Подробно. Кино 16+
13.00, 23.10 «Рассекреченная история» 16+
14.15 «На всякого мудреца довольно простоты» 0+
15.30 Белая студия 16+
16.30 Библиейский сюжет 16+
17.15 «Князь Потёмкин. Свет и тени» 16+
17.45 «Кармен-сюита» 16+
18.45, 01.45 «Завтра не умрет никогда» 16+
19.45 Главная роль 16+
20.05 Правила жизни 16+
20.35 Спокойной ночи, малыши! 16+
20.50 Абсолютный слух 16+
21.35 Власть факта 16+

Четверг, 20 ноября

06.30 Диалоги о животных 16+
07.20 Покер эпохи 16+
07.50, 13.30 «Настоящая война престолов» 16+
08.35, 16.10 «Забытое ремесло» 16+
08.55, 01.00 «Юркины рассветы» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 23.55 XX Век 16+
12.00, 02.25 «Пятигорск. Кофейня Гукасова» 16+
12.45 Новости. Подробно. Кино 16+
13.00, 23.10 «Рассекреченная история» 16+
14.15 «На всякого мудреца довольно простоты» 0+
15.30 Белая студия 16+
16.30 Библиейский сюжет 16+
17.15 «Князь Потёмкин. Свет и тени» 16+
17.45 «Кармен-сюита» 16+
18.45, 01.45 «Завтра не умрет никогда» 16+
19.45 Главная роль 16+
20.05 Правила жизни 16+
20.35 Спокойной ночи, малыши! 16+
20.50 Абсолютный слух 16+
21.35 Власть факта 16+

Пятница, 21 ноября

06.30 Диалоги о животных 16+
07.20 Легенды мирового кино 16+
07.45 «Могучий мститель злых обид» 16+
08.35 «Забытое ремесло» 16+
08.50 «Юркины рассветы» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры 16+
10.15 «Алеша Птицын вырабатывает характер» 0+
11.25 XX Век 16+
13.00 Открытая книга. Артём Рогован. «Как слышно» 16+
13.30 «Настоящая война престолов» 16+
14.15 «Без вины виноватые» 6+

Суббота, 22 ноября

06.30 Диалоги о животных 16+
07.20 Легенды мирового кино 16+
07.45 «Могучий мститель злых обид» 16+
08.35 «Забытое ремесло» 16+
08.50 «Юркины рассветы» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 23.55 XX Век 16+
12.00, 17.45 «Самара. Особняк Ивана Клодта» 16+

15.50 Энигма. 16+
16.30 Письма из провинции 16+
17.30 Царская ложа 16+
18.10 «Непростой простой из Крокодила». Герман Огородников» 16+
18.40, 01.55 Искатели 16+
19.45 «Театр Наталии Сац. RE-конструкция» 16+
20.40 Линия жизни 16+
21.40 «Карусель» 16+
22.55 2 Верник 2 16+
00.05 «Генерал Делла Ровере» 16+
02.40 Мультфильмы 16+

Суббота, 22 ноября

06.30 Мультфильмы 16+
07.35 «Карусель» 16+
08.45 Мы-грамотей! 16+
09.30 Кино о кино 16+
10.10 «Молодая гвардия» 16+
11.35 Земля людей. 16+
12.05 Черные дыры. Белые пятна 16+
12.45, 00.55 «Мореми-царство бегемотов» 16+
13.45 Рассказы из русской истории 16+
15.15 «Барышня-крестьянка» 0+
17.00 Большая опера 16+
18.40 «Операция «Реставрация» и другие тайны московских усадеб» 16+
19.30 Новости культуры 16+
19.45 «Запомните меня такой» 12+
22.00 Агора. 16+
23.00 «Гремучая змея» 16+
01.50 Искатели 16+
02.35 Мультфильмы 16+

Воскресенье, 23 ноября

06.30 Мультфильмы 16+
07.00 «Запомните меня такой» 12+
09.15, 00.25 Диалоги о животных 16+
09.55 Больше, чем любовь 16+
10.35 «Молодая гвардия» 16+
11.55 Неизвестные маршруты России 16+
12.35 Невский ковчег. Теория невозможного 16+
13.05 Игра в бисер 16+
13.45 «Элементы» с Ольгой Мусаковой» 16+
14.15 Майя Плисецкая и Александр Богатырев в балете П.И.Чайковского «Лебединое озеро» 16+
16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком 16+
17.10 Пешком... 16+
17.40 Романтика романа 16+
18.30 «Арнольд Дейч. Последняя легенда» 16+
19.30, 19.45 Новости культуры 16+
20.25 Николай Добронравов....Надо жить на свете ярко! Концерт. 2018 г. 16+
22.40 «Зеркало» 12+
01.05 «Барышня-крестьянка» 0+

