

СОЛНЕЧНЫЙ меридиан

19 сентября (вторник) 2023 года № 38 (4579)

Газета издается с 1 июля 1977 года (6+)

Цена 30 рублей

«Нам есть чем гордиться, и есть что беречь!»



Меховые традиции

ВЫСОКОЕ КАЧЕСТВО
ОТЛИЧНЫЙ СЕРВИС
ДОСТУПНЫЕ ЦЕНЫ

ШУБЫ
натуральные, экомех

ПАЛЬТО
шерсть, плащевка, экокожа

ПУХОВИКИ
КУРТКИ, ЖИЛЕТЫ

получите промокод на скидку

ГЛОБАЛЬНАЯ РАСПРОДАЖА! СКИДКИ до 70%!

28 сентября
с 10.00 до 19.00

РДК п. Солнечный,
ул. Ленина, 23Б

Реклама 0+, меховые традиции, рф, 8 800 250 42 42



Дни воинской славы России

24 сентября - в этот день в 1799 году русские войска под командованием Александра Васильевича Суворова совершили героический переход через перевал Сен-Готард в Швейцарии.

26 сентября - в этот день в 1914 году русские войска под командованием Николая Иванова разгромили австро-венгерские войска в Галицийской битве.



Посёлок Солнечный отметил свой юбилей. В связи с этим были проведены праздничные мероприятия. О том, как прошло празднование, читайте на стр. 8 и 9

Фото С. БУРЛИНОЙ

Славен посёлок делами, славен посёлок людьми!

15 и 16 сентября прошли праздничные мероприятия, посвящённые юбилею посёлка Солнечный. В районном Доме культуры состоялся торжественный концерт, где чествовали всех, кто имеет непосредственное отношение к развитию и благополучию посёлка.

Посёлок – это не только дома, улочки, переулки. Самое главное – это люди, живущие в нём. Переплетение людских судеб неизменно связано с его развитием его семейные династии, отдельные личности, внёсшие огромный вклад в становление родного посёлка Солнечный. На празднике, как и положено, вручались Благодарственные письма, памятные подарки.

Открыла праздник глава Солнечного района Татьяна Поваляева. Она поздравила всех собравшихся, подчеркнув нашу общую любовь к Солнечному, к людям, стоявшим у истоков его рождения, и всем тем, кто продолжает трудиться на благо посёлка. Вручила за многолетний добросовестный труд Почётные грамоты и Благодарственные письма:

Татьяне Гордеевой, учителю начальных классов основной общеобразовательной школы №2 п. Солнечный;

Галине Гавриловой, первостроителю п. Солнечный;

Василию Дубу, разнорабочему рудника «Молодёжный»;

Сергею Чучманскому, врачу-психиатру Солнечной районной больницы;

Галине Терещенко, гардеробщице средней образовательной школы №3 п. Солнечный;

Татьяне Траксель, медицинской сестре-офтальмологу Солнечной районной больницы;

Татьяне Корнюхиной, заведующей хозяйством Детской школы искусств п. Солнечный.

Поздравления продолжил глава городского поселения «Рабочий посёлок Солнечный» Павел Жердецкий, он поблагодарил первостроителей за создание и развитие посёлка. Отметил, что его облик постоянно изменяется и становится всё уютнее благодаря его жителям. Вручил Благодарственные письма за профессионализм, многолетний, добросовестный труд и активное участие в жизни посёлка:

Борису Брехову, Людмиле Константиновой и Александру Тен.

За плодотворную работу, проводимую по месту жительства и существенный вклад в развитие территориального общественного самоуправления, отметил:

Оксану Максимову, председателя ТОС «Алмаз»;

Оксану Буркасову, председателя ТОС «Звезда».

За активное участие в охране общественного порядка на проводимых мероприятиях, а также неоценимую помощь в профилактике правонарушений на территории поселения наградил:

Галину Сытник, командира народной дружины «Солнечный» и членов народ-

ной дружины – Елену Смаченко и Анну Кучерук.

За активную жизненную позицию, вклад в развитие и участие в жизни поселения отметил:

Виктора Кваченко, председателя Молодёжной Общественной палаты при Собрании депутатов Солнечного района

Благодарственные письма вручил Дарье Арчаковой, директору Фонда помощи мобилизованным «Помогаем» и активисту Наталье Климашовой за волонтерскую деятельность, неравнодушные, активный и бескорыстный вклад в организации помощи участникам специальной военной операции.

С присвоением звания «Почётный житель городского поселения «Рабочий посёлок Солнечный» поздравил:

Татьяну Локтионову и Анатолия Кривицкого.

Грамотами главы городского поселения и подарочными сертификатами были награждены победители конкурсов в номинациях: «Лучший двор» и «Лучший подъезд».

Солнечной центральной районной модельной библиотекой был проведён конкурс видеороликов, приуроченный к юбилею посёлка «Живи посёлок, процветай!». Этот конкурс был направлен на изучение истории, географии и достопримечательностей п. Солнечный, а также на воспитание патриотизма молодого поколения. Призовые места распределились таким образом:

Первое место – Артём Седышев;

Второе место – Наталья Аляпова;

Третье место – Максим Ивженко.

Далее слово для поздравлений было представлено Надежде Кравцовой, председателю районной организации



М. ГЕРАСИМЕНКО, С. ЗЮБР



Т. ПОВАЛЯЕВА, С. ШВЕДОВА



П. ЖЕРДЕЦКИЙ, Б. БРЕХОВ

ветеранов (пенсионеров) войны и труда, Дарье Арчаковой, директору Фонда помощи мобилизованным «Помогаем».

Все самые добрые слова были посвящены любимому посёлку.

Праздник продолжила концертная программа. Со сцены звучали песни в исполнении артистов и коллективов художественной самодеятельности. Дружными аплодисментами приветствовали зрители танцевальные выступления детского образцового ансамбля «Незабудки» Детской школы искусств п. Берёзовый. Ритмичные движения и харизма артистов, яркие костюмы – всё это воплотилось в грандиозное представление.

В финале концертной программы все коллективы вместе с Царевной медной горы вышли на сцену, держа в руках воздушные шары и флажки. Выступление закончилось праздничным фейерверком.

Продолжились поздравления 16 сентября на сцене возле администрации Солнечного района. Жителей и гостей посёлка Солнечный поздравили: глава Солнечного района Татьяна Поваляева, глава городского поселения «Рабочий посёлок Солнечный» Павел Жердецкий, первый заместитель председателя Законодательной думы Хабаровского края



Г. СЫТНИК, С. АРБУЗНИКОВ



Т. ПОВАЛЯЕВА, Г. ТЕРЕЩЕНКО

Сергей Зюбр, депутат Законодательной думы Хабаровского края Вадим Горюленко, Сергей Арбузников, епископ Амурский и Чегдомынский Николай, председатель Собрания депутатов Комсомольского района Вячеслав Лидовский, командир войсковой части 59946 Алексей Меркулов, исполнительный директор общества с ограниченной ответственностью «Шелтэк» Наталья Цнобиладзе. Все пожелали посёлку Солнечный процветания, а его жителям – мира, успехов и уверенности в завтрашнем дне.

С. БУРЛИНА

Фото автора и И. ЮРАНОВОЙ



П. ЖЕРДЕЦКИЙ, А. СЕДЫШЕВ, И. ЗЛОБИН, Л. ФАДЕЕВА



Выступление солистов



Хор ветеранов

СВОИХ

НЕ БРОСАЕМ



8 сентября на территории Районного Дома культуры п. Солнечный состоялась акция в поддержку специальной военной операции «Своих не бросаем». Эта акция посвящена важной дате нашей истории, которая наполнена большим смыслом, в этот день Донбасс отмечает 80-летие освобождения от немецко-фашистских захватчиков. В 1943 году Красная армия выбила немцев из областного центра Сталино. Так назывался в то время Донецк. Ожесточённые сражения длились больше месяца. Наши войска разгромили 13 дивизий Вермахта, в том числе две тан-

ковые. Стратегическая высота, курган Саур-Могила, в боях за который погибли тысячи красноармейцев, стала символом непокорённого Донбасса. И остаётся им в наши дни. Мы с большим достоинством относимся к этому событию и чтим память тех, кто пал на нашей земле ради голубого неба над головой. Организаторы и жители посёлка с большим желанием и гордостью принимали участие в гуманитарной помощи для мобилизованных. Был организован приём тёплых вещей землякам – бойцам для осеннего и зимнего времени года. Воспитанники Центра творчества

детей и молодёжи, Солнечная районная организация ветеранов (пенсионеров) войны и труда увлечённо занимались плетением «маскировочных сетей», пакетированием «сухого душа», а также, заливали «блиндажные свечи», показывая и рассказывая молодому поколению, как это делать. Студенты Солнечного промышленного техникума и учащиеся всех школ посёлка Солнечный приготовили пирожки и пирожные для благотворительной ярмарки и все вырученные средства передали в фонд «Всё для Победы». От клуба «Затейница» Наталья Прицкер продемонстриро-

вала свои рукоделия: прихватки, красивые игольницы и другие изделия. Нельзя не отметить солистов районного Дома культуры и Народный коллектив любительского творчества Хор ветеранов с песнями военного времени. Активно поддержали акцию и сами военнослужащие войсковой части №59946. Ребята всегда принимают участие в данных акциях под руководством командира Алексея Меркулова, который с большим пониманием относится к данным мероприятиям, тем самым способствует патриотическому воспитанию молодых парней.

Взрослые и дети писали письма военным на передовую в рамках акции «Письмо солдату», помогала им в этом Маргарита Ячив, учитель русского языка и литературы школы №3.

- Данная акция проводилась первый раз в таком масштабе. Благодаря чему люди объединили свои усилия для того, чтобы помочь нашим мобилизованным мальчишкам, - говорит организатор акции Марина Евдокименко.

В этот день для граждан нашего посёлка, в рамках этой акции каждый желающий гражданин смог немного поддержать наших солдат. Мы гордимся всеми, кто сегодня мужественно защищает нашу Родину! Главное, что **МЫ ВМЕСТЕ!**

Арина СУХОВА
Фото автора



Сбор гуманитарной помощи



Плетение маскировочных сетей



Блиндажные свечи



Приглашение угоститься выпечкой

Как не заболеть осенью

Осень – время, когда легче всего подхватить вирус. Резкая перемена погоды является сильным стрессом для человека. Стресс, в свою очередь, снижает иммунитет и позволяет вирусам одолеть организм. В холодное время года число случаев ОРВИ резко возрастает. Укрепить организм и подготовить его к зимним холодам поможет профилактика. Врачи советуют начинать профилактику гриппа и простуды уже в сентябре.

Профилактика простуды осенью: основные правила

Поддерживать оптимальный микроклимат в помещении.

Уделяйте внимание соблюдению температурного режима. Воздух в помещении должен быть прохладным и влажным. Рекомендуемая температура воздуха в помещении – не выше 23 градусов, влажность – 40-60 градусов. В «тёплых» комнатах скапливается в воздухе много вирусов, тогда как в движущемся воздухе концентрация вирусов очень мала.

Соблюдать правила личной гигиены

Неотъемлемая часть профилактики гриппа и простуды – соблюдение личной гигиены. Рекомендуется постоянно мыть руки с мылом. Борьба с вирусами также помогает ежедневное промывание слизистой носа солевыми растворами. Такие растворы способствуют удалению слизи, снижают выделения, проходимость носовых ходов восстанавливается. Улучшается носовое дыхание, смываются вирусы и бактерии, поселившиеся в носу. Солевые растворы также уменьшают концентрацию аллергенов, находящихся на слизистой дыхательных путей.

Гулять на свежем воздухе

Гуляйте как можно чаще. Положительный эффект окажут даже короткие 30-40 минутные прогулки. Учёные доказали, что люди, часто гуляющие на улице, реже болеют. Высокое содержание кислорода помогает организму расслабиться и восстанавливаться, поэтому специалисты советуют не засиживаться дома и при каждой возможности выходить на улицу.

Закаливаться

Закаливание – самый действенный способ повысить иммунитет естественным образом. Начинать процедуры закаливания можно, только если вы здоровы. Чтобы минимизировать стресс для организма, лучше начать с умывания холодной водой. Сначала умываться водой комнатной температуры (20-22°C) понижая её каждый день на градус. Когда лицо привыкнет к холодной воде, можно приступать к частичным обливаниям. Ежедневные обливания ног прохладной водой тоже станут хорошей профилактикой простуды и подготовят организм к холодному сезону. Постепенно можно перейти на холодную воду.

Полноценно отдыхать

Повысить иммунитет поможет полноценный сон. Ложитесь спать пораньше и не используйте перед сном гаджеты, поскольку это может помешать хорошим сновидениям. Шансы очутиться в постели с температурой у невыспавшегося человека, гораздо выше чем у других. Спите достаточно, но не больше 8 часов в сутки. Выспаться



«впрок» нельзя, а избыток сна, согласно исследованиям, напротив, укорачивает жизнь.

Одеваться по погоде

Желая продлить лето, многие продолжают ходить в лёгкой летней одежде. Зачастую именно такое поведение как раз и становится причиной простуд осенью. Чтобы обезопасить свой организм от вирусов, следует избегать переохлаждения и надевать те вещи, которые помогут сохранить тепло тела в зависимости от показаний градусника за окном. Сохранить тепло и сделать ваш ежедневный наряд многофункциональным поможет многослойность. Одевайтесь по принципу капусты, не забывая про свои слабые места. Если станет жарко – верхний слой можно будет легко снять, если холодно – надеть. Выходя из дома, не забудьте про шарф. На шею расположено много рецепторов, чувствительных к холоду. Поэтому, если шея в тепле – тепло всему организму. И наоборот. Что касается обуви, то для переменчивой осенней погоды лучше всего подойдут непромокаемые туфли на толстой подошве.

Проводить вакцинацию

Одним из наиболее эффективных способов предупреждения гриппа является вакцинация. Прививки от гриппа особенно показаны всем, кто работает с людьми: врачи, учителя, психологи, офисные работники. Своевременная вакцинация снижает риск заболевания в 3-5 раз. Прививаться следует минимум за 2 недели до на-

чала эпидемии, чтобы успел выработаться иммунитет.

Вакцинация должна проводиться препаратом, который рекомендован с учётом сезонной активности штаммов гриппа. Однако возбудители быстро мутируют, в связи с чем штамм, который является наиболее опасным в текущем сезоне, может оказаться нечувствительным к препарату, применявшемуся для иммунизации ещё полгода назад.

Кроме того, вакцинация от гриппа имеет противопоказания. Необходимо предварительно проконсультироваться с лечащим врачом. Особенно это касается людей, страдающих аллергическими реакциями. Кроме того, процедуру стоит отложить, если человек простужен, жалуется на повышенную температуру тела или катаральные явления.

