

Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 3 (1233)
15 ЯНВАРЯ 2025 г.

Дежурный
по номеру



Вопрос: чему
вы научились
в последнее
время?

Ваши звонки принимаются
с 16 по 21 января.
Звоните
с 10 до 16 часов.

8-904-980-30-77

Римма Александровна
Врубль

В НОВЫЙ ГОД – С НОВЫМИ ЗАКОНАМИ, НАЛОГАМИ, ТАРИФАМИ И ШТРАФАМИ

Елена Зинковская

По материалам газет «Известия», «Комсомольская правда», «Российская газета»
Фото tituldv.ru

Рост тарифов на жилищно-коммунальные услуги и величины штрафов за нарушение ПДД, новые госпошлины и прогрессивный подоходный налог ощутимо повлияют на состояние кошелька россиян. В то же время в 2025 году будут проиндексированы пенсии, вырастут МРОТ и прожиточный минимум.

ЖКХ дорожает

С 1 июля наступившего года вырастут тарифы на коммуналку. В этом году их индексация в среднем по стране составит 11,9%. В регионах подорожание может быть разным. Для каждого из них Правительство РФ утвердило предельные индексы изменения платы за коммунальные услуги – «потолок», в который должен уложиться рост тарифов в среднем по региону.

Самый высокий «потолок» в 2025 году установлен для Пермского края (21,1%) и Архангельской области (20%). Самый низкий – для Амурской области (8,6%). Дополнительно утверждены пределы отклонений, они колеблются от 2,1% до 5%. Например, в Магаданской области в каких-то районах коммуналка вправе подорожать на 14,3% (общий для страны «потолок» в 11,9% плюс утвержденное для этого региона предельное отклонение в 2,4%). Но значит, что в других муниципалитетах Магаданской области рост тарифов должен быть меньшим, чтобы в среднем уложиться в 11,9%.

Рост тарифов в Свердловской области окажется более существенным, чем годом ранее: если с 1 июля 2024 года предельный индекс повышения тарифов составил 9,8%, то в 2025 году – уже 13%. Также установлено максимальное отклонение от этого показателя в 2,1% – и в сторону понижения, и в сторону повышения. Значит, в нашем регионе тарифы могут повыситься минимум на 10,9% и максимум на 15,1%.

Речь идет именно об общем индексе, а не о повышении платы за каждую услугу – свет, воду, газ, отопление отдельно. Например, коммунальщики могут увеличить плату за горячее водоснабжение сразу на 20%, но при этом плата за электричество и отопление вырастет лишь на 2-4%. Баланс будет соблюден, общее повышение останется в разрешенных законом пределах.



Далеко не все свердловские муниципалитеты довольны таким положением дел: осенью депутаты на местном уровне обсуждали этот вопрос, более половины городов и районов Среднего Урала обратились к губернатору Е. Куйвашеву с обоснованиями и предложениями. Например, в Верхнем Тагиле депутаты просили установить предельный индекс на уровне 23%, Нижней Салде – 20,8%, Первоуральске – 20%, Сухом Логе – 19,98%. В Нижнем Тагиле парламентарии повысили планку до 18,1%. Местные градоначальники и представители предприятий ЖКХ считают такое увеличение тарифов обоснованным и вынужденным: растет стоимость ресурсов, материалов, ремонта и замены изношенных коммуникаций.

Пенсии идут вверх

С 1 января 2025 года возобновляется индексация страховых пенсий для работающих пожилых граждан. Им впервые с 2016 года увеличат пенсионные выплаты на 7,3%.

Индексация будет проводиться не от той суммы, которую работающий пенсионер получает сейчас, а от той, которую он получал бы, если бы не работал.

В Социальном фонде России приводят такой пример. Допустим, работающий пенсионер получает сейчас 19 527 рублей в месяц. Будь он неработающим, с учетом всех пропущенных индексаций получал бы 36 351 рубль. Именно от второй суммы и высчитают 7,3%: плюс 2 653 рубля в месяц. Соответственно, этому работающему пенсионеру станет с января приходить 22 181 рубль пенсии. База для расчета учтет все прошедшие индексации, но прибавку начислят только к той сумме, которую получает работающий пенсионер. Полное восстановление всех пропущенных повышений возможно лишь после его увольнения.

С января пенсионеры старше 80 лет и инвалиды 1-й группы станут автоматически получать ежемесячную доплату 1200 рублей независимо от того, ухаживает кто-то за ними официально или нет.