Понедельник, 17 ноября

06.00 Настроение 12+
08.10 Смех, дрожь и видео 16+
08.45 «Участок № 13» 16+
10.45, 00.30 Петровка, 38 16+
10.55 Городское собрание 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 События
11.55 «Соколова подозревает всех» 12+
13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.55 Город новостей 16+
15.05, 02.45 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.10 «В тени больших чисел. По следу дождя» 16+
22.35 Специальный репортаж 16+
23.05 Знак качества 16+
00.45 «Тайная комната» 16+
01.25 «Страсти на съёмочной площадке» 16+
02.05 «Следствие ведет КГБ» 16+
04.15 «Жесткий романтик» 16+
05.30 Тайна песни 16+

Вторник, 18 ноября

06.00 Настроение 12+
08.15 Доктор И... 16+
08.40 «Участок № 13» 16+
10.40, 04.15 «Потому что люблю» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50 «Соколова подозревает всех» 12+
13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05, 02.45 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.10 «В тени больших чисел. Улики из будущего» 16+
22.35 Закон и порядок 16+
23.10 «Привычка разводиться» 16+
00.00 События. 25-й час 00.30 Петровка, 38 16+
00.45 «Русские тайны» 18+
01.25 Хроники московского быта 16+
02.05 «Дорогие товарищи» 16+
05.35 Тайна песни 16+

Среда, 19 ноября

06.00 Настроение 12+
08.15 Доктор И... 16+
08.40 «Участок № 13» 16+
10.40, 04.20 «Не будем полагаться на случай» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.55 «Соколова подозревает всех» 12+
13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05, 02.45 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.10 «В тени больших чисел. Улики из будущего» 16+
22.35 Закон и порядок 16+
23.10 «Привычка разводиться» 16+
00.00 События. 25-й час 00.30 Петровка, 38 16+
00.45 «Русские тайны» 18+
01.25 Хроники московского быта 16+
02.05 «Дорогие товарищи» 16+
05.35 Тайна песни 16+

Четверг, 20 ноября

06.00 Настроение 12+
08.15 Доктор И... 16+
08.40 «Участок № 13» 16+
10.40, 04.20 «Не будем полагаться на случай» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.55 «Соколова подозревает всех» 12+
13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05, 02.45 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.15 Доктор И... 16+
18.40 «Участок № 13» 16+
20.00 События. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05, 02.50 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.15 «В тени больших чисел. Остановись, мгновенье!» 16+
22.35 Хватит слухов! 16+
23.05 Прощание 16+
00.00 События. 25-й час 00.30 Петровка, 38 16+
00.45 Хроники московского быта 16+
01.30 Знак качества 16+
02.10 Мифы о еде 16+
05.30 Тайна песни 16+

Четверг, 20 ноября

06.00 Настроение 12+
08.15 Доктор И... 16+
08.40 «Участок № 13» 16+
10.40, 04.20 «Магия танца» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.55 «Соколова подозревает всех» 12+
13.45, 05.00 Мой герой 12+
14.55 Город новостей 16+
15.05, 02.50 «Некрасивая подружка» 16+
17.00, 23.05 Актерские драмы 16+
18.15 «В тени больших чисел. Знаки» 16+
22.35 10 самых... 16+
00.00 События. 25-й час 00.30 Петровка, 38 16+
00.45 «Настоящий детектив» 16+
01.25 «Русские тайны» 16+
02.10 «Назад в СССР» 16+
05.30 Смех, дрожь и видео 16+

Пятница, 21 ноября

06.00 Настроение 12+
08.20 «Жизнь под чужим солнцем» 12+
10.20, 11.55 «Почтальонша. Зеркало и балерина» 16+
11.30, 14.30, 17.50 События
12.35 «Почтальонша. Похищенное письмо» 16+
14.50 Город новостей 16+
15.05, 03.50 «Некрасивая подружка» 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.15 «С новым счастьем!» 16+
20.05 «Беглянка» 16+
22.00 В центре событий 16+
23.05 «Русские тайны» 16+
23.55 «Тайная комната» 16+
00.35 Петровка, 38 16+
00.50 «В тени больших чисел. По следу дождя» 16+
05.20 «Назад в СССР» 16+
05.55 Закон и порядок 16+
06.25 10 самых... 16+