Придерживаться витаминизированного питания

Противостоять гриппу и простуде помогает витамин С. Для профилактики простуды рекомендуется принимать его по 1 грамму дважды в день. С наступлением осени, как никогда, надо следовать принципам здорового питания. Усилить свой рацион можно цитрусовыми: киви, салатами из болгарского перца и квашеной капусты. В этот период необходимо употреблять не менее 5 порций фруктов в день. Основной осенней приправой лучше выбрать чеснок. Это пряное растение обладает высокими антибактериальными, противовирусными и противогрибковыми свойствами. Рекомендуется съедать по 2-3 зубчика чеснока или небольшую луковицу ежедневно.

В целях профилактики ОРВИ можно

принимать мёд и прополис. Последний стимулирует работу вилочковой железы, тем самым активируя и укрепляя иммунную систему. Прополис повышает защитные силы организма у здоровых людей, а также ускоряет выздоровление и минимизирует осложнения у уже заболевших. Нелишним будет включить в рацион витаминные напитки: чай с душицей и зверобоем, морсы из черноплодной рябины и смородины, компот из шиповника с настойкой эхинацеи.

Принимать SPАсительные ванны

Приём ванн с эфирными маслами – ещё один хорошо зарекомендовавший себя способ профилактики простудных заболеваний дождливой осенью. Такие ванны спасут организм от переохлаждения, если вы попали под дождь или замёрзли, а также укрепят иммунитет. В профилактике гриппа и простуды эффективными окажутся масло лимона и других цитрусов, тимьяна, фенхеля, мяты перечной, базилика, эвкалипта, ладана, орегано, чайного и сандалового дерева. Масла можно добавлять в воду во время принятия ванны. Кроме того, можно носить пропитанную маслом салфетку в медальоне, проводить процедуры ароматерапии с помощью аромалампы.

Как показывают многочисленные исследования, самые лучшие способы укрепления иммунитета – это естественные способы. Например, было обнаружено, что улучшить своё самочувствие и укрепить иммунитет можно, просто придерживаясь определённых правил питания и режима дня. Профилактика позволяет избежать заражения и вероятных осложнений при болезни. Главное – она должна быть регулярной, а не просто разовой акцией.

<https://medelement.com/materials/158586531512553923/как-не-заболеть-осенью>

Сделали доброе дело — посадили деревья!

8 сентября состоялась экологическая акция по посадке хвойных деревьев на территории Солнечного Дома-интерната для престарелых и инвалидов. В этом мероприятии с большим удовольствием принимали участие работники и жители Дома-интерната, которые совместно с сотрудниками Амгуньского лесничества высадили хвойные деревья. Для того чтобы создать уют и красоту вокруг, занялись посадкой деревьев.

В высадке саженцев приняли участие самые активные жители интерната, это:

Валентина Корякова, она с радостью посещает всевозможные мероприятия, читает стихи и безвозмездно всем помогает, Михаил Моисеев в силу своих возможностей принимает участие не только в посадке деревьев, но и в самой жизни интерната. Из «творческих» активистов с ограниченными возможностями здоровья, которые с большим желанием посещают все торжества посёлка Солнечный, можно отметить Людмилу Насуту и Лидию Гришину, они очень добрые и отзывчивые люди.

Дом-интернат не первый год сажает



на своей территории растения, в 2022 году они делали посадку пихтовых деревьев ко Дню пожилого человека.

За плечами у работников Амгуньского лесничества не один десяток высаженных деревьев, они поделились своим опытом со старшим поколением. Лесники помогали и показывали, как правильно посадить саженец, какой должна быть посадочная яма, а также поведали секреты ухода за молодыми деревьями.

Сотрудники и жильцы всё больше украшают участок возле Дома-интерната. Здание окружает парковая зона с деревьями, кустарниками, цветниками и

садово-огородным участком. Для прогулок по территории предусмотрены тротуарные дорожки, вдоль которых установлены фонари. Среди деревьев и новых саженцев размещены беседки и лавочки для отдыха на природе.

Сделать доброе дело на свежем воздухе и в веселой компании каждому пожилому человеку пришлось по душе, особенно работникам леса, труд которых всегда связан с природой. Заряд отличного настроения и бодрости обеспечен каждому.

Арина СУХОВА
Фото из архива «Солнечного Дома-интерната для престарелых и инвалидов»



Лечебная физкультура: правила и польза

Активный образ жизни помогает увеличить её продолжительность в среднем на 5 лет. Риск смертности у людей, которые регулярно практикуют физические нагрузки, на 35 % ниже, чем для тех, кто двигается мало. Учёными доказано, что всего 2,5 часа аэробных нагрузок в неделю позволяют значительно снизить вероятность развития ишемической болезни сердца, артериальной гипертензии, диабета и депрессии. Если увеличить время занятий вдвое, снижается и риск онкологии толстого кишечника, молочной железы, ожирения.

Тип занятий необходимо подбирать, учитывая возраст, состояние организма и противопоказания. Слишком интенсивные тренировки могут навредить, если человек ослаблен или имеет хронические заболевания. Для пожилых людей оптимальный вид активности – лечебная физкультура. Она позволяет не только поддерживать форму, но и восстанавливаться после перенесённых заболеваний. Индивидуально подобранный комплекс улучшает качество жизни пациента преклонных лет, не нанося вреда.

Польза

Лечебная физкультура – это комплекс упражнений, направленных на лечение и профилактику заболеваний практически всех органов и систем. Она включает в себя гимнастику, ходьбу, массаж, физиотерапию, бассейн и другие методы. Они помогают:

- улучшить силу и гибкость мышц, суставов, координацию движений, уменьшить вероятность падений и других травм;
- нормализовать кровообращение, снизить кровяное давление, минимизировать риск развития сердечно-сосудистых патологий;
- снизить стресс, поднять настроение и уменьшить риск депрессии;
- повысить функциональность суставов, предупредить заболевания опорно-двигательной системы – артрита и остеопороза;
- стимулировать компенсаторные реакции, процессы окисления и ферментации, восстановить организм после хирургических операций, кардиологических, неврологических патологий, ортопедических заболеваний, травм, долгого постельного режима.

Правила и особенности

Гимнастика для пожилых людей за 70 лет, как и другие виды активности, подбирается исключительно индивидуально, после медицинского обследования и по рекомендации врача, который учитывает особенности организма и сопутствующие заболевания пациента. Выполнять упражнения необходимо под постоянным контролем специалиста. Физическая нагрузка не должна быть выше, чем в обычных бытовых условиях. Её уровень увеличивается постепенно, при этом реабилитологом во внимание принимаются все действия, которые человек совершает в течение дня.

Упражнения для пожилых людей должны быть простыми и доступными. Комплекс обычно включает в себя разминку, основную часть и заминку. Упор делается на вводную и заключительную части, промежуточная занимает не больше 40 % времени занятия. В ходе тренировок предусмотрены паузы на отдых и расслабление. Необходимо исключить силовые упражнения, а также те, которые связаны с задержкой дыхания, резкими движениями и длительным статическим напряжением. После выполнения комплекса пожилому человеку необходим полтора-два часа отдыха.

Существуют и противопоказания к лечебной физкультуре:

- обострение хронических заболеваний внутренних органов;
- аневризма крупных сосудов и сердца;
- психоз;
- атрофия мышц.

Упражнения для пожилых людей

Первая половина дня – лучшее время для зарядки. Утренняя гимнастика для пожилых занимает около 20 минут и включает в себя тренировки, направленные на улучшение сердечной деятельности, ускорение обмена веществ и улучшение осанки.

Упражнения для суставов нужны для восстановления их гибкости и подвижности. Начинать необходимо с дыхательной разминки.

Выполняются стоя, ноги на ширине плеч:

1. Плавные наклоны головы влево, вправо, вперёд (5-7 повторений). Назад – не рекомендуется.
2. Медленные наклоны головы влево и вправо (5-7 раз). Круговые вращения головой могут быть опасны для пациента.
3. Вращения плечами вперёд-назад: 4-5 раз.
4. Вращение тазом: 5-7 повторений.



1. Подъём на носки: 10-15 раз.
2. Приседания: до 10 раз.
3. Ходьба на месте: 20-30 шагов.

Выполняются сидя на стуле:

1. Разведение и сведение рук с гантелями или эластичными резинками: до 10-15 повторений.
2. Подъём согнутой в колене ноги: по 10-15 раз на каждую сторону.

Лечебная физкультура для пожилых людей после 60 лет включает в себя и упражнения для равновесия и координации. Они снижают риск падений и травм, поддерживают работу головного мозга на должном уровне.

Выполняются стоя, ноги на ширине плеч:

1. Пациент делает шаг вперёд правой ногой, затем левой ногой возвращается на исходную позицию, а после по такому же алгоритму делает

второй шаг влево, а затем вправо. Упражнения делать легче, этот метод является щадящим для суставов и менее травмоопасным. Можно бегать или ходить от одного края бассейна к другому, поднимать ноги, опираясь на бортик, стоя отжаться от него.

3. Велотренажёр, эллиптический тренажёр: занятия начинаются с разминки, первые 5-10 минут – минимальный темп, затем интенсивность повышается, но так, чтобы человек мог во время тренировки поддерживать разговор. Необходимо постоянно контролировать дыхание и сердцебиение.

Любую физическую нагрузку врачи рекомендуют завершать растяжкой и упражнениями на релаксацию.



5. Наклоны в стороны: до 5 подходов на каждую сторону.
6. Наклоны вперёд: до 7 раз.
7. Повороты в стороны: до 8 повторений.
8. Растяжка плечевых мышц: по 10-15 секунд на каждую сторону.
9. Подъём плеч: до 10 раз.

Выполняются сидя на стуле:

1. Сжатие ладоней в кулаки: 7-10 раз.
2. Поднятие согнутых в локтях рук: 10-12 раз.
3. Сгибание лучезапястных суставов: 8-10 раз.
4. Наклоны к стопам: до 10 раз.
5. Повороты стопами внутрь и наружу: до 10 раз.
6. Круговые движения голеностопным суставом: до 10 подходов на каждую ногу.
7. Перекат стопой с пятки на носок: 15-20 повторений.

Упражнения для укрепления мышц – необходимо выполнять с осторожностью, избегая перенапряжения, после полноценной разминки.

Выполняются стоя, ноги на ширине плеч:

шаги назад и вбок (5-10 подходов).

2. В одной руке небольшой мяч или мешочек с песком. Руки разводятся в стороны на вдохе, затем опускаются вниз или заводятся за спину, мяч или мешочек перекачивается в свободную руку на выдохе. Повторить 10-15 раз на каждую руку.
3. С закрытыми глазами, опираясь на стул или стену руками необходимо подняться на носки, а затем медленно опуститься на обе стопы. Повторить несколько раз.

Физкультура для пожилых женщин и мужчин – это не только гимнастика, но и прогулки, занятия на тренажёрах или в бассейне. Всё это позволяет укрепить сердечно-сосудистую систему. Главный принцип – нагрузки должны быть низкой интенсивности. Идеально подходят аэробные упражнения, при которых в кровь поступает достаточное количество кислорода, что благотворно действует на весь организм.

1. Гулять на свежем воздухе людям преклонного возраста нужно не менее трёх часов в неделю. При ходьбе голова должна быть поднята, плечи расслаблены, дыхание ровное, руки чуть согнуты в локтях, а ноги в коленях.

2. Утренняя зарядка для женщин после 60 лет может быть заменена лёгкой аэробикой или аквааэробикой, если позволяет самочувствие. В

1. Повороты головы в стороны с задержкой на 15-20 секунд: 5-7 раз.
2. Подъём согнутых ног к груди в положении лёжа с обхватом коленей руками: 10-15 секунд.
3. Наклоны к носкам в положении сидя: 5-7 раз с перерывами на отдых.
4. Медленные глубокие вдохи и выдохи через нос.
5. Вдох через нос, задержка дыхания, выдох через рот, задержка дыхания. Каждый элемент упражнения длится по 4 секунды.
6. Дыхание животом: вдох через нос, выдох через рот.

Выполнять каждое из упражнений можно по 5-10 минут.

Всё это – лишь малая часть упражнений и методик, которые могут входить в комплекс лечебной физкультуры. Для пожилого человека она в большинстве случаев становится образом жизни. Но поддерживать его в домашних условиях невозможно. Назначать упражнения может только сертифицированный специалист, а контроль над выполнением элементов и самочувствием пациента должен производиться постоянно.

<https://domapansiony.ru/informacija/stati/lfk-dlya-pozhilykh-pravila-i-polza/>

О рекомендациях, как выбирать и готовить грибы

Ежегодно в Российской Федерации регистрируется порядка 1 тысячи пострадавших от отравления грибами, около 30 случаев заканчиваются летальными исходами.

Тяжелее всего отравление грибами переносят люди с ослабленным здоровьем и дети. В детском организме ещё нет необходимого количества ферментов для их переваривания. Именно поэтому не рекомендуется кормить любыми грибами детей до 14 лет.

По данным Роспотребнадзора случаи отравления грибами происходят среди детей всё чаще. Обычно во время прогулок, из-за невнимательности взрослых и неосторожности малышей сырой гриб попадает в организм ребёнка.

Роспотребнадзор напоминает, что отравиться грибами могут не только дети, но и взрослые. Чтобы избежать неприятных последствий, важно соблюдать меры предосторожности.

Почему возможны пищевые отравления
Чаще всего пищевые отравления грибами связаны с недостатком информации о грибах: люди собирают неизвестные или ложные грибы, в местах, где они накапливают соли тяжелых металлов, ядохимикаты — около дорог, в городских парках, кроме того, токсичным может быть и съедобный гриб в засушливый период года или после того, как место сбора грибов было обработано пестицидами или ядохимикатами для борьбы с насекомыми и вредителями. И, основное, не все знают, как правильно приготовить грибы. Грибы являются трудноперевариваемым продуктом, в них много

грибной клетчатки — хитина, который не только не переваривается, но и затрудняет доступ к перевариваемым веществам пищеварительным сокам. Поэтому блюда из грибов рекомендуются абсолютно здоровым людям, не страдающим заболеваниями пищеварительного тракта. Перед приготовлением все грибы рекомендуется предварительно отварить в течение 10 минут, отвар слить, промыть отваренные грибы и затем приготовить их как обычно. Предварительное отваривание грибов поможет значительно снизить в них содержание токсичных элементов.

Следите за детьми
Важно предупредить ситуацию, когда ребёнок может съесть сырой гриб. Для этого нужно ещё заранее, перед прогулкой, осматривать место, где ребёнок будет гулять. Также нужно осматривать территорию детских яслей и садов, школ и других учреждений.

Кроме этого, необходимо внимательно следить за детьми во время прогулки, особенно в парках, скверах, на детских площадках и в лесу.

Правила грибника
Чтобы предупредить отравление грибами, важно соблюдать следующие правила:

Не знаешь - не бери! Собирайте только хорошо знакомые виды грибов.

Собирайте грибы вдали от дорог, магистралей, вне населённых мест, в экологически чистых районах.