С 2025 года отменяется выплата денежной компенсации инвалидам, купившим технические средства реабилитации за свой счет. Теперь обеспечение протезами, кроме зубных, и протезно-ортопедическими изделиями будет осуществляться с помощью электронных сертификатов. Получить компенсацию

смогут лишь те, кто приобрел необходимые ТСР до 1 января 2025 года.

А еще поднимут МРОТ

Минимальный размер оплаты труда с 1 января увеличится до 22 440 рублей в месяц. Платить меньше этой суммы сотруднику, который занят полный день, работодатель не вправе. Благодаря повышению МРОТ на прибавку могут рассчитывать более 5 млн бюджетников и более 1,7 млн сотрудников отраслей строительства, промышленности, транспорта.

Вслед за МРОТ почти на 15% увеличится и прожиточный минимум. По стране он составит 17 733 рубля, для работоспособного населения – 19 329 рублей, для детей – 17 201 рубль, для пенсионеров – 15 250 рублей. В каждом регионе устанавливают свой прожиточный минимум, но ниже федерального он быть не может.

МРОТ и прожиточный минимум важны тем, что на их основе рассчитывается большая часть социальных выплат и пособий. От МРОТ зависит, в частности, минимально возможный размер больничных и декретных. От размера прожиточного минимума – доплата по-

Окончание. Начало на стр. 1

НОВЫЙ ГОД – С НОВЫМИ ЗАКОНАМИ, НАЛОГАМИ, ТАРИФАМИ И ШТРАФАМИ

жилым людям в случае, если размер их пенсии – ниже прожиточного минимума для пенсионеров в их регионе.

Фиксированная выплата для пенсий по старости составит 8729 рублей, стоимость пенсионного балла – 143 рубля. Опираясь на это, доплата за:

- каждого нетрудоспособного члена семьи, находящегося на иждивении пенсионера, составит треть фиксированной выплаты – 2910 рублей;

- за 15 лет стажа в районах Крайнего Севера станет равна 4364 рублям – половине от фиксированной выплаты;

- за 30 лет работы в отраслях сельского хозяйства пенсионерам, проживающим в сельской местности, каждый месяц будут доплачивать 2182 рубля.

С 1 февраля произойдет индексация ЕДВ – ежемесячной денежной выплаты, которая представляется определенным категориям граждан: ветеранам, инвалидам, несовершеннолетним узникам фашизма, лицам, пострадавшим в результате воздействия радиации. Для федеральных льготников стоимость набора соцуслуг составит 1694 рубля, ветеранов боевых действий – 4490 рублей, инвалидов I группы – 5714 рублей, II группы – 4080 рублей, III группы – 3266 рублей.

Дарение – только через нотариуса

С 13 января договор дарения любой недвижимости необходимо удостоверить у нотариуса. До этого граждане могли выбирать: заключать его нотариально или в простой письменной форме. По мнению законодателей, ужесточение нужно, чтобы защитить граждан от расплодившихся мошенников. С нотариусом надежнее – он обязан объяснить желающим подарить свою собственность юридические последствия этого поступка. И удостовериться, что они все поняли, действуют по собственной воле и находятся в здравом уме и памяти.

Обратная сторона вопроса – услуги нотариусов далеко не бесплатны. Бабушка, которая решила «переписать» свою долю в квартире на внука через дарение, теперь обязана будет дополнительно оплатить госпошлину за совершение нотариальных действий: 0,5% от суммы договора, то есть стоимости квартиры, но не менее 300 рублей и не более 20 тысяч рублей, плюс еще дополнительные сборы за услуги технического характера, оказанные в нотариальной конторе.

На освоение участка – три года

С 1 марта вступает в силу закон, по которому граждане обязаны осваивать свои земельные участки в населенных пунктах, садовых и огородных товариществах максимум за 3 года. Срок этот исчисляется с момента возникновения права собственности, например, после покупки земли или вступления в права наследства.

«Неиспользованным» участок будет считаться, если на нем в течение трех и более лет ничего не сажают; участок захламлен, зарос сорняками высотой более 1 метра и более чем на 50% площади; более года собственник не делал попыток очистить участок. «Освоением»

может считаться, например, освобождение садового участка от сорняков и мусора. То есть его достаточно просто покосить и почистить.

Статьей 8.8 Кодекса об административных правонарушениях для граждан предусмотрены административные штрафы:

- за неиспользование земельного участка, предназначенного для жилищного строительства, садоводства, огородничества, в установленные законом сроки, – до 1,5% кадастровой стоимости земли, но не менее 20 тысяч рублей;

- за невыполнение обязанностей