Суббота, 22 ноября

06.50 Православная энциклопедия 6+
07.15 «Беглянка» 16+
08.55 Здоровый смысл 16+
09.30, 05.25 Смех, дрожь и видео 16+
10.05 Мифы о еде 16+
10.55 Просто & вкусно 6+
11.30, 14.30, 23.35 События
11.50 Смешите меня семеро 16+
12.40 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+
13.15, 14.50 «Настоящий папа» 16+
17.15 «Уроки химии. Парфюмер» 16+
19.05 «Уроки химии. Заветное желание» 16+
21.00 Постскриптум 16+
22.10 Право знать! 16+
23.45 «Суд истории. Нюрнберг» 16+
00.25 Прощание 16+
01.10 Специальный репортаж 16+
01.35 Хватит слухов! 16+
02.05, 02.45, 03.25, 04.05, 04.45 Актерские драмы 16+

Воскресенье, 23 ноября

05.50 «С новым счастьем!» 16+
07.20 «Входите, открыто!» 16+
10.55 Полезная программа 6+
11.30, 14.30, 00.25 События
11.50 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» 16+
12.20 «Евдокия» 12+
14.45 Хроники московского быта 16+
15.35 «Настоящий детектив» 16+
16.30 «Ванга» 16+
17.15 «Жених из хорошей семьи» 12+
20.55 «Забытый ангел» 12+
00.40 Петровка, 38 16+
00.50 «В тени больших чисел. Улики из будущего» 16+
03.45 «Назад в СССР» 16+
04.25 «Ирония судьбы Эльдара Рязанова» 16+
05.20 Смешите меня семеро 16+

Понедельник, 17 ноября

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.00, 06.45, 07.25, 09.30, 04.40 «Великопелная пятёрка» 16+
08.05 Фирменный рецепт 12+
08.40 Знание - сила 12+
09.40, 10.25, 11.20, 12.05 «Великопелная пятёрка» 16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25 «След» 16+
22.20 «Свои» 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

Вторник, 18 ноября

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.00, 06.45, 07.25, 09.30, 04.40 «Великопелная пятёрка» 16+
08.05 Фирменный рецепт 12+
08.40 Знание - сила 12+
09.40, 10.25, 11.20, 12.05 «Великопелная пятёрка» 16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25 «След» 16+
22.20 «Свои» 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

Среда, 19 ноября

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 06.00, 06.45, 07.25, 09.30, 04.40 «Великопелная пятёрка» 16+
08.05 Фирменный рецепт 12+
08.40 Знание - сила 12+
09.40, 10.25, 11.20, 12.05 «Великопелная пятёрка» 16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25 «След» 16+
22.20 «Свои» 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.25, 05.45, 06.25 «Великопелная пятёрка» 16+
07.10 «Великопелная пятёрка» 16+
08.05 Страна советов 16+
08.40 Знание - сила 12+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05 «Великопелная пятёрка» 16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25 «След» 16+
22.20 «Свои» 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

Среда, 19 ноября

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 Известия 16+
05.35, 06.10, 06.55, 07.40, 09.30 «Великопелная пятёрка» 16+
08.25 Стройнадзор 16+
09.35, 10.25, 11.15, 12.05 «Великопелная пятёрка» 16+
13.30, 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 18.55, 19.45, 20.35, 21.25 «След» 16+
22.20 «Свои» 16+
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+
00.30, 01.20, 02.05, 02.45, 03.25, 04.00 «Великопелная пятёрка» 16+

Четверг,



Понедельник, 17 ноября

05.25 «Тихая застава» 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир 16+
11.00 «Бог войны» 16+
12.00, 13.25 «Щит и меч» 12+
15.00 Военные новости 16+
15.05, 17.15, 04.30 «Разведчицы» 16+
18.50 Специальный репортаж 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 Скрытые угрозы 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 «Каменская» 16+
01.25 «Два бойца» 12+
02.40 «Шедевры военных музеев» 12+
04.20 «Сделано в СССР» 12+

Вторник, 18 ноября

05.25, 15.05, 17.15, 04.35 «Разведчицы» 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир 16+
11.00 «Бог войны» 16+
11.50, 18.50 Специальный репортаж 16+
12.00, 13.25 «Щит и меч» 12+
15.00 Военные новости 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 Улика из прошлого 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 «Каменская» 16+
01.20 «Максимка» 6+
02.35 «Уроки Донбасса» 16+
04.00 «Колониализм 2.0» 16+