Собирайте грибы в плетёные корзины — так они дольше будут свежими.
Срезайте каждый гриб с целой ножкой.

Все принесённые домой грибы в тот же день нужно перебрать, отсортировать по видам и вновь тщательно пересмотреть. Выкидывайте все червивые, перезревшие, без ножек, дряблые грибы, а также несъедобные и ядовитые, если их всё-таки по ошибке собрали.

Не забывайте о том, что грибы — это белок, а любой белок очень быстро портится. Поэтому грибы необходимо подвергнуть кулинарной обработке в день сбора, предварительно рассортировав их по видам, если не готовите грибное ассорти или грибную икру.

Чтобы избежать отравления грибами, помните, что нельзя:

Собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки — это приводит к быстрой порче и повреждению ножки грибов, что значительно затруднит последующую переборку и сортировку и может привести к попаданию в блюдо ядовитых грибов;

Собирать старые, переросшие, червивые и неизвестные грибы;

Пробовать грибы во время сбора; Подвергать грибы кулинарной обработке через день и более после сбора;

Мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде и глиняной глазурованной посуде;

Хранить грибы в тепле — это скоропортящийся продукт.

Советы покупателям
Если вы покупаете уже собранные грибы, помните, что нельзя покупать сушёные, солёные, маринованные и консервированные грибы у случайных лиц и в местах несанкционированной торговли.

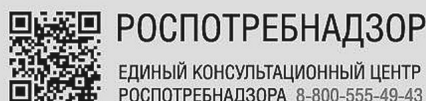
Не рекомендуется покупать свежие или сушёные грибы в местах стихийной торговли или покупать грибные консервы в банках с закатанными крышками, приготовленные в домашних условиях.

На рынках и ярмарках к продаже грибы непромышленного производства допускаются только после проведения экспертизы, которая проводится для контроля качества поступающих в продажу продуктов. Экспертиза определяет качество грибов, их целостность, содержание радионуклидов. Только после проведения экспертизы выдаётся разрешение на реализацию продукции.

Если вы покупаете уже собранные грибы в магазинах и супермаркетах, внимательно рассматривайте упаковку с грибами, они не должны быть загнившими или испорченными. Не покупайте грибы, если нарушена целостность упаковки или упаковка грязная. Также не покупайте грибы, если на упаковке нет этикетки, листов-вкладышей и вообще отсутствует информация о товаре.

Заготовка грибов
В процессе заготовки грибов, необходимо помнить, что существует перечень съедобных грибов. Из большой группы съедобных грибов только белый гриб, груздь настоящий и рыжик обыкновенный являются безусловно съедобными грибами. Только эти грибы можно использовать для приготовления грибных блюд без предварительного отваривания.

<https://27.rospotrebnadzor.ru/content/331/105686/>



РОСПОТРЕБНАДЗОР
ЕДИННЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

ГРИБЫ. РЕКОМЕНДАЦИИ И СОВЕТЫ



ПОЧЕМУ ВОЗМОЖНЫ ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ?

- Сбор неизвестных или ложных грибов, в местах, где они накапливают соли тяжелых металлов, ядохимикаты — около дорог, в городских парках
- Токсичным может быть и съедобный гриб в засушливый период года или если место сбора было обработано пестицидами или ядохимикатами
- Незнание, как правильно приготовить грибы. В грибах много грибной клетчатки — хитина, который не только не переваривается, но и затрудняет доступ к перевариваемым веществам пищеварительным сокам

Ежегодно в Российской Федерации регистрируется порядка одной тысячи пострадавших от отравления грибами, около 30 случаев заканчивается летальными исходами



ПРАВИЛА ГРИБНИКА НЕ ЗНАЕШЬ – НЕ БЕРИ!

- Собирайте грибы вдали от дорог в экологически чистых районах
- Собирайте грибы в плетёные корзины — дольше будут свежими
- Срезайте гриб с целой ножкой
- Грибы необходимо подвергнуть кулинарной обработке в день сбора

НЕЛЬЗЯ

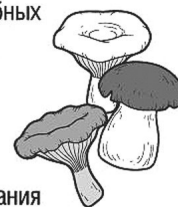
- Собирать грибы в ведра, полиэтиленовые пакеты или мешки — это приводит к быстрой порче грибов
- Собирать переросшие, червивые и неизвестные грибы
- Пробовать грибы во время сбора
- Мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде и глиняной глазурованной посуде
- Хранить грибы в тепле — это скоропортящийся продукт

СОВЕТЫ ПОКУПАТЕЛЯМ

1. Не рекомендуется покупать свежие или сушёные грибы в местах стихийной торговли
2. Не покупайте грибные консервы, приготовленные в домашних условиях
3. На рынках и ярмарках к продаже грибы непромышленного производства допускаются только после проведения экспертизы контроля качества
4. Не покупайте грибы, если нарушена целостность упаковки или вообще отсутствует информация о товаре

ЗАГОТОВКА ГРИБОВ

Из большой группы съедобных грибов только белый гриб, груздь настоящий, рыжик обыкновенный можно использовать для приготовления без предварительного отваривания



СОВЕТ

Грибы рекомендуется предварительно отварить в течение 10 минут. Далее слить отвар и промыть. После этого готовим их как обычно



Юбилей собрал друзей

Посёлок Солнечный отметил свой юбилей — 60 лет. День посёлка — это всегда доброе и светлое торжество для большой семьи односельчан. Он является одним из самых любимых, его ждут и к нему готовятся.

Это праздник ветеранов, чьим трудом преобразался посёлок, праздник работающего поколения тех, кто сейчас трудится на его благо, и, конечно, праздник молодёжи. Уже с утра возле районного Дома культуры слышались весёлые голоса и задорный смех ребятишек, которые с нетерпением ждали начала праздника. Всё было готово для торжества: ярко украшенная сцена, торговые

культуры «Казачья удаля». Участники фестиваля прибыли из городов Комсомольска-на-Амуре и Солнечного района.

Во время фестиваля работали выставки-распродажи от народных умельцев, фотозоны и интерактивные площадки. Были представлены казачьи товары от Елены Корниловой из г. Владивостока.



палатки, творческие выставки, развлечения для детей, ароматные шашлыки и многое другое. Погода была на удивление тёплой, ярко светило солнце и согревало, что тоже создавало праздничный настрой.

На этом празднике со сцены возле администрации Солнечного района прозвучало много поздравлений, тёплых слов и пожеланий. Праздничные мероприятия продолжились с VII Открытого межрайонного фестиваля казачьей

Для жителей и гостей прозвучали казачьи песни, исполнялись казачьи танцы, игры. Фестиваль прошёл в доброжелательной атмосфере, участники и зрители получили массу положительных эмоций и впечатлений.

В течение дня все желающие могли посетить мастер-классы по интересам и пройтись по площади возле районного Дома культуры, где были представлены товары мастеров.





Можно было принять участие и в спортивных мероприятиях, таких как: «Кросс наций», волейбол, экстремальные виды спорта, кроссфит.

Вечером состоялось выступление групп «Токай» и «Сant Stop» из г. Хабаровска. Гости своим выступлением заставили всех присутствующих зажигательно двигаться и подпевать знакомые хиты.

Позже началось фееричное представление с огнём. Гости из г. Владивостока продемонстрировали элементы зрелищного шоу - умение общаться с публикой и показать себя, владеть ситуацией во время выступлений, ловко жонглируя под музыку и управляясь с огнём. При их быстром и умелом вращении горящие poi образовывали в воздухе узоры и рисунки.

Кульминацией праздника стал красочный фейерверк. В небе взрывались яркие световые шары, ввысь взметались столбы огня. Зрелище не оставило зрителей равнодушными.



В сумасшедшем беге нашего времени такие праздники — как небольшие остановки в пути, где можно не на бегу, а с чувством, от души создать атмосферу праздника и дать возможность любимым жителям насладиться прекрасными моментами! И куда ни глянь — счастливые лица людей, на один день отвлекшихся от повседневных забот, освещённые приветливыми улыбками!

60-летний юбилей - повод признаться своей малой Родине в любви к месту, в котором живёшь, учишься, работаешь, создаёшь семью, воспитываешь детей. 60 лет для истории — только миг, но для посёлка - это период становления, поиска, роста.

С. БУРЛИНА
Фото автора, С. ПЛАТОНОВА и А. СУХОВОЙ





Хабаровский край присоединился ко всероссийской просветительской акции ДОСТИЖЕНИЯ.РФ. На федеральной платформе собраны наиболее значимые достижения всей современной России.

ХАБАРОВСКИЙ КРАЙ ПРЕДСТАВЛЯЕТ СЛЕДУЮЩИЕ ПРОЕКТЫ:



Су-57

Лучший в мире истребитель пятого поколения

Сухой Суперджет 100

Один из лучших современных самолетов России

«Амурские волны»

Международный военно-музыкальный фестиваль



Банк России

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ

ОТ ОНЛАЙН-МОШЕННИКОВ

Чтобы добраться до ваших банковских счетов, мошенникам нужны ваши персональные данные и реквизиты карт

Какие схемы используют аферисты?

ОБЕЩАЮТ ЗОЛОТЫЕ ГОРЫ

Опросы за вознаграждение, социальные выплаты или сверхприбыльные инвестиционные проекты. Гарантия быстрого обогащения – признак обмана

ЗАМАНИВАЮТ НА РАСПРОДАЖИ

Огромные скидки и низкие цены могут оказаться мошеннической уловкой

СПЕКУЛИРУЮТ НА ГРОМКИХ СОБЫТИЯХ

Например, объявляют сбор денег на разработку вакцин, обещают вернуть деньги за отмененные рейсы или предлагают получить государственные дотации

МАСКИРУЮТСЯ

Разыгрывают роль продавцов и покупателей на популярных сайтах объявлений

Как обезопасить свои деньги в интернете?

- 1 Установите антивирус и регулярно обновляйте его
- 2 Заведите отдельную дебетовую карту для платежей в интернете и кладите на нее нужную сумму перед оплатой
- 3 Всегда проверяйте адреса электронной почты и сайтов – они могут отличаться от официальных лишь парой символов
- 4 Не переходите по ссылкам от незнакомцев – сразу удаляйте сомнительные сообщения
- 5 Никому не сообщайте свои персональные данные



Подробнее о правилах кибергиены читайте на fincult.info



Финансовая культура

Внимание, конкурс!

У вас есть интересный материал о Солнечном районе, посёлке?

Приносите свои истории и фото об интересных людях, событиях посёлка (района). Материалы принимаются в редакции газеты «Солнечный меридиан» или по адресу электронной почты: solmer77@yandex.ru.

Лучшие истории будут опубликованы в ближайших выпусках газеты.

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

Самовывоз.

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

О работе приёмной граждан губернатора и Правительства Хабаровского края

28 сентября 2023 года с 10.00 до 17.00 часов местного времени будет работать приёмная граждан губернатора и Правительства Хабаровского края (далее также – край).

В этот день жители Хабаровского края в режиме видеоконференцсвязи, аудиосвязи смогут обратиться лично по компетенции поставленных вопросов в Прокуратуру Хабаровского края, Главное управление МЧС России по Хабаровскому краю, Государственную инспекцию труда в Хабаровском крае, Управление Федеральной службы исполнения наказаний по Хабаровскому краю, Главное управление Федеральной службы судебных приставов по Хабаровскому краю и Еврейской автономной области, Военный комиссариат по Хабаровскому краю, Отделение Фонда пенсионного и социального страхования России по Хабаровскому краю и Еврейской автономной области, Комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав, во все исполнительные органы края, органы местного самоуправления края.

Личный приём проводится по предварительной записи.

Для участия в личном приёме жителям края необходимо обращаться в главное управление Губернатора и Правительства края по работе с обращениями граждан, организаций и контролю поручений по адресу: г. Хабаровск, ул. Муравьева-Амурского, д. 56, кабинет 106 или в администрации городских округов, муниципальных районов края по месту жительства.

Допуск посетителей в здания Правительства края, администраций муниципальных образований края будет осуществляться при наличии документа, удостоверяющего личность гражданина.

Для записи на приём необходимо обращаться в приёмную граждан губернатора и Правительства края по телефону: (4212)40-21-31, ежедневно с 10.00 до 13.00, с 14.00 до 16.00, кроме выходных дней.

Осторожно, мошенники!

Врио начальника ОМВД России по Солнечному району подполковник внутренней службы Инга Камнева продолжает призывать жителей Солнечного района быть бдительными и бережными к своим сбережениям, не отдавать добровольно их мошенникам.

Уважаемые жители района, в своей рубрике полиция пытается рассказать вам о схемах, которые применяет преступный элемент, чтобы воспользоваться вашими сбережениями, предупредить о том, что никогда не нужно сообщать данные о своих счетах, личных кабинетах, пин-кодах и других личных данных, касающихся собственных сбережений, сотрудникам банков, ФСБ, полиции и представителей других государственных структур по телефону, а также ни при каких обстоятельствах не брать кредиты для безопасности собственных средств.

Так на прошлой неделе, наши земляки опять подарили преступникам более трёхсот тысяч рублей. В полицию поступило сообщение от местной жительницы, о том, что в течение нескольких часов на её мобильный телефон через социальный мессенджер WhatsApp звонили неизвестные лица под видом сотрудников ПАО МТС, Госуслуг, Центробанка и убедили оформить кредит в ПАО «Сбербанк», под видом того, что на её имя неизвестные преступники берут кредит, а также осуществить перевод из личных сбережений более 340 тысяч на счёт «Озон Банка». Благодаря тому, что сотрудники Сбербанка вовремя приостановили передвижение взятых кредитных средств на другой счёт, «заморозив его», потерпевшая хотя бы смогла сохранить выданный ей кредит.

По данному факту возбуждено уголовное дело по признакам преступления, предусмотренного ч.3 ст. 158 Уголовного кодекса Российской Федерации «Мошенничество».

Врио начальника ОМВД России по Солнечному району подполковник внутренней службы Инга Камнева настоятельно рекомендует:

- ни при каких обстоятельствах не сообщайте знакомцам данные о своих банковских счетах;

- не скачивайте незнакомые приложения особенно по рекомендациям звонивших, представляющих операторов банков, сотрудниками служб безопасности, полиции, ФСБ.

- не переходите по ссылкам, присланным вам в социальных сетях или посредством СМС-сообщений;

- не вкладывайтесь в сомнительные инвестиции, биржи, брокерские фирмы.

- помните, что современные технологии позволяют скрывать телефонный номер, с которого звонят или рассылают сообщения мошенники. В результате у потенциальной жертвы на экране смартфона отображается короткий номер банка или набор цифр, схожий с телефоном официального колл-центра.