Среда, 19 ноября

05.25, 15.05, 17.15, 04.35 «Разведчицы» 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир 16+
11.00 «Бог войны» 16+
11.50, 18.50 Специальный репортаж 16+
12.00 «Щит и меч» 12+
15.00 Военные новости 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 «Секретные материалы» 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 «Каменская» 16+
01.15 «Беспокойное хозяйство» 12+
02.40 «Уроки Донбасса» 16+
04.05 «Москва фронту» 16+
04.25 «Сделано в СССР» 12+

Четверг, 20 ноября

05.25, 15.05, 17.15 «Разведчицы» 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир 16+
11.00 «Бог войны» 16+

11.50, 18.50 Специальный репортаж 16+
12.05, 19.55 По горячим следам 16+
12.20, 13.25, 01.20 «Служили два товарища» 12+
15.00 Военные новости 16+
20.10 Код доступа 12+
22.45 Между тем 12+
23.15 «Каменская» 16+
02.55 «Свинарка и пастух» 12+
04.20 «Уроки Донбасса» 16+

Пятница, 21 ноября

05.45 «Разведчицы» 16+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.20 Ищу своих 12+
10.10 «Маршалы Сталина» 16+
11.05 «Аквапанги на дне» 6+
13.25 «Обжалованию не подлежит» 16+
14.20 Специальный репортаж 16+
14.35, 15.05, 17.15 «Снайпер-2. Тунгус» 16+
15.00 Военные новости 16+
19.40 «Загадки века» 16+
20.30 «Война миров» 16+
21.20 Специальный репортаж. Что русскому смешно... 16+
22.00 Здравствуйте, товарищи! 16+
23.30 Музыка+ 12+
00.35 «Метель» 12+
02.00 «Морской охотник» 12+
03.10 «Колониализм 2.0» 16+
03.50 «Хроника Победы» 16+
04.15 «Близнецы» 6+

Суббота, 22 ноября

05.40, 02.25 «Зеленые цепочки» 6+
07.20 «Ключи от неба» 12+
09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
09.15 Второе мнение 12+
09.45 СССР. Знак качества 12+
10.35 Не факт 12+
11.05 Мужики 16+
11.35 Легенды искусства. 12+
12.05 «Москва фронту» 16+
12.30 Любовь на линии огня 16+
13.20 «Земля, до востребования» 12+
16.40 «Калашников» 16+
19.25 «Петровка, 38» 12+
21.20 «Снайпер-2. Тунгус» 16+
01.05 «Внимание! Всем постам...» 12+
04.00 «Светлый путь» 12+

Воскресенье, 23 ноября

05.35 «По данным уголовного розыска...» 12+
06.50 «Калашников» 16+
09.00 Новости недели 16+
09.25 Служу России 12+
09.55 Военная приемка 12+
10.40 Легенды армии 12+
11.30 «Обжалованию не подлежит» 16+
12.20 «Война миров» 16+
13.10 Код доступа 12+
14.00 Улика из прошлого 16+
14.50 Скрытые угрозы 16+
15.40 «Секретные материалы» 16+

16.30 «Загадки века с Сергеем Медведевым» 12+
17.20 Специальный репортаж. Что русскому смешно... 16+
18.00 Главное 16+
19.40 «Легенды советского сыска» 16+
23.00 Фетисов. Ток-шоу 12+
23.55 «Суворов» 12+
01.50 «Земля, до востребования» 12+
04.20 «Колониализм 2.0» 16+
05.00 «Москва фронту» 16+

Понедельник, 17 ноября

05.00, 18.00, 01.35, 04.30 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, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Засекреченные списки 16+
17.00, 02.25 Тайны Чапман 16+
20.00 «Братья Систерс» 16+
22.15, 23.30 «Закатать в асфальт» 16+

Вторник, 18 ноября

05.00, 18.00, 01.15, 04.25 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
10.00 Совбез 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Документальный спецпроект 16+
17.00, 02.05 Тайны Чапман 16+
20.00 «Цикада 3301. Квест для хакера» 16+
21.55 100 вопросов обо всем 16+
23.30 «Искусство по понятиям» 18+

Среда, 19 ноября

05.00, 18.00, 01.40, 04.30 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 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 «Легенды и мифы» 16+
17.00, 02.25 Тайны Чапман 16+
20.00 «Ангел-хранитель» 16+
22.35 Безумные факты 16+
23.30 «Беги без оглядки» 18+

Четверг, 20 ноября

05.00, 18.00, 01.20, 04.25 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 Купи-продай 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Неизвестная история 16+
17.00, 02.10 Тайны Чапман 16+
20.00 «Гренландия» 16+
22.20 Момент в истории 16+
23.30 «Кресент-Сити» 18+

Пятница, 21 ноября

05.00, 18.00, 01.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 Тайны Чапман 16+
17.00 Главные тайны мира 16+
20.00 «Гениальное ограбление» 16+
22.10 «Перевозчик-3» 16+
00.10 «Идеальный побег» 18+

Суббота, 22 ноября

05.00, 02.10 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 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+
16.00 112 16+
16.55 Документальный спецпроект 16+
18.00 Засекреченные списки 16+
19.00 Добровольцы 16+
20.00 Победители 16+
21.30 «Братство волка» 16+
00.30 «Призраки войны» 18+

Воскресенье, 23 ноября

05.00, 23.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30 Новости 16+
08.55 Самая народная программа 16+
09.25 Знаете ли вы, что? 16+
10.25 Наука и техника 16+
11.30 «Легенды и мифы» 16+
12.55 Неизвестная история 16+
14.00 Купи-продай 16+
14.55 Безумные факты 16+
16.00 112 16+
16.55 «Механик» 16+
18.35 «Механик. Воскрешение» 16+
20.30 «Код-355» 16+
23.00 Итоговая программа 16+

ПРИГЛАШАЕМ НА ВОЕННУЮ
СЛУЖБУ ПО КОНТРАКТУДЕНЕЖНЫЕ ВЫПЛАТЫ ДЛЯ ГРАЖДАН,
ЗАКЛЮЧИВШИХ КОНТРАКТ В СОЛНЕЧНОМ РАЙОНЕ

400 000 Р выплата от Минобороны
1 000 000 Р выплата от Правительства Хабаровского края
210 000 Р от ежемесячная заработная плата

ОТ СОЛНЕЧНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

350 000 Р — единовременная выплата кандидату при заключении контракта

170 000 Р — премия ЛЮБОМУ по акции "ПРИВЕДИ ДРУГА"

в Вооружённые силы Российской Федерации

Звоните по телефону (WhatsApp):
8 924 918 28 05
8 914 374 59 94

Адрес: Хабаровский край, Солнечный район, р.п. Солнечный, ул. Ленина, д. 23

Реклама

Редакция реализует старые газеты оптом
сто штук (100 рублей).
Самовывоз.

Обращаться в здание администрации района
каб. 205 (2 этаж).

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

1. Знаменитый квартет из Ливерпуля. 5. Шумный успех премьеры. 9. Свой вклад в дело. 11. Уведомление о поступлении платежа. 12. Кровавопийца из народных поверий. 13. Процесс с участием шила и мыла. 14. Грустный лад в музыке. 15. Ягодка, что созрела в саду дяди Вани. 18. Учение о морали. 21. Секретные тезисы студента. 24. Ликвидная часть баланса. 27. Буря на море. 30. Любитель проводить часы в читальном зале. 32. Постельные принадлежности, которые выдаёт проводник в поезде дальнего следования. 37. Компромат, собранный в папку. 38. Полусонное состояние после сытного обеда. 39. Слоновья мера массы. 40. Мало значимая фигура в шахматах. 41. Стольный град с резиденцией батышки Лукашенко. 42. Древнее орудие метателя камней. 43. Крупа для детской каши, внешне похожая на стиральный порошок. 44. Бакалея или гастрономия в большом продовольственном магазине.