ОМВД России по Солнечному району

Администрация Солнечного района информирует население о предстоящем предоставлении земельных участков, из земель населённых пунктов по следующим адресам:

Хабаровский край, р-н Солнечный, рп. Горный, примерно в 80 м по направлению на запад от жилого дома № 6 по ул. Комсомольская, с кадастровым номером 27:14:0010801:2338, площадью 633 кв. м., для ведения личного подсобного хозяйства;

Хабаровский край, Солнечный р-н, п. Горный, примерно в 50 м по направлению на северо-восток от жилого дома № 16А по ул. Комсомольская, с кадастровым номером 27:14:0010801:2599, площадью 338 кв. м., для ведения садоводства.

Граждане или крестьянские (фермерские) хозяйства, заинтересованные в предоставлении вышеуказанных земельных участков, вправе подавать заявления о намерении участвовать в аукционе на право заключения договора аренды земельного участка, в течение 30 дней с даты публикации данного извещения. Заявления подаются лично гражданином или его законным представителем, принимаются на бумажном носителе лично в орган местного самоуправления или направленные «Почтой России» (поступившие почтовым отправлением регистрируются) - до 13-00 19.10.2023. К заявлению прилагаются копии документов, удостоверяющих личность заявителя (представителя заявителя), документ, подтверждающий право представителя заявителя действовать от имени заявителя.

По возникшим вопросам, а также с заявлениями обращаться в Управление по земельно-имущественной политике, архитектуре, градостроительству и закупкам администрации Солнечного района Хабаровского края (рп. Солнечный, ул. Ленина, 23, каб. 109, тел. 2-61-44).

Приняты постановления администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края от: **12.09.2023 №120** «О внесении изменений в постановление администрации Солнечного муниципального района Хабаровского края от 09.01.2023 № 1 «Об установлении на 2023 год коэффициентов к арендной плате за использование земельных участков, государственная собственность на которые не разграничена, на территории Солнечного муниципального района Хабаровского края».

14.09.2023 №121 «Об утверждении прогнозного перечня муниципальных программ Солнечного муниципального района Хабаровского края, предлагаемых к реализации в 2024 году и плановом периоде на 2025-2026 годы за счёт средств районного бюджета Солнечного муниципального района Хабаровского края».

14.09.2023 №122 «Об утверждении прогнозного перечня объектов капитального строительства и капитальных ремонтов муниципальной собственности на 2024 год и плановый период 2025-2026 годов, финансируемых за счёт средств районного бюджета Солнечного муниципального района Хабаровского края».

С текстами постановлений жители района могут ознакомиться в Приложении к газете «Солнечный меридиан» № 38 от 19.09.2023, в районной библиотеке и на официальном Интернет-портале администрации Солнечного муниципального района по адресу: <http://solnechniyadm.khabkrai.ru>

Расписание служб

Храм Покрова Пресвятой Богородицы

п. Солнечный

20 сентября. Среда.

9.00 – Молебен. Лития.

16.00 – Вечернее богослужение.

Исповедь.

21 сентября. Четверг

8.00 – Божественная литургия «Рождество Пресвятой Богородицы».

22 сентября. Пятница.

9.00 – Молебен.

10.00 – Крещение.

23 сентября. Суббота.

9.00 – Встреча мощей блаженной

Матроны Московской. Молебен. Акафист.

16.00 – Вечернее богослужение.

Исповедь.

19.00 – Молебен блаженной Матроне Московской.

24 сентября. Воскресенье.

8.30 – 9.00 – Божественная литургия.

25 сентября. Понедельник.

9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.

26 сентября. Вторник.

9.00 – Молебен Пресвятой Богородице. Лития.

16.00 – Вечернее богослужение.

Вынос Креста.

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 иерея Ярослава Гавицкого.

тел. 2-26-98.

ТРЕБУЮТСЯ

Реклама

ООО «СК «Пик»

СРОЧНО!

- монтажники сантехнических, вентиляционных систем, сварщики на крупный строительный объект в г. Амурск.

Официальное трудоустройство.

ЗП от 60 000 руб.

Предоставляется квартира, суточные. **Не вахта. +7 914 150 00 64, +7 914 417 30 87.**

ВНИМАНИЕ!

В Солнечной районной больнице с 1 сентября по 1 ноября 2023 года проводится вакцинация взрослого и детского населения против **ГРИППА**.

Для проведения вакцинации необходимо обратиться в регистратуру поликлиники с 8.30 до 14.30 часов.

Населению района необходимо обратиться в медицинское учреждение, в котором оказывается первичная медицинская помощь жителям данного населённого пункта (отделение, амбулатория, ФАП).

При себе иметь амбулаторную карту, страховой медицинский полис, паспорт либо свидетельство о рождении.

Администрация КГБУЗ «Солнечная РБ»

Реклама

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

Реклама

АО «Оловянная рудная компания» горно-обогатительное предприятие, видом деятельности которого является подземная добыча и переработка оловянных руд, приглашает на постоянную работу:

На рудник:

- Машинист компрессорных установок;

- Инженер КИПиА;

- Горный диспетчер;

- Начальник участка ППР;

- Проходчик самоходного бурения.

На обогатительную фабрику:

- Электрослесарь дежурный и по ремонту оборудования;

- Слесарь дежурный и по ремонту оборудования;

- Слесарь-ремонтник;

- Машинист мостового крана;

- Машинист реагентов;

- Машинист насосных установок;

- Флотатор;

- Линейный механик;

В РМУ:

- Электрогазовщик.

Обращаться в отдел кадров: 682711

Хабаровский край, Солнечный район,

п. Солнечный, Ленина 27, 1-ый этаж,

правое крыло, каб. 111 Резюме направлять на эл. почту: votchel_ts@seligdar.ru

тел. 8-914-154-06-47; 8(4212) 92-97-92

Внимание!

Приглашаем граждан, зарегистрированных в Центре занятости населения по Солнечному району в качестве безработных и ищущих работу для оказания меры социальной поддержки «Государственная социальная помощь на основании социального контракта» по направлению «Поиск работы» в размере 20 895,00 руб. одновременно и 10 447,50 руб. в течение трёх месяцев с даты подтверждения факта трудоустройства.

Записаться на приём и проконсультироваться можно по телефону:

8 (42142) 39 2 65, 39 2 60.

КГКУ «Центр социальной поддержки населения по Солнечному району».

Уважаемые жители

п. Солнечный и Солнечного района!

с 9 сентября 2023 года проводится вакцинация взрослого населения против ГРИППА выездной бригадой.

Вакцинация против гриппа предотвращает развитие тяжелого течения заболевания во время эпидемии гриппа, предупреждает развитие осложнений.

Бригада по вакцинации против гриппа будет работать в п. Солнечный:

- на площади у магазина ДНС по субботам с 10.00. до 13.00. часов.

- около районного Дома культуры по вторникам с 17.00. до 19.00. часов

При себе иметь страховой медицинский полис, паспорт.

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ РАЙОНА

«О возможном ввозе на территорию района больного бруцеллезом крупного рогатого скота»

Управление ветеринарии Правительства Саратовской области сообщает, что с территории ИП Тугушева М.Р., являющейся неблагополучной по бруцеллезу, в неизвестном направлении выбыл больной бруцеллезом крупный рогатый скот в количестве 103 головы с идентификационными номерами: 76019, 618370, 618330, 30104, 20272, 74395, 210711, 71183, 76017, 210235, 210740, 2232, 210130, 210724, 210742, 74267, 210433, 210338, 29333, 210429, 210314, 74795, 210246, 210823, 210211, 210621, 210216, 65953, 75564, 618242, 618254, 210902, 74261, 70000, 65958, 201204, 62819, 73200, 201266, 75548, 74396, 210228, 1686, 618288, 210104, 617474, 73228, 74276, 74294, 74298, 1300, 20277, 210632, 75574, 1364, 210525, 3158, 76008, 76009, 75516, 29664, 1683, 73211, 74245, 20271, 20249, 8163, 16098, 74391, 31066, 48903, 75562, 210726, 74275, 210247, 74400, 210720, 60394, 30162, 2313, 210147, 62835, 76443, 210224, 74397, 210437, 210534, 74246, 1687, 0112, 72340, 73197, 210348, 200822, 76464, 209259, 76470, 76343, 210242, 201246, 76835, 76834, 76833.

В целях недопущения возникновения и распространения бруцеллеза сообщаем о возможном ввозе на территорию района больного бруцеллезом крупного рогатого скота.

В случае выявления указанного крупного рогатого скота на территории района просим информировать государственную ветеринарную службу Хабаровского края (адреса и графики работы учреждений государственной ветеринарной службы края размещены на сайте управления ветеринарии Правительства Хабаровского края: <https://vet.khabkrai.ru>).

Отдел экономического развития и прогнозирования администрации Солнечного района



ВОЕННАЯ СЛУЖБА ПО КОНТРАКТУ – ТВОЙ ВЫБОР!

ВЫСОКООПЛАЧИВАЕМАЯ РАБОТА ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН!

ЕДИНОВРЕМЕННЫЕ ВЫПЛАТЫ ПРИ ПОДПИСАНИИ КОНТРАКТА

495 ТЫС. РУБЛЕЙ

ДЕНЕЖНОЕ ДОВОЛЬСТВИЕ НА ПЕРИОД КОНТРАКТА

от 204 ТЫС. РУБЛЕЙ

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА РАБОТНИКАМ ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГИ ПРИ ПОДПИСАНИИ КОНТРАКТА

200 ТЫС. РУБЛЕЙ



ВСЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ И ЛЬГОТЫ ВОЕННОСЛУЖАЩИМ ПО КОНТРАКТУ



РАБОЧЕЕ МЕСТО СОХРАНЯЕТСЯ ПО ЗАВЕРШЕНИЮ СЛУЖБЫ



ПРОЖИВАНИЕ, ПИТАНИЕ, ЭКИПИРОВКА, ОБУЧЕНИЕ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ

ТРЕБОВАНИЯ:

- **ГРАЖДАНСТВО РФ**
- **ВОЗРАСТ ОТ 18 ЛЕТ**
- **МИНИМАЛЬНЫЙ ПАКЕТ ДОКУМЕНТОВ**

8 (4217) 54-89-28

8 (4217) 54-89-29



Сердечно поздравляем с 55-летним юбилеем ветерана МВД

Андрея Геннадьевича Кубарева!

Много - много долгих лет,
Крепкого здоровья,
Новых жизненных побед,
Сил и хладнокровья.
Для семьи опорой быть,
Меньше огорчаться,
С юмором всегда дружить,
Чаще улыбаться.
Оптимистом быть всегда,
Жить без сожалений.
И на многие года –
Радостных свершений!

А.К. Сергеев, врио начальника ОМВД России по Солнечному району, подполковник полиции.
С.А. Сергеев, председатель Совета ветеранов ОМВД России по Солнечному району, подполковник милиции в отставке.

Дорогие мои избиратели! 10 сентября 2023 года вы выбрали меня главой сельского поселения «Посёлок Горин». Спасибо вам за оказанное доверие, от всей души благодарю всех, кто поддержал мою кандидатуру на выборах, кто помогал во время предвыборной компании.

С уважением, В. КОЖЕВНИКОВ, глава сельского поселения «Посёлок Горин»

Уважаемые депутаты Солнечного района!

От всей души поздравляю вновь избранных депутатов!

Искренне желаю всем вам здоровья, счастья, мира, добра, бодрости, оптимизма, благополучия, процветания, согласия, энергии, долгих лет жизни, вдохновения, плодотворной работы, исполнения намеченных планов, новых достижений, профессиональных успехов в решении многих проблем.

С новыми силами двигаться вперёд!

Пусть осуществляются ваши задуманные проекты и пусть ваши идеи всегда воплощаются в жизнь!

С уважением, Галина Андреевна Сытник, командир народной дружины «Солнечный» и представитель Общественного совета при ОМВД России по Солнечному району

СТРОКИ БЛАГОДАРНОСТИ

Хочется выразить огромную благодарность жильцу дома №39 по ул. Ленина Сергею Владимировичу Бондаренко и его семье, за создание красоты на клумбах около нашего многоквартирного дома. Благодарим за труд, терпение, время, часто вложенные личные денежные средства, любовь и всю ту нежность, которую вы проявляете при уходе за растениями.

Вы вкладываете частичку своего тепла, в дело, которое приносит вам удовольствие, и очень радует окружающих. Проходя мимо всей этой красоты сразу хочется улыбнуться, пожелать соседу доброе утро, день, вечер, сказать добрые слова приветствия, с удовольствием поблагодарить Вас за эту красоту. Розы, сакура и другие растения, красивые, ухоженные клумбы - это радость для окружающих, красота, порядок на дворовой территории.

Хочется пожелать Вам здоровья, помощи соседей, благодарности прохожих, уважения к Вашему труду, низкий Вам поклон!!!

С уважением, жители подъездов №1, 2 по ул. Ленина, 39.

СТРОКИ БЛАГОДАРНОСТИ

Районное общество инвалидов выражает искреннюю благодарность ведущей клуба «Как это было» Людмиле Кирилловне Константиновой за организацию праздника, посвященного Дню посёлка. Благодаря Вам – людям с активной жизненной позицией и позитивным настроем, удалось организовать и провести такое замечательное мероприятие. Своим теплом Вы дарите надежду на лучшее, Ваше простое человеческое участие греет душу и наполняет сердце счастьем и уверенностью, что мир полон добрыми людьми. Благодарим Вас за доброе сердце. Вы дарите силы справиться со всеми невзгодами. Будьте уверены, Ваш труд не проходит даром.

Также выражаем огромное спасибо индивидуальному предпринимателю Наталье Васильевне Даринских – цветочный магазин «Жасмин» за прекрасные цветы.

Желаем успехов, счастья, здоровья!

Г. КУЛИКОВА, член общества инвалидов п. Солнечный

Об открытии детской площадки (ТОС)

14 сентября в п. Хурмули состоялось открытие детской игровой площадки, установленной в рамках реализации проекта «Счастливое детство» ТОС «Ключик». Проект получил финансовую поддержку из бюджета Солнечного муниципального района в рамках муниципальной программы «Содействие развитию территориального общественного самоуправления в Солнечном районе» и бюджета Хурмулинского сельского поселения. Для ребят в честь открытия устроили праздник с играми, конкурсами и призами. Несмотря на пасмурную погоду, дети остались довольны и площадкой, и праздником!

Е. ДЕУЛИНА, специалист первой категории Администрации Хурмулинского сельского поселения



Оперативный рейд «Должник» и «Ребёнок в машине»

Рано утром 7 сентября сотрудники ОГИБДД ОМВД России по Солнечному району провели рейд, в котором осуществлялась массовая проверка транспортных средств, в том числе и пассажирские перевозки.

В рейдовом мероприятии работали начальник отделения ГИБДД Сергей Анатольевич Вивсянко, старший государственный инспектор Николай Анатольевич Бухман, старшие инспекторы дорожно-патрульной службы Степан Николаевич Класс и Алексей Александрович Дмитриев.

В рейде принимали участие судебный пристав-исполнитель – Людмила Владимировна Ермилова и командир народной дружины «Солнечный» Галина Андреевна Сытник.