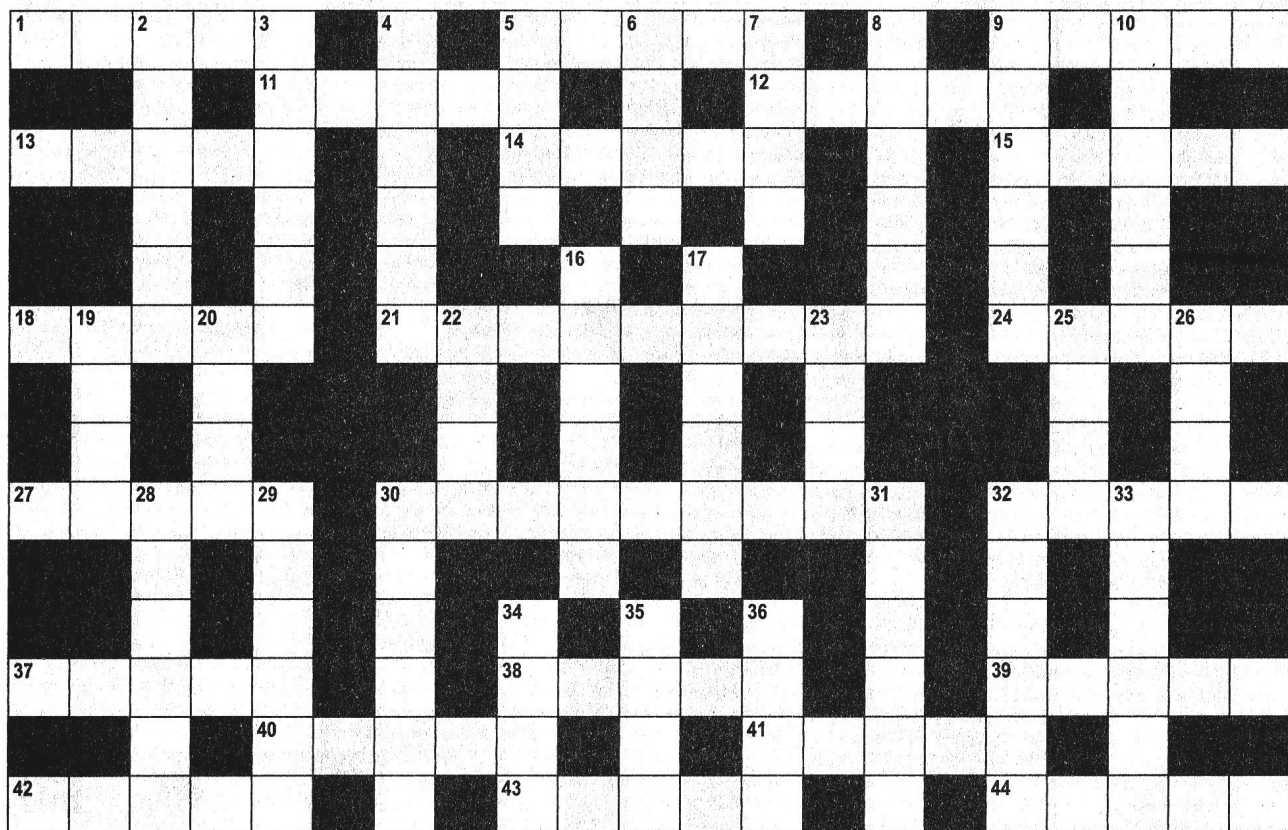
ПО ВЕРТИКАЛИ:

2. «Фабричный» певец, обладатель множества татуировок. 3. Всех достал своими разговорами. 4. Мелкий изюм без косточек. 5. Имя упрямого мальчишки из стиха. 6. Площадка для нокаута. 7. Микки в фильме «Рестлер». 8. Приобретённое умение. 9. Супруга хозяйина прайда. 10. Паста из печёнки. 16. Русалочка из диснеевского мультфильма. 17. Пёс, за которым бежали Бывалый, Трус и Балбес. 19. Речь до того, как чокнуться. 20. Остров Афродиты. 22. Масть дамы-злодейки. 23. Чета нобелевских лауреатов. 25. Стрижка кавказской пленницы. 26. Последний месяц первого полугодия. 28. Родина Утёсова и Бабеля. 29. Гетман Украины из поэмы Пушкина «Полтава» 30. Джеймс, снявшийся в «К-9». 31. Надпись на транспаранте. 32. Экранизировал «Собачье сердце». 33. Тёзка журналиста Парфенова. 34. Отец человечества. 35. Выдолбленная лодка. 36. Женщина, подарившая жизнь.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ
В НОМЕРЕ №44

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 4. Силос. 9. Металлист. 10. Волшебник. 11. Ключи. 13. Уокер. 14. Ивняк. 17. Муляж. 18. Чирок. 20. Макака. 24. Качалка. 26. Ундина. 29. Пора. 30. Сари. 31. Смазка. 32. Слиток. 33. Рукопожатие. 34. Паркет. 35. Самуил. 36. Караганда.

ПО ВЕРТИКАЛИ: 1. Белл. 2. Алхимик. 3. Пикуль. 4. Стружка. 5. Сверчок. 6. Алтарь. 7. Пеликан. 8. Гирия. 11. Крым. 12. Юрок. 15. Ньюни. 16. Кола. 19. Кардиолог. 21. Альманах. 22. Амазонка. 23. Аппарат. 24. Корикова. 25. Апартеид. 26. Унисекс. 27. Дифирамб. 28. Наводчик.



Сердце тушёное говяжье в сметане

Простое и доступное блюдо на любой вкус и кошелек! Говяжье сердце тушёное в сметане, если его правильно приготовить, будет иметь ничуть не худший вкус, чем полноценное мясо. С чесноком и зеленью, это блюдо получается очень вкусным, сочным и недорогим, на каждый день.

Ингредиенты:

Сердце говяжье — 500 гр.;
Лук — 1 шт.;
Вода — 300 мл.;
Сметана (20%) — 100 гр.;
Чеснок — 1 зуб.;
Растительное масло — 2 ст. л.;
Пшеничная мука (без горки) — 1 ст. л.;
Петрушка — 7 гр.;
Перец чёрный, молотый, — соль по вкусу.

Для начала подготовьте необходимые ингредиенты по списку. Сердце можете использовать свежее или замороженное. Конечно, свежий продукт предпочтительней, но его не всегда можно достать.

Говяжье сердце хорошенько промойте, залейте водой и оставьте на 2 часа, чтобы из него вышла вся кровь. Если в сердце много жирового слоя, можете срезать его. Затем воду слейте, а сердце нарежьте небольшими кусочками. Луковицу очистите и нарежьте полукольцами. Зелень мелко порубите. Помимо петрушки можете брать свою зелень по вкусу: укроп, кинзу. Чеснок очистите и мелко порубите или пропустите через пресс. В сковороде разогрейте растительное масло, выложите нарезанное сердце и лук. Лук при тушении размягчает мясные волокна и делает их нежнее и ароматнее. Влейте в сковороду 200 мл воды и доведите на сильном огне до кипения, снимая пену. Когда снимите всю пену, уменьшите огонь и тушите сердце при слабом кипении под крышкой 1-1,5 часа в зависимости от размера кусочков. Лук можете добавить уже после того, как снимите выделившуюся пену или совсем его не добавлять. Пока тушится сердце, сметану соедините с оставшейся водой и мукой и тщательно перемешайте до однородности. В таком разбавленном виде сметана не свернется комочками, а получится вкусный однородный соус. Если хотите, чтобы соуса было много, увеличьте количество воды и сметаны в 1,5 раза. Сердце посолите, поперчите. Можете по желанию добавить и другие специи по вкусу. Влейте в сковороду сметанную смесь и тщательно перемешайте. Тушите на медленном огне ещё около 8-10 минут до загустения соуса. В сковороду добавьте чеснок и петрушку. Прогрейте всё вместе, помешивая, пару минут. Готовое сердце уберите с огня. Можете подавать с любым гарниром.

<https://1000.menu/cooking/26171-serdce-govyaje-tushenoe>

Жареные куриные сердечки с луком на сковороде

Это идеальное блюдо, которое поможет разнообразить повседневное меню. Приготовить его не оставит никакого труда, справится даже новичок. А результат превзойдёт все ваши самые смелые ожидания.

Ингредиенты:

Куриные сердечки — 400 гр.;
Лук — 1 шт.;
Морковь — 1 шт.;
Растительное масло — 4 ст. л.;
Вода — 0,25 ст.;
Специи, перец чёрный молотый, зелень, соль по вкусу.

Подготовьте необходимые ингредиенты. С сердечек срежьте сосуды и лишний жир, если такие имеются. Лук и морковь почистите и ополосните в чистой воде. Морковь нарежьте небольшими кусочками, или колечками, как вам более нравится. Лук нарубите полукольцами или перьями. В сковороде с толстым дном и боками разогрейте растительное масло. Отправьте лук и морковь обжариваться. Если у вас морковь нарезана более крупно, то обжарьте сначала её около минуты, помешивая, а затем добавьте лук. Готовьте до появления золотистого оттенка и приятного запаха. Уберите лук и морковь со сковороды. Отправьте сердечки в сковородку, обжарьте на сильном огне несколько секунд. При необходимости долейте ещё немного масла. Влейте воду, посолите и добавьте любимые сухие специи по вкусу. После закипания нагрев убавьте до минимального, накройте сердечки крышкой и тушите на слабом огне около 20 минут. Затем крышку откройте, огонь увеличьте и выпарите всю оставшуюся жидкость. За это время сердечки дойдут до полной готовности. Влейте при необходимости немного масла и обжарьте их до нужной степени. Отправьте в сковороду лук и морковь, перемешайте. Посыпьте молотым перцем. Готово, можно подавать!

<https://1000.menu/cooking/39142-jarenje-kurinye-serdechki-s-lukom-na-skovorode>

УЧРЕДИТЕЛИ: Администрация Солнечного муниципального района Хабаровского края, Комитет по информационной политике и массовым коммуникациям Правительства Хабаровского края.
ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР: С.Н. БУРЛИНА
Адрес редакции, издателя: 682711, р.п. Солнечный Хабаровского края, ул. Ленина, 23, 2-й этаж.