Рейд утверждён врио начальника ОМВД России по Солнечному району Александром Константиновичем Сергеевым.

Личным составом ГИБДД проверено 36 водителей, осмотрено 17 транспортных средств, составлено 11 административных материалов.

Из них выявлены нарушения правил перевозки детей – 2, нарушение правил пользования ремнями безопасности – 4, без полисов ОСАГО – 4, без технического осмотра транспортного средства – 1.

По базе данных отделения судебных приставов проверены граждане и вручены повестки для явки в ОСП по Солнечному району.

Общими усилиями проведённый рейд дал положительные результаты.

Уважаемые водители!

Соблюдайте правила дорожного движения!

Будьте внимательны и осторожны на дороге!

Галина Андреевна Сытник, командир народной дружины «Солнечный» и представитель Общественного совета при ОМВД России по Солнечному району





Понедельник, 25 сентября

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.10 «АнтиФейк» (16+)
09.50 «Жить здорово!» (16+)
10.40 **«Тегран-43» (12+)**
12.00 Новости
12.10 **«Тегран-43» (12+)**
13.45 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
16.00 Новости
16.25 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
17.10 «Давай поженимся!» (16+)
18.05 «Мужское / Женское» (16+)
19.00 Новости
19.15 Информационный канал (16+)
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«Спроси Марту» (16+)**
22.40 «Большая игра» (16+)
23.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Вторник, 26 сентября

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.45 «Жить здорово!» (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
16.00 Новости
16.20 Информационный канал (16+)
17.15 «Давай поженимся!» (16+)
18.05 «Мужское / Женское» (16+)
19.00 Новости
19.15 Информационный канал (16+)
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«Спроси Марту» (16+)**
22.45 «Большая игра» (16+)
23.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Среда, 27 сентября

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.45 «Жить здорово!» (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
16.00 Новости
16.20 Информационный канал (16+)
17.15 «Давай поженимся!» (16+)
18.05 «Мужское / Женское» (16+)
19.00 Новости
19.15 Информационный канал (16+)
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«Спроси Марту» (16+)**
22.45 «Большая игра» (16+)
23.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Четверг, 28 сентября

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.05 «АнтиФейк» (16+)
09.45 «Жить здорово!» (16+)
10.35 Информационный канал (16+)
16.00 Новости
16.20 Информационный канал (16+)
17.15 «Давай поженимся!» (16+)
18.05 «Мужское / Женское» (16+)
19.00 Новости
19.15 Информационный канал (16+)
19.55 «Куклы наследника Тутти» (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«Спроси Марту» (16+)**
22.45 «Большая игра» (16+)
23.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Пятница, 29 сентября

05.00 «Доброе утро»
09.00 Новости
09.15 «АнтиФейк» (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Информационный канал (16+)
18.00 Вечерние Новости (16+)
18.40 «Человек и закон» (16+)
19.45 «Поле чудес» (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос. Уже не дети» (12+)
23.50 **«Один на один» (12+)**
01.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Суббота, 30 сентября

06.00 «Доброе утро»
09.00 «Умники и умницы» (12+)
09.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00 Новости
10.10 «Наше всё» (12+)
11.05 «ПроУют» (0+)
12.00 Новости
12.15 «Поехали!» (12+)
13.10 **«Бег» (12+)**
17.00 «Человек века» (12+)
18.00 Вечерние Новости (16+)
18.20 «Михаил Задорнов: вся жизнь». (16+)
19.10 «Эксклюзив» (16+)
20.00 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером» (16+)
23.15 «Человек века» (12+)
00.10 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)

Воскресенье, 1 октября

04.55 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
05.30 «Часовой» (12+)
06.00 Новости
06.15 Бокс. Вечер Чемпионов ИВА. Мурат Гассиев (Россия) - Отто Валлин (Швеция). Бой за титул WBA Inter-Continental в тяжелом весе.
07.15 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
08.00 «Здоровье» (16+)
09.05 «Мечталлион». (12+)
09.40 «Непутевые заметки» (12+)
10.00 Новости
10.10 «Жизнь своих» (12+)
11.05 «Повара на колесах» (12+)
12.00 Новости
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.20 **«Покровские ворота» (12+)**
17.05 «Кто взорвал «Северные потоки?»» (16+)
18.00 Вечерние Новости (16+)
19.00 **«Три аккорда» (16+)**
21.00 «Время»
22.35 «Что? Где? Когда?» (16+)
23.45 «ArtMasters». (12+)
01.20 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)



Понедельник, 25 сентября

05.00 «Утро России»
09.00 Вести. Местное время.
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести.
11.30 «60 минут». (12+).
14.00 Вести.
14.30 Вести. Местное время.
14.55 «Наши». (12+).
16.00 Вести.
16.30 «Малахов». (16+).
17.30 «60 минут». (12+).
20.00 Вести.
21.05 Вести. Местное время.
21.20 **«Доктор Краснов» (16+)**
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
02.20 **«Тайны следствия» (12+)**
04.05 **«Морозова» (16+)**.

Вторник, 26 сентября

05.00 «Утро России»
09.00 Вести. Местное время.
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». (12+).
11.00 Вести.
11.30 «60 минут». (12+).
14.00 Вести.
14.30 Вести. Местное время.
14.55 «Наши». (12+).
16.00 Вести.
16.30 «Малахов». (16+).
17.30 «60 минут». (12+).
20.00 Вести.
21.05 Вести. Местное время.
21.20 **«Доктор Краснов» (16+)**
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
02.05 **«Тайны следствия» (12+)**
03.50 **«Морозова» (16+)**.

Среда, 27 сентября

05.00 «Утро России»
09.00 Вести. Местное время.
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». (12+).
11.00 Вести.
11.30 «60 минут». (12+).
14.00 Вести.
14.30 Вести. Местное время.
14.55 «Наши». (12+).
16.00 Вести.
16.30 «Малахов». (16+).
17.30 «60 минут». (12+).
20.00 Вести.
21.05 Вести. Местное время.
21.20 **«Доктор Краснов» (16+)**
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
02.05 **«Тайны следствия» (12+)**.

03.50 «Морозова» (16+).

Четверг, 28 сентября

05.00 «Утро России»
09.00 Вести. Местное время.
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». (12+).
11.00 Вести.
11.30 «60 минут». (12+).
14.00 Вести.
14.30 Вести. Местное время.
14.55 «Наши». (12+).
16.00 Вести.
16.30 «Малахов». (16+).
17.30 «60 минут». (12+).
20.00 Вести.
21.05 Вести. Местное время.
21.20 **«Доктор Краснов» (16+)**
23.25 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». (12+).
02.05 **«Тайны следствия» (12+)**
03.50 **«Морозова» (16+)**.

Пятница, 29 сентября

05.00 «Утро России»
09.00 Вести. Местное время.
09.30 «Утро России»
09.55 «О самом главном». (12+).
11.00 Вести.
11.30 «60 минут». (12+).
14.00 Вести.
14.30 Вести. Местное время.
14.55 «Судьба человека». (12+).
16.00 Вести.
16.30 «Прямой эфир». (16+).
17.30 «60 минут». (12+).
20.00 Вести.
21.15 Вести. Местное время.
21.30 «Ну-ка, все вместе!». (12+).
00.10 «Истории Большой Страны». (12+).
01.10 **«Сжигая мосты» (12+)**.

Суббота, 30 сентября

05.00 «Утро России»
08.00 Вести. Местное время.
08.20 Местное время.
08.35 «По секрету всему свету».
09.00 «Формула еды». (12+).
09.25 «Пятеро на одного».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.50 «В кругу друзей».
12.50 «Доктор Мясищев». (12+).
14.00 Вести.
14.50 «Юморина». (16+).
17.00 Вести.
17.50 «Привет, Андрей!» (12+).
20.00 Вести.
21.05 Вести. Местное время.
21.20 **«Доктор Краснов» (16+)**
23.20 **«Движение вверх» (6+)**
01.50 **«Новороссия» (12+)**
03.15 **«Балканский рубеж» (16+)**.

Воскресенье, 1 октября

06.15 **«Последняя жертва» (12+)**
08.00 Местное время.
08.35 «Когда все дома».
09.25 «Утренняя почта».
10.10 «Сто к одному».
11.00 Вести.
11.50 Праздничный концерт.
13.45 **«Самая любимая» (12+)**
16.00 Вести.
16.50 «Песни от всей души». (12+).
19.00 Вести недели.
21.30 Москва. Кремль. Путин.
22.00 **«1993 год. Перелом».. (12+)**
23.35 «Воскресный вечер». (12+).
02.30 **«Последняя жертва» (12+)**.



Понедельник, 25 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 **«ПЕС» (16+)**.
10.00 «Сегодня».
10.35 **«ПЕС» (16+)**.
13.00 «Сегодня».
13.30 «ЧП».
14.00 «Место встречи» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.45 «За гранью» (16+).
17.50 «ДНК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 **«ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» (16+)**
22.15 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
23.35 «Сегодня».
00.00 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
00.55 **«А.Л.Ж.И.Р.» (16+)**.
03.25 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.

Вторник, 26 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 **«ПЕС» (16+)**.
10.00 «Сегодня».
10.35 **«ПЕС» (16+)**.
13.00 «Сегодня».
13.30 «ЧП».
14.00 «Место встречи» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.45 «За гранью» (16+).
17.50 «ДНК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 **«ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» (16+)**
22.15 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
23.35 «Сегодня».
00.00 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
00.55 **«А.Л.Ж.И.Р.» (16+)**.
03.20 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.

Среда, 27 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 **«ПЕС» (16+)**.
10.00 «Сегодня».
10.35 **«ПЕС» (16+)**.
13.00 «Сегодня».
13.30 «ЧП».
14.00 «Место встречи» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.45 «За гранью» (16+).
17.50 «ДНК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 **«ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» (16+)**
22.15 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
23.35 «Сегодня».
00.00 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
00.55 **«А.Л.Ж.И.Р.» (16+)**.
03.20 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.

Четверг, 28 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 **«ПЕС» (16+)**.
10.00 «Сегодня».
10.35 **«ПЕС» (16+)**.
13.00 «Сегодня».
13.30 «ЧП».
14.00 «Место встречи» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.45 «За гранью» (16+).
17.50 «ДНК» (16+).
19.00 «Сегодня».
20.00 **«ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» (16+)**
22.15 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
23.35 «Сегодня».
00.00 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
00.55 «Поздняков» (16+).
01.10 «Мы и наука. Наука и мы» (12+).
01.55 **«А.Л.Ж.И.Р.» (16+)**.
03.45 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**
04.35 «Военно-исторические маршруты» (16+).

Пятница, 29 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).
09.25 **«ПЕС» (16+)**.
10.00 «Сегодня».
10.35 **«ПЕС» (16+)**.
13.00 «Сегодня».
13.30 «ЧП».
14.00 «Место встречи» (16+).
16.00 «Сегодня».
16.45 «ДНК» (16+).
17.55 «Жди меня» (12+).
19.00 «Сегодня».
20.00 **«ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» (16+)**
22.15 **«НАПАРНИКИ» (16+)**.
00.00 «Своя правда»
01.50 «Квартирный вопрос» (0+).
02.45 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+).
03.15 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.

Суббота, 30 сентября

04.50 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
07.25 «Смотр» (0+).
08.00 «Сегодня».
08.20 «Поедем, поедим!» (16+).
09.20 «Едим дома» (0+).
10.00 «Сегодня».
10.20 «Главная дорога» (16+).
11.00 «Живая еда» (12+).
12.00 «Квартирный вопрос» (0+).
13.10 «Попутчик» (16+).
14.20 «Игры разумов» (0+).
15.00 «Своя игра» (0+).
16.00 «Сегодня».
16.20 «ЧП. Расследование» (16+).
17.00 «Следствие вели...» (16+).
19.00 «Центральное телевидение»

20.20 «Ты не поверишь!» (16+).
21.20 «Секрет на миллион». (16+).
23.25 «Международная пилорама» (18+).
00.15 «Уроки русского» (12+).
00.45 «Квартирник НТВ у Маргулиса». Леонид Кузьмин (16+).
02.10 «Дачный ответ» (0+).
03.05 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.

Воскресенье, 1 октября

04.45 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» (16+)**
06.30 «Центральное телевидение» (16+).
08.00 «Сегодня».
08.20 «У нас выигрывают!» (12+).
10.00 «Сегодня».
10.20 «Первая передача» (16+).
11.00 «Чудо техники» (12+).
12.00 «Дачный ответ» (0+).
13.00 «НашПотребНадзор» (16+).
14.05 «Однажды...» (16+).
15.00 «Своя игра» (0+).
16.00 «Сегодня».
16.20 «Человек в праве» (16+).
17.00 «Следствие вели...» (16+).
18.00 «Новые русские сенсации» (16+).
19.00 «Итоги недели»
20.20 «Ты супер!» (6+).
23.00 «Звезды сошлись» (16+).
00.40 «Основано на реальных событиях» (16+).
03.15 **«ГЛАЗА В ГЛАЗА» (16+)**.



Понедельник, 25 сентября

07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Ветераны (12+)
11:25 PRO хоккей (12+)
11:40 Слово веры (12+)
12:00 Школа здоровья (16+)
13:05 **«Рецепты семейного счастья» (12+)**
15:00 Новости (16+)
15:20 История русской еды (12+).
15:45 Новости (16+)
16:05 Энциклопедия загадок (12+).
16:35 Новости (16+)
16:55 Больше, чем любовь (12+).
17:45 Новости (16+)
18:00 Сколько живет любовь (16+).
19:00 Новости (16+)
19:50 Место происшествия (16+).
19:55 Говорит Губерния (16+).

Вторник, 26 сентября

07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Новости (16+)
11:25 PRO хоккей (12+)
11:40 Слово веры (12+)
12:00 Школа здоровья (16+)
13:05 **«Рецепты семейного счастья» (12+)**
15:00 Новости (16+)
15:20 История русской еды (12+).
15:45 Ветераны (12+)
20:10 Новости (16+)
22:00 Место происшествия (16+).
22:05 Говорит Губерния (16+).
23:10 Новости (16+)
23:55 Место происшествия (16+).
00:05 **«Семейная тайна» (16+)**
01:40 Новости (16+)
02:20 Место происшествия (16+).
02:25 Говорит Губерния (16+).
03:15 Новости (16+)
04:00 Говорит Губерния (16+).
04:50 Энциклопедия загадок (12+).
05:40 История русской еды (12+).
06:10 Место происшествия (16+).
06:15 Новости (16+).

Вторник, 26 сентября

07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Новости (16+)
12:00 Говорит Губерния (16+).
13:00 **«Рецепты семейного счастья» (12+)**
15:00 Новости (16+)
15:20 Место происшествия (16+).
15:25 История русской еды (12+).
15:50 Новости (16+)
16:10 Энциклопедия загадок (12+).
16:35 Новости (16+)
16:45 Говорит Губерния (16+).
17:45 Новости (16+)
18:00 Сколько живет любовь (16+).
19:00 Новости (16+)
19:50 Место происшествия (16+).
19:55 Говорит Губерния (16+).
20:55 Место происшествия (16+).

21:00 Новости (16+)
21:50 Место происшествия (16+).
21:55 Говорит Губерния (16+).
22:55 Новости (16+)
23:45 Место происшествия (16+).
23:50 **«Семейная тайна» (16+)**
01:35 Новости (16+)
02:15 Место происшествия (16+).
02:20 Говорит Губерния (16+).
03:10 Новости (16+)
03:50 Говорит Губерния (16+).
04:40 Энциклопедия загадок (12+).
05:35 История русской еды (12+).
06:00 PRO хоккей (12+)
06:10 Место происшествия (16+).
06:15 Новости (16+).

Среда, 27 сентября

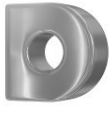
07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Новости (16+)
12:00 Говорит Губерния (16+).
12:55 **«Принцесса на бобах» (12+)**
15:00 Новости (16+)
15:20 Место происшествия (16+).
15:25 История русской еды (12+).
15:50 Новости (16+)
16:10 Энциклопедия загадок (12+).
16:35 Новости (16+)
16:45 Говорит Губерния (16+).
17:45 Новости (16+)
18:00 Сколько живет любовь (16+).
19:00 Новости (16+)
19:50 Место происшествия (16+).
19:55 Говорит Губерния (16+).
20:55 Место происшествия (16+).
21:00 Новости (16+)
21:50 Место происшествия (16+).
21:55 Говорит Губерния (16+).
22:55 Новости (16+)
23:45 Место происшествия (16+).
23:50 **«Отель «Президент» (12+)**
01:30 Новости (16+)
02:10 Место происшествия (16+).
02:15 Говорит Губерния (16+).
03:05 Новости (16+)
03:45 Говорит Губерния (16+).
04:35 Сколько живет любовь (16+).
06:10 Место происшествия (16+).
06:15 Новости (16+).

Четверг, 28 сентября

07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Ветераны (12+)
11:25 PRO хоккей (12+)
11:40 Слово веры (12+)
12:00 Школа здоровья (16+)
13:05 **«Рецепты семейного счастья» (12+)**
15:00 Новости (16+)
15:20 История русской еды (12+).
15:45 Новости (16+)
16:05 Энциклопедия загадок (12+).
16:35 Новости (16+)
16:55 Больше, чем любовь (12+).
17:45 Новости (16+)
18:00 Сколько живет любовь (16+).
19:00 Новости (16+)
19:50 Место происшествия (16+).
19:55 Говорит Губерния (16+).
20:55 Ветераны (12+)
21:10 Новости (16+)
22:00 Место происшествия (16+).
22:05 Говорит Губерния (16+).
23:10 Новости (16+)
23:55 Место происшествия (16+).
00:05 **«Семейная тайна» (16+)**
01:40 Новости (16+)
02:20 Место происшествия (16+).
02:25 Говорит Губерния (16+).
03:15 Новости (16+)
04:00 Говорит Губерния (16+).
04:50 Энциклопедия загадок (12+).
05:40 История русской еды (12+).
06:10 Место происшествия (16+).
06:15 Новости (16+).

Четверг, 28 сентября

07:00 Утро с губернией (0+)
09:00 Школа здоровья (16+)
09:15 **«Отель «Президент» (12+)**
10:10 Утро с губернией (0+)
11:10 Новости (16+)
12:00 Место происшествия (16+).
12:05 Говорит Губерния (16+).
12:05 Говорит Губерния (16+).
13:05 Александр третий. Сильный, державный (12+).
14:05 Больше, чем любовь (12+).
15:00 Новости (16+)
15:20 Место происшествия (16+).
15:25 История русской еды (12+).
15:50 Новости (16+)
16:10 Энциклопедия загадок (12+).
16:35 Новости (16+)
16:45 Говорит Губерния (16+).
17:45 Новости (16+)
18:00 Сколько живет любовь (16+).
19:00 Новости (16+)
19:50 Место происшествия (16+).
19:55 Политпрайм (16+)
20:55



Понедельник, 25 сентября
6.30 «6 кадров» (16+).
6.45 «По делам несовершеннолетних» (16+).

7.35 «Давай разведемся!» (16+).
8.35 «Тест на отцовство» (16+).
10.45 «Понять. Простить» (16+).
11.55 «Порча». (16+).
13.00 «Знахарка» (16+).
13.35 «Верну любимого» (16+).
14.10 «Голоса ушедших душ» (16+).
14.45 «Преступления страсти» (16+).
19.00 «МАМА ВСЕГДА ПРАВА» (16+).
23.05 «Понять. Простить» (16+).
0.10 «Порча» (16+).
1.05 «Знахарка» (16+).
1.30 «Верну любимого» (16+).
2.00 «Голоса ушедших душ» (16+).
2.25 «Тест на отцовство» (16+).
4.05 «Преступления страсти» (16+).
5.40 «6 кадров» (16+).
5.45 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Вторник, 26 сентября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

7.25 «Давай разведемся!» (16+).
8.20 «Тест на отцовство» (16+).
10.30 «Понять. Простить» (16+).
11.35 «Порча». (16+).
12.40 «Знахарка» (16+).
13.15 «Верну любимого» (16+).
13.50 «Голоса ушедших душ» (16+).
14.25 «Твой Домашний доктор» (16+).
14.40 «Преступления страсти» (16+).
19.00 «НИКОМУ НЕ РАССКАЖЕМ» (16+).
23.05 «Понять. Простить» (16+).
0.05 «Порча» (16+).
1.00 «Знахарка» (16+).
1.25 «Верну любимого» (16+).
1.55 «Голоса ушедших душ» (16+).
2.20 «Тест на отцовство» (16+).
4.00 «Преступления страсти» (16+).
5.35 «6 кадров» (16+).
5.50 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Среда, 27 сентября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

7.30 «Давай разведемся!» (16+).
8.30 «Тест на отцовство» (16+).
10.40 «Понять. Простить» (16+).
11.45 «Порча». (16+).
12.55 «Знахарка» (16+).
13.30 «Верну любимого» (16+).
14.05 «Голоса ушедших душ» (16+).
14.40 «Преступления страсти» (16+).
19.00 «СУББОТНЯЯ ЖЕНА» (16+).
23.05 «Понять. Простить» (16+).
0.10 «Порча» (16+).
1.05 «Знахарка» (16+).
1.30 «Верну любимого» (16+).
2.00 «Голоса ушедших душ» (16+).
2.25 «Тест на отцовство» (16+).
4.05 «Преступления страсти» (16+).
5.40 «6 кадров» (16+).
5.50 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Четверг, 28 сентября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

7.30 «Давай разведемся!» (16+).
8.30 «Тест на отцовство» (16+).
10.40 «Понять. Простить» (16+).
11.45 «Порча». (16+).
12.55 «Знахарка» (16+).
13.30 «Верну любимого» (16+).
14.05 «Голоса ушедших душ» (16+).
14.40 «Преступления страсти» (16+).
19.00 «НА РЕКЕ» (16+).
23.00 «Понять. Простить» (16+).
0.10 «Порча» (16+).
1.05 «Знахарка» (16+).
1.30 «Верну любимого» (16+).
2.00 «Голоса ушедших душ» (16+).
2.25 «Тест на отцовство» (16+).
4.05 «Преступления страсти» (16+).
5.40 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Пятница, 29 сентября
6.30 «По делам несовершеннолетних» (16+).

7.15 «Давай разведемся!» (16+).
8.10 «Тест на отцовство» (16+).
10.20 «Понять. Простить» (16+).
11.30 «Порча». (16+).
12.35 «Знахарка» (16+).
13.10 «Верну любимого» (16+).
13.45 «Голоса ушедших душ» (16+).
14.15 «Сказки, подруга» (16+).
14.40 «Преступления страсти» (16+).
19.00 «ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ» (16+).
23.00 «Уют за 15 минут» (16+).
23.15 «Понять. Простить» (16+).
0.25 «Порча» (16+).
1.15 «Знахарка» (16+).
1.40 «Верну любимого» (16+).
2.10 «Голоса ушедших душ» (16+).
2.35 «Тест на отцовство» (16+).
4.15 «Преступления страсти» (16+).
5.40 «По делам несовершеннолетних» (16+).

Суббота, 30 сентября
6.30 «СЕСТРЁНКА» (16+).
8.10 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ» (16+).
10.15 «Пять ужинов» (16+).
10.30 «ИДЕАЛЬНОЕ ЗАБЛУЖДЕНИЕ» (16+).

14.45 «ДО СВАДЬБЫ ЗАЖИВЁТ» (16+).
19.00 «ЯРКОЕ ПЛАМЯ». (16+).
22.40 «Сказки, подруга» (16+).
22.55 «ОТДАМ КОТЯТ В ХОРОШИЕ РУКИ» (16+).
0.55 «СЕСТРЁНКА» (16+).
2.25 «Преступления страсти» (16+).
6.25 «ПРО ЛЮБОВЬ» (16+).

Воскресенье, 1 октября
6.30 «ПРО ЛЮБОВЬ» (16+).

8.25 «УЮТ ЗА 15 МИНУТ» (16+).
8.40 «ОТДАМ КОТЯТ В ХОРОШИЕ РУКИ» (16+).
10.45 «ТРЕБУЕТСЯ МАМА» (16+).
14.50 «ФАРФОРОВОЕ СЧАСТЬЕ» (16+).

19.00 «ЯРКОЕ ПЛАМЯ». (16+).
22.30 «Твой Домашний доктор» (16+).
22.45 «НЕВЕСТА С ЗАПРАВКИ» (16+).
0.45 «ПРО ЛЮБОВЬ» (16+).
2.35 «Преступления страсти» (16+).



Понедельник, 25 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 «Пешком...».
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ
07.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.35 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ.
08.15 «Печки-лавочки».
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ.
13.00 БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ.
15.05 «Три минуты тишины».
15.10 «Телефон, или Смерть «великого немого»».
15.55 «Агора».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 Инструментальные концерты.
18.15 «Рассказы из русской истории».
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 «Кривая Калашникова».
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
22.15 «Кража».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.
24.15 ХХ ВЕК.
01.30 Инструментальные концерты.
02.25 РОМАН В КАМНЕ.

Вторник, 26 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 «Пешком...».
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.35 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.10 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КНИГИ.
13.00 ОТТЕПЕЛЬ
13.20 «Игра в бисер»
14.05 «Кража».
15.10 «Три минуты тишины».
15.15 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
16.05 «Алов».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 «Эрмитаж».
17.40 ОТТЕПЕЛЬ
17.55 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.

19.10 ОТТЕПЕЛЬ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ.
21.30 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ.
22.15 «Кража».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.
24.15 ХХ ВЕК.
01.15 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.
02.30 РОМАН В КАМНЕ

Среда, 27 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 ЛЕТО ГОСПОДНЕ.
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.50 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КИНО.
13.00 ОТТЕПЕЛЬ
13.20 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР.
14.05 «Кража».
15.05 «Три минуты тишины».
15.10 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
16.05 «Человек эпохи».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 «Библиейский сюжет».
17.40 ОТТЕПЕЛЬ
17.55 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.

19.10 ОТТЕПЕЛЬ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 «УЧИТЕЛЬ ГОДА РОССИИ».
21.30 ВЛАСТЬ ФАКТА.
22.15 «Иркутская история».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
24.15 ХХ ВЕК
01.15 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.
02.30 РОМАН В КАМНЕ.

Четверг, 28 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 «Пешком...».
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.50 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КИНО.
13.00 ОТТЕПЕЛЬ
13.20 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР.
14.05 «Кража».
15.05 «Три минуты тишины».
15.10 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
16.05 «Человек эпохи».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 «Библиейский сюжет».
17.40 ОТТЕПЕЛЬ
17.55 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.
19.10 ОТТЕПЕЛЬ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 «УЧИТЕЛЬ ГОДА РОССИИ».
21.30 ВЛАСТЬ ФАКТА.
22.15 «Иркутская история».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
24.15 ХХ ВЕК
01.15 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.
02.30 РОМАН В КАМНЕ.

Пятница, 29 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 «Пешком...».
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.35 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ.
13.00 БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ.
15.05 «Три минуты тишины».
15.10 «Телефон, или Смерть «великого немого»».
15.55 «Агора».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 Инструментальные концерты.
18.15 «Рассказы из русской истории».
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 «Кривая Калашникова».
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
22.15 «Кража».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.
24.15 ХХ ВЕК.
01.30 Инструментальные концерты.
02.25 РОМАН В КАМНЕ.

07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ.
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.40 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Наблюдатель».
11.10 ХХ ВЕК.
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. ТЕАТР.
13.00 ОТТЕПЕЛЬ
13.20 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ.
14.05 «Иркутская история».
15.10 «Три минуты тишины».
15.15 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
16.05 ЛИНИЯ ЖИЗНИ.
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 МОЯ ЛЮБОВЬ - РОССИЯ!
17.40 ОТТЕПЕЛЬ
17.55 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.

19.10 ОТТЕПЕЛЬ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ
20.05 ОТКРЫТАЯ КНИГА.
20.30 «Спокойной ночи, малыши!».
20.45 «Москва слезам не верит»
21.30 «Энигма».
22.15 «Иркутская история».
23.20 «Три минуты тишины».
23.25 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
24.15 ХХ ВЕК.
01.30 XVII МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС ИМЕНИ П.И.ЧАЙКОВСКОГО. ЛАУРЕАТЫ.

Пятница, 29 сентября
06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
06.35 «Пешком...».
07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
07.05 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
08.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
08.05 СКАЗКИ ИЗ ГЛИНЫ И ДЕРЕВА.
08.15 «Жизнь и судьба».
08.35 «Варькина земля».
09.40 ОТТЕПЕЛЬ
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.20 «Дачники».
12.15 «Первые в мире».
12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
12.45 ОТКРЫТАЯ КНИГА.
13.15 ОТТЕПЕЛЬ
13.30 ВЛАСТЬ ФАКТА.
14.10 «Иркутская история».
15.15 «Три минуты тишины».
15.20 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ
16.15 «Энигма».
17.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
17.15 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ.
17.40 ОТТЕПЕЛЬ
17.55 «Царская ложа».
18.40 «Смехоностальгия».
19.10 ОТТЕПЕЛЬ
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 «УЧИТЕЛЬ ГОДА РОССИИ».
20.30 «Алов».
21.20 «Скверный анекдот».
21.55 «Три минуты тишины».
23.00 «2 ВЕРНИК 2».
24.15 «Кире».
01.40 «Лазурная обитель».
02.30 Мультфильмы для взрослых.

Суббота, 30 сентября
06.30 «Библиейский сюжет».
07.05 Мультфильмы.
07.35 «Скверный анекдот».
09.15 «МЫ - ГРАМОТЕИ!».
10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
10.15 «Цирк зажигает огни».
11.30 «Эрмитаж».
11.55 ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ
12.25 «Эпоха Дмитрия Лихачева, рассказанная им самим».
12.55 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА.
13.35 «Лазурная обитель».
14.20 «Три минуты тишины».
14.25 «Рассказы из русской истории».
15.20 «Илья Мечников».
16.05 БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ.
17.15 «Первые в мире».
18.10 «Энциклопедия загадок».
18.40 «Доминанты».
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 «КИНО история контрразведки».
20.45 «Рокировка в длинную сторону».
22.00 «Агора».
23.00 «Три минуты тишины».
23.05 КЛУБ ШАБОЛОВКА 311.
24.10 «День ангела».
01.20 ИСКАТЕЛИ.
02.05 Мультфильмы для взрослых.

Воскресенье, 1 октября
06.30 Мультфильм.
07.45 «Рокировка в длинную сторону».
09.15 «КИНО история контрразведки».
09.55 ДИАЛОГ О ЖИВОТНЫХ.
10.35 СТРОВА.
11.15 «День ангела».
12.30 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ.
13.10 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ.
13.40 «Игра в бисер»
14.20 «Элементы»
14.50 «Красавчик Антонио».
16.25 «Три минуты тишины».
16.30 «Картина мира».
17.10 «Пешком...».
17.45 «Мюнхенский сговор. Приглашение в ад».
18.30 «Романтика романса».
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
19.45 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
20.25 «Сверстницы».
21.45 «Три минуты тишины».
21.50 «Ночь Чайковского».
23.35 «Красавчик Антонио».
01.10 ДИАЛОГ О ЖИВОТНЫХ
01.50 «Легенда о Старостине».
02.35 Мультфильм для взрослых.



Понедельник, 25 сентября
06.00 «Настроение».
08.10 «Верные друзья». (12+).
08.45 «Первые встречи». (12+).
10.55 «Городское собрание». (12+).
11.30 События.
11.50 «Уравнение с неизвестными». (12+).

13.40 «Мой герой». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 «Сельский детектив». (12+).
16.55 «Фактор БЕЗ опасности». (16+).
17.35 «Петровка, 38». (16+).
17.50 События.
18.10 «Соколова подозревает всех». (12+).
22.00 События.
22.40 «Врачи в бронжилетах». (16+).
23.05 «Знак качества». (16+).
00.00 События.
00.30 «Петровка, 38». (16+).
00.45 «Кровавый пантеон Украины». (16+).
01.25 «Звездные семьи». (16+).
02.05 «Самые влиятельные женщины мира». (12+).
02.45 «Верные друзья». (12+).
03.15 «Сельский детектив». (12+).
04.40 «Короли эпизода». (16+).
05.25 «Мой герой». (12+).

Вторник, 26 сентября
06.00 «Настроение».
08.10 «Доктор И...» (16+).
08.50 «Первые встречи». (12+).
10.55 «Актёрские судьбы». (16+).
11.30 События.
11.50 «Уравнение с неизвестными». (12+).

13.40 «Мой герой». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 «Сельский детектив». (12+).
16.55 «Тайные дети звезд». (16+).
17.50 События.
18.15 «Соколова подозревает всех». (12+).
22.00 События.
22.35 «Закон и порядок». (16+).
23.05 «Судьба фаворита». (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.30 «Петровка, 38». (16+).
00.45 «Дорогие товарищи». (16+).
01.25 «Хроники московского быта». (16+).
02.05 «Брежнев, которого мы не знали». (12+).
02.45 «Актёрские судьбы». (16+).
04.40 «Короли эпизода». (16+).
05.20 «Мой герой». (12+).

Среда, 27 сентября
06.00 «Настроение».
08.15 «Доктор И...» (16+).
08.50 «Первые встречи». (12+).
10.55 «Актёрские судьбы». (16+).
11.30 События.
11.50 «Эксплуатив». (12+).
13.40 «Мой герой». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.00 «Сельский детектив». (12+).
16.55 «Звезды лёгкого поведения». (16+).
17.50 События.
18.15 «Соколова подозревает всех». (12+).

22.00 События.
22.35 «Хватит слухов!» (16+).
23.05 «90-е». (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.30 «Петровка, 38». (16+).
00.45 «90-е». (16+).
01.25 «Знак качества». (16+).
02.05 «Брежнев, которого мы не знали». (12+).
02.45 «Актёрские судьбы». (16+).
03.10 «Сельский детектив». (12+).
04.45 «Короли эпизода». (16+).
05.25 «Мой герой». (12+).

Четверг, 28 сентября
06.00 «Настроение».
08.15 «Доктор И...» (16+).
08.50 «Первые встречи». (12+).
10.55 «Актёрские судьбы». (16+).
11.30 События.
11.50 «Красная лента». (12+).
13.40 «Мой герой». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.05 «Сельский детектив». (12+).
16.55 «Фальшивая родня». (16+).
17.50 События.
18.15 «Соколова подозревает всех». (12+).
22.00 События.
22.35 «10 самых... Семья или слава?» (16+).
23.05 «Актёрские драмы» (16+).
00.00 События. 25-й час.
00.30 «Петровка, 38». (16+).
00.45 «Следствие ведёт КГБ». (16+).
01.25 «Заложники одной роли». (16+).
02.05 «Брежнев, которого мы не знали». (12+).
02.50 «Актёрские судьбы». (16+).
03.15 «Сельский детектив». (12+).
04.45 «Короли эпизода». (16+).
05.25 «Мой герой». (12+).

Пятница, 29 сентября
06.00 «Настроение».
08.10 «Селфи на память». (12+).
12.35 «Книжная девочка». (12+).
14.30 События.
14.50 Город новостей.
15.00 «Книжная девочка». (12+).
16.55 «Актёрские драмы». (16+).
17.50 События.
18.10 «Детектив на все руки». (12+).
22.00 «В центре событий» (16+).
23.00 «Приют комедиантов». (12+).
00.25 «Карцев, Ильченко, Жванецкий. Жизнь на троих». (12+).
01.10 «Красная лента». (12+).

02.40 «Эксплуатив». (12+).
04.10 «Петровка, 38». (16+).
04.25 «Заложники одной роли». (16+).
05.05 «Отвергнутый кумир». (16+).

Суббота, 30 сентября
05.50 «Призрак на двоих». (12+).
07.20 «Православная энциклопедия». (6+).

07.45 «Детектив на все руки». (12+).
11.30 События.
11.50 «Смешите меня семеро!» (16+).
13.00 «Возраст счастья». (12+).
14.30 События.
14.50 «Возраст счастья». (12+).
17.20 «Ледяное сердце Северины». (12+).
21.00 «Постскриптум»
22.05 «Право знать!» (16+).
23.20 События.
23.30 «Тайная комната». (16+).
00.10 «90-е». (16+).
00.55 «Врачи в бронжилетах». (16+).
01.20 «Хватит слухов!» (16+).
01.45 «Тайные дети звезд». (16+).
02.25 «Звезды лёгкого поведения». (16+).
03.05 «Фальшивая родня». (16+).
03.45 «Актёрские драмы». (16+).
04.25 «Петровка, 38». (16+).
04.35 «10 самых... Семья или слава?» (16+).
05.00 «Триумф и зависть». (12+).

Воскресенье, 1 октября
05.40 «Уравнение с неизвестными». (12+).

09.00 «Здоровый смысл». (16+).
09.30 «Везучая». (12+).
11.30 События.
11.45 «Наша смешная жизнь». (16+).
12.35 «Ларец Марии Медичи». (12+).
14.30 События.
14.45 «Дорогие товарищи». (16+).
15.30 «Следствие ведёт КГБ». (16+).
16.25 «Призрак на двоих». (12+).
18.20 «Выбирая себя». (16+).
22.15 «Цвет липы». (12+).
23.55 События.
00.10 «Цвет липы». (12+).
01.35 «Петровка, 38». (16+).
01.45 «Селфи на память». (12+).
05.00 «Дворожнице. На роду написано...» (12+).



Понедельник, 25 сентября
05.00 «Известия» (16+).
05.50 «Чужой район» (16+)
08.25 «Пиллигрим» (16+)
08.55 «Знание - сила» (0+)
09.00 «Известия» (16+).
09.30 «Пиллигрим» (16+)
13.00 «Известия» (16+).
13.30 «Пиллигрим» (16+)
17.00 «Известия» (16+).
17.30 «След» (16+)
21.35 «Свои» (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+).
00.30 «Свои» (16+)
02.45 «След» (16+)
04.00 «Прокурорская проверка» (16+)

Вторник, 26 сентября
05.00 «Известия» (16+).
05.25 «Прощаться не будем» (16+)
07.20 «Глухарь» (16+)
08.20 «Страна советов» (16+)
08.55 «Знание - сила» (0+)
09.00 «Известия» (16+).
09.30 «Глухарь» (16+).
13.00 «Известия» (16+).
13.30 «Глухарь» (16+).
17.00 «Известия» (16+).
17.30 «След» (16+)
21.35 «Свои» (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск» (16+).

Понедельник, 25 сентября
 5.05 «ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ». 16+.
 7.00 «Сегодня утром». 12+.
 9.00 Новости дня. 16+.
 9.20 «Вторая мировая: пламя и сталь». 16+.
 11.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.50 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.
 18.00 «Битва оружейников». 16+.
 18.50 «Специальный репортаж». 16+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.15 «По горячим следам». 16+.
 20.10 «Ищу своих». 12+.
 21.00 «Открытый эфир». 16+.
 22.45 «Между тем» 12+.
 23.15 «ВОР». 16+.
 1.15 «ТУМАН РАССЕИВАЕТСЯ». 16+.
 2.55 «Нюрнберг». 16+.
 3.40 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.

Вторник, 26 сентября
 5.15 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.
 7.00 «Сегодня утром». 12+.
 9.00 Новости дня. 16+.
 9.15 «Открытый эфир». 16+.
 11.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.50 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.
 18.00 «Битва оружейников». 16+.
 18.50 «Специальный репортаж». 16+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.15 «По горячим следам». 16+.
 20.10 «Улика из прошлого». 16+.
 21.00 «Открытый эфир». 16+.
 22.45 «Между тем» 12+.
 23.15 «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ». 12+.
 1.05 «ТУМАН РАССЕИВАЕТСЯ». 16+.
 2.45 «Нюрнберг». 16+.
 3.40 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.

Среда, 27 сентября
 5.15 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». 16+.
 7.00 «Сегодня утром». 12+.
 9.00 Новости дня. 16+.
 9.15 «Открытый эфир». 16+.
 11.00 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.20 «Война в Корее». 16+.
 18.00 «Битва оружейников». 16+.
 18.50 «Специальный репортаж». 16+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.15 «По горячим следам». 16+.
 20.10 «Секретные материалы». 16+.
 21.00 «Открытый эфир». 16+.
 22.45 «Между тем» 12+.
 23.15 «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ». 12+.
 1.10 «ТУМАН РАССЕИВАЕТСЯ». 16+.
 2.50 «Хроника Победы». 16+.
 3.20 «Война в Корее». 16+.

Четверг, 28 сентября
 5.05 «Война в Корее». 16+.
 7.00 «Сегодня утром». 12+.
 9.00 Новости дня. 16+.
 9.15 «Открытый эфир». 16+.
 11.00 «КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ». 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.25 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». 16+.
 18.00 «Битва оружейников». 16+.
 18.50 «Специальный репортаж». 16+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.15 «По горячим следам». 16+.
 20.10 «Код доступа». 12+.
 21.00 «Открытый эфир». 16+.
 22.45 «Между тем» 12+.
 23.15 «КОНТРУДАР». 12+.
 0.55 «ТУМАН РАССЕИВАЕТСЯ». 16+.
 2.35 «ЧУЖАЯ РОДНЯ». 12+.
 4.10 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». 16+.

Пятница, 29 сентября
 5.50 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». 16+.
 8.20 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» 12+.
 9.00 Новости дня. 16+.
 9.15 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» 12+.
 10.40 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.55 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». 12+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.40 «Загадки века». 12+.
 20.30 «Скрытые угрозы» 16+.
 21.20 «Специальный репортаж». 16+.
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!». 16+.
 23.00 «Музыка+». 12+.
 0.25 «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ». 12+.
 2.10 «ДЕЛА СЕРДЕЧНЫЕ». 12+.
 3.45 «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ». 12+.

Суббота, 30 сентября
 5.00 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». 12+.
 6.05 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО». 12+.
 8.00 Новости дня. 16+.
 8.15 «Морской бой». 6+.
 9.20 «Ступени Победы. Битва за Москву». 16+.
 10.05 «РЫБЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». 12+.

11.40 «Легенды музыки». 12+.
 12.10 «СССР. Знак качества» 12+.
 13.00 Новости дня. 16+.
 13.15 «Не факт!». 12+.
 13.40 «Война миров». 16+.
 14.30 «Легенды кино». 12+.
 15.20 «Время героев». 16+.
 15.40 «Главный день». 16+.
 16.30 «БИТВА ЗА МОСКВУ». 12+.
 19.00 Новости дня. 16+.
 19.15 «БИТВА ЗА МОСКВУ». 12+.
 0.35 «ИГРА БЕЗ ПРАВИЛ». 12+.
 2.15 «СЫЩИК». 12+.
 4.30 «Нюрнберг». 16+.
 5.05 «Хроника Победы». 16+.

Воскресенье, 1 октября
 5.30 «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». 12+.
 7.10 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». 12+.
 9.00 Новости недели 16+.
 9.25 «Служу России». 12+.
 9.55 «Военная приемка». 12+.
 10.40 «Скрытые угрозы» 16+.
 11.30 «Код доступа». 12+.
 12.20 «Легенды армии». 12+.
 13.15 «Специальный репортаж». 16+.
 13.30 «По горячим следам». 16+.
 13.45 «НАЗАД В СССР». 16+.
 18.00 Главное 16+.
 19.45 «Легенды советского сыска». 16+.
 20.40 «Легендарные матчи». 12+.
 23.20 «Фетисов». 12+.
 0.05 «НОЧНОЙ ПАТРУЛЬ». 12+.
 1.55 «Нюрнберг». 16+.
 2.35 «Хроника Победы». 16+.
 3.00 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». 12+.

Понедельник, 25 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 6.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Военная тайна». 16+.

11.00 «Как устроен мир». 16+.
 12.00 «112». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Загадки человечества». 16+.
 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+.
 15.00 «Засекреченные списки». 16+.
 16.00 «112». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 «Тайны Чапман». 16+.
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 19.00 «112». 16+.
 19.30 «Новости». 16+.
 20.00 «ЛЮДИ ИКС: НАЧАЛО. РОСОМАХА». 16+.
 22.05 «Водить по-русски». 16+.
 23.00 «Новости». 16+.
 23.30 Документальный спецпроект. 16+.
 0.30 «МОНСТРЫ». 16+.
 2.15 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 3.00 «Тайны Чапман». 16+.

Вторник, 26 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 6.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Военная тайна». 16+.
 10.00 «СОВБЕЗ». 16+.
 11.00 «Как устроен мир». 16+.
 12.00 «112». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Загадки человечества». 16+.
 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+.
 15.00 «Засекреченные списки». 16+.
 16.00 «112». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 «Тайны Чапман». 16+.
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 19.00 «112». 16+.
 19.30 «Новости». 16+.
 20.00 «РОСОМАХА: БЕССМЕРТНЫЙ». 16+.
 22.25 «Водить по-русски». 16+.
 23.00 «Новости». 16+.
 23.30 «Знаете ли вы, что?» 16+.
 0.30 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». 12+.
 2.15 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 3.05 «Тайны Чапман». 16+.

Среда, 27 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 6.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Засекреченные списки». 16+.
 11.00 «Как устроен мир». 16+.
 12.00 «112». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Загадки человечества». 16+.
 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+.
 15.00 «Засекреченные списки». 16+.
 16.00 «112». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 «Тайны Чапман». 16+.
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 19.00 «112». 16+.

19.30 «Новости». 16+.
 20.00 «ЛОГАН». 16+.
 22.45 «Смотреть всем!» 16+.
 23.00 «Новости». 16+.
 23.30 «Загадки человечества». 16+.
 0.30 «НОЧЬ СТРАХА». 16+.
 2.20 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 3.10 «Тайны Чапман». 16+.

Четверг, 28 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 6.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Документальный проект». 16+.
 11.00 «Как устроен мир». 16+.
 12.00 «112». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Загадки человечества». 16+.
 14.00 «Невероятно интересные истории». 16+.
 15.00 «Неизвестная история». 16+.
 16.00 «112». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 «Тайны Чапман». 16+.
 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 19.00 «112». 16+.
 19.30 «Новости». 16+.
 20.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». 16+.
 23.00 «Новости». 16+.
 23.30 «Загадки человечества». 16+.
 0.30 «ОБЛАЧНЫЙ АТЛАС». 18+.
 3.20 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 4.10 «Тайны Чапман». 16+.

Пятница, 29 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 6.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Военная тайна». 16+.
 10.00 «СОВБЕЗ». 16+.
 11.00 «Самое бесполезное оружие НАТО». 16+.
 12.00 «112». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Засекреченные списки». 16+.
 14.00 «Украина: на линии фронта». 16+.
 16.00 «112». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 «Украина: на линии фронта». 16+.
 19.00 «112». 16+.

19.30 «Новости». 16+.
 20.00 «ЛЮДИ ИКС: ТЕМНЫЙ ФЕНИКС». 16+.
 22.15 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». 16+.
 0.00 Соль. 16+.
 0.55 «ОЛЕНЬИ РОГА». 18+.
 2.40 «ПРИЗРАК». 16+.
 4.10 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Суббота, 30 сентября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 7.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Минтранс». 16+.
 10.00 «Самая полезная программа». 16+.
 11.00 «Военная тайна». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «Военная тайна». 16+.
 15.00 «СОВБЕЗ». 16+.
 16.30 «Новости». 16+.
 17.00 Документальный спецпроект. 16+.
 18.00 «Засекреченные списки». 16+.
 19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». 16+.
 21.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». 16+.
 23.35 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». 18+.
 1.55 «ЗАТЕРЯННЫЕ ВО ЛЬДАХ». 12+.
 3.20 «КОЛЬЦО ДРАКОНА». 16+.
 4.45 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.

Воскресенье, 1 октября
 5.00 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.
 7.00 «С бодрым утром!» 16+.
 8.30 «Новости». 16+.
 9.00 «Самая народная программа». 16+.
 9.30 «Знаете ли вы, что?» 16+.
 10.30 «Наука и техника». 16+.
 11.30 «Неизвестная история». 16+.
 12.30 «Новости». 16+.
 13.00 «ОККУПАЦИЯ». 16+.
 15.20 «ОККУПАЦИЯ: МИССИЯ «ДОЖДЬ». 16+.
 18.00 «ИНОПЛАНЕТНОЕ ВТОРЖЕНИЕ: БИТВА ЗА ЛОС-АНДЖЕЛЕС». 16+.
 20.20 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ». 16+.
 23.00 «Итоговая программа». 16+.
 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». 16+.



ВСТУПАЙ В ИМЕННОЙ АРТИЛЛЕРИЙСКИЙ ДИВИЗИОН «ЕРОФЕЙ ХАБАРОВ»
ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА ПО УКАЗУ ПРЕЗИДЕНТА РФ 195 000 РУБ.
ЕДИНОВРЕМЕННАЯ КРАЕВАЯ ВЫПЛАТА ПРИ ВСТУПЛЕНИИ В ИМЕННЫЕ ДИВИЗИОНЫ 300 000 РУБ.

ЗАПИШИСЬ НА СЛУЖБУ:
 г. Хабаровск, ул. Серышева, 3, тел.: 8 (4212) 39 71 93;
 ул. Аксенова, 28, тел.: 8 (914) 773-51-07

ПО ГОРИЗОНТАЛИ:

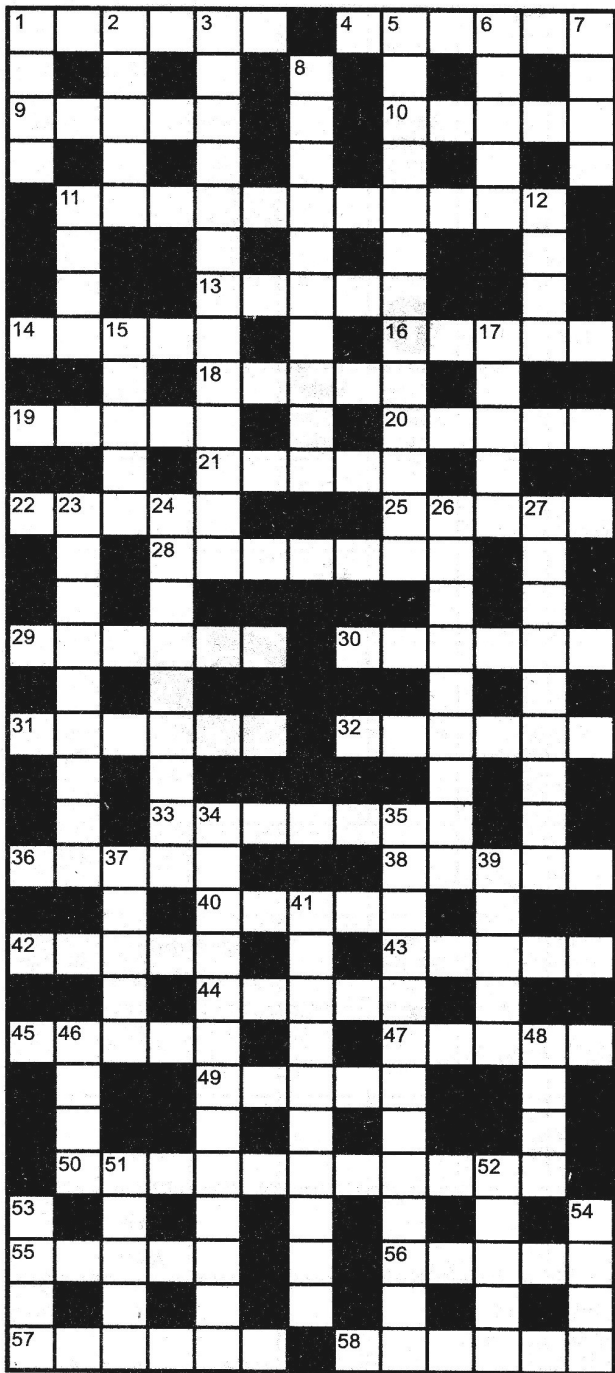
1. Бедная изба на разговорный лад. 4. Латинская чушь. 9. Садовый цветок, согласно легенде, выросший из пылинки, упавшей со звезды. 10. Родной край Василия Шукшина. 11. «Сердечная» наука. 13. Эффект от слеза. 14. Потомок от смешанного брака темнокожей и индейца. 16. Любитель посидеть с удочкой на берегу пруда с утра пораньше. 18. Приятель Славика в сериале «Наша Russia». 19. Крупный злак с метельчатым соцветием. 20. «Аксессуар», что вращается на талии гимнастки. 21. «Лягушачий» стиль плавания. 22. Юбка «самых строгих правил». 25. Дрожжащая живность, по мнению Ф. Достоевского. 28. Радостное оживление в дружной компании. 29. Механик из Цветочного города. 30. Скрепление вагонов. 31. Лейтенант из шекспировского «Отелло». 32. Привлечение на военную службу. 33. Коробка «скорой помощи» в салоне авто. 36. Совокупность социальных норм. 38. Государственная награда за особые заслуги. 40. Чудесная райская птица, обладающая чарующим голосом. 42. Болтовня воробьев. 43. Степень активности организма. 44. Мышиный рай под огромным замком. 45. Частица, несущая свет. 47. «Худючая» деревушка. 49. Автор сказки «Три Толстяка». 50. Эстрадный исполнитель с песней «Ждет тебя грузин». 55. Сплав для печных горшков. 56. Аргумент в споре. 57. Природное «джакузи». 58. Почетная охрана у Вечного огня.

ПО ВЕРТИКАЛИ:

1. Прыткий ловкач. 2. Прибалтийская республика с Вильнюсом. 3. Сходство с истиной по-другому. 5. Чувство признательности за оказанную помощь. 6. Имя певицы Хьюстон. 7. Единица измерения роста героини произведения Андерсена. 8. «Фанера», под которую поют. 11. Груда песка или щебня. 12. Небольшое углубление в земле для посадки картошки. 15. Мультиязычный Попай. 17. Старое название Мьянмы. 23. Компьютерная программа сжатия и уплотнения данных. 24. Великий киевский князь, организатор походов на Оку, в Поволжье, на Северный Кавказ и Балканы. 26. Доктор Айболит по специальности. 27. Удачное завершение следствия. 34. Коллективное решение или правительственное распоряжение. 35. Антишпионское ведомство. 37. Духовное звание, которое присвоил себе граф Монте-Кристо. 39. Река, путешествуя по которой, можно посетить Украину, Румынию, Сербию, Австрию, Словакию и Германию. 41. Затягивание раны. 46. Попаста как кур в 48. Остров-заповедник, на котором находится 22-главая церковь Преображения Господня. 51. Царь, чья любовь к лошадям довела до «экологической катастрофы». 52. Длинная скамья, укреплённая вдоль стены. 53. Рисунок на куске холста в каморке папы Карло. 54. Область, управляемая князем, в Древней Руси.

ОТВЕТЫ НА КРОССВОРД, ОПУБЛИКОВАННЫЙ В №37

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 1. Разброд. 11. Нелегал. 14. Индюк. 15. Ока. 16. Драма. 17. Загадка. 18. Подпись. 19. Лингвистика. 20. Коростель. 22. Катакомбы. 24. Атланта. 28. Почтамт. 29. Колонна. 30. Лилипутия. 31. Крестик. 36. Мазанка. 38. Габрово. 42. Автолавка. 44. Расцветка. 46. Скороспелка. 47. Колокол. 48. Верстак. 49. Древо. 50. Кус. 51. Толки. 52. Выковка. 53. Чоканье.
ПО ВЕРТИКАЛИ: 2. Загар. 3. Редиска. 4. Диалект. 5. Идальго. 6. Иконка. 7. Подвал. 8. Ватсон. 9. Аджика. 10. Таракан. 11. Напиток. 12. Ледокол. 13. Гримм. 21. Обогрев. 23. Бангкок. 25. Толща. 26. Ампер. 27. Титов. 32. Тальков. 33. Кувалда. 34. Бластер. 35. Журавль. 36. «Москвич». 37. Завтрак. 38. Геолог. 39. Брошка. 40. Отпуск. 41. Оплата. 43. Телок. 45. Титан.



Полоса препятствий, модные костюмы и отличное настроение!

Собака - друг человека воспринимается практически как аксиома. Если кого-то попросят назвать самого главного друга человека, то большинство, а может, и все назовут собаку. Ещё раз убедиться в этом смогли участники и зрители конкурса «Дог-Шоу», которое провели работники Станции юных натуралистов в честь празднования юбилея посёлка Солнечный.

К участию в конкурсе допускались команды хозяев и собак различных пород любого возраста с разным уровнем навыков дрессировки.

Участники вместе со своими питомцами проходили испытания в конкурсах, показывая умения своих четвероногих друзей.

Всего было четыре номинации, такие как: «Скрытые таланты», «Ринг», «Модный приговор» и «Полоса препятствий».

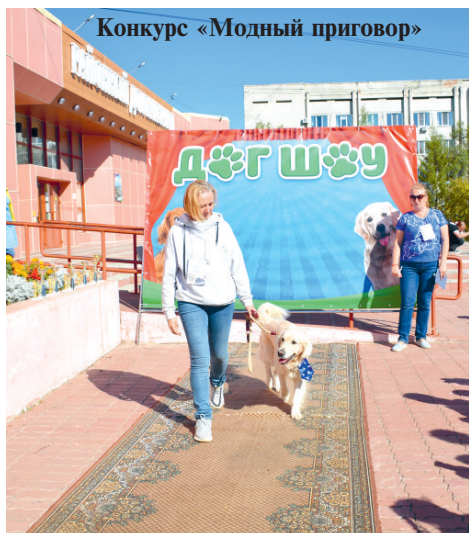
Самое красочное, яркое и, конечно же, красивое испытание — это дефиле «Модный приговор». Собаки в галстуках и шляпах грациозно прошли перед жителями и гостями посёлка.

Следующим было испытание, на котором собакам нужно было показать свои знания и навыки обоняния. Им было предложено найти банку с корицей, все собаки ловко справились с этим.

«Полоса препятствий» - одно из самых серьёзных испытаний как для собак, так и для самих хозяев. Ведь имен-



Екатерина КОМЕЛЬКОВА и Анастасия ПОГОРЯНСКАЯ



Конкурс «Модный приговор»



«Полоса препятствий»



Фото на память

но при преодолении препятствий чувствуется взаимосвязь хозяина со своим питомцем, то, как он умеет слушать и слышать своего владельца. Хозяева и их собаки показали хорошую подготовленность и собранность, несмотря на большое количество людей.

Эстафета прошла успешно и интересно, с соблюдением всех правил и норм. Питомцы послушно пробегали эстафету, ловко перепрыгивали преграду, проходили змейкой. За мероприятием восторженно наблюдали зрители всех возрастов, а участники и их четвероногие любимцы получали свои заслуженные аплодисменты.

По окончании «Дог-шоу» всех поблагодарили и поздравили за участие в конкурсе.

Победителями и призёрами, стали: Лауреат Гран-при Анастасия Погорянская и её Моня;

1 место - Валерия Березина и Стич;
2 место - Виктория Волкова и Джесси;
3 место - Павел Грачёв и Боня;

Арина СУХОВА.
Фото автора и С. БУРЛИНОЙ.