Телефоны: редактора — (Тел./факс) 2-25-72, приемной — 2-30-56, бухгалтерии — 2-24-80.
Регистрационный номер ПИ № ТУ27-00676 от 04.02.2019, выданный Управлением Роскомнадзора по Дальневосточному федеральному округу.

Говяжий язык в сливочном соусе с грибами

Изысканное блюдо для праздничного стола — как в ресторане! Язык говяжий в сливочном соусе — настоящий деликатес с нежным вкусом. Процесс приготовления занимает довольно много времени, но результат того стоит. Нежное мясо тает во рту, а соус придаёт вкус не только ему, но и гарниру.

Ингредиенты:

Язык говяжий — 1 кг.;
Лук — 150 гр.;
Чеснок — 2 зуб.;
Лавровый лист — 2 шт.;
Сливки (20 %) — 100 мл.;
Грибы (шампиньоны) — 120 гр.;
Сливочное масло — 20 гр.;
Укроп — 10 гр.;
Перец чёрный, молотый, соль по вкусу.

Подготовьте продукты. Промойте язык и положите его в кастрюлю. Залейте холодной водой, доведите до кипения, проварите несколько минут, снимая пену. Слейте воду. Кастрюлю и язык хорошо промойте водой. Снова положите язык в кастрюлю, за-

лейте водой так, чтобы она полностью покрывала язык. Добавьте лавровый лист, молотый перец и соль, укроп. Накройте крышкой, поставьте на сильный огонь. Как только вода закипит, уменьшите огонь до минимального и варите язык в течение 1-1,5 часов. Время зависит от массы языка. Язык большой массы (2 кг.) может вариться 3-4 часа. За это время нужно только следить за количеством воды, подливая её при необходимости, чтобы язык был полностью покрыт. Когда язык сварится и будет нежным и мягким, достаньте его из бульона. Бульон процедите через сито. Он станет основой для соуса, его понадобится около 300 мл. С остывшего языка снимите кожу и нарежьте его тонкими слайсами. Нарежьте ломтики толщиной до 1 см. Лук нарежьте в произвольной форме. Обжарьте лук на сливочном масле до золотистого цвета 4-5 минут на среднем огне. Грибы для приготовления соуса можно брать любые. Промойте грибы и нарежьте их ломтиками. Обжарьте до золотистого цвета с луком на среднем огне в течение 4-5 минут. Добавьте к луку нарезанный язык, постоянно помешивая, обжаривайте в течение 1-3 минут. Влейте бульон и сливки, добавьте соль и перец по вкусу. Перемешайте, доведите до кипения. Уменьшите огонь и тушите около 15-20 минут или до желаемой степени загустения соуса. Украсьте любимой зеленью. Подавайте язык говяжий в сливочном соусе с грибами к столу в горячем виде.

<https://1000.menu/cooking/38530-yazyk-govyajii-v-slivochnom-souse>

Котлеты из печени с манкой

На скорую руку, просто, бюджетно, но очень вкусно! Котлеты из свиной печени с манкой готовятся легко и быстро. Без лишних хлопот получится аппетитный, питательный и сытный ужин для всей семьи. Подавать такие печёночные котлеты можно с любым гарниром по вкусу.

Ингредиенты:

Печень (свиная, но можно взять говяжью, куриную - любую) — 400 гр.;
Яйца — 1 шт.;
Манка — 3 ст. л.;
Растительное масло — 1 ст. л.;
Перец чёрный, молотый, соль по вкусу.

Подготовьте необходимые ингредиенты. Свиную печень промойте, обсушите, удалите все плёнки и протоки. Нарежьте печень небольшими кусочками. Свиную печень пропустите через мясорубку или измельчите в блендере. Добавьте в фарш яйцо, манную крупу, молотый перец и соль. Всё хорошо перемешайте и оставьте при комнатной температуре примерно на 15 минут, чтобы манка разбухла. В сковороде разогрейте растительное масло. Ложкой выложите печёночное тесто на сковороду и сформируйте небольшие котлеты. Жарьте котлеты примерно по 4 минуты с каждой стороны до появления золотистого цвета.

<https://1000.menu/cooking/79731-kotlety-iz-svinoi-pecheni>

Мнение авторов публикаций не обязательно отражает точку зрения редакции.
Телефон доставочного отделения связи 2-24-11 (в Солнечном).
Газета выходит один раз в неделю.
E-mail: solmer77@yandex.ru

Газета набрана и сверстана в компьютерном центре редакции.
Отпечатана офсетным способом в ООО «ПКП «ЖУК». 681000, г. Комсомольск-на-Амуре, ул. Павловского, 11. Индекс 54555. Тираж 3.100 экз. Объем 4 п.л. Заказ — 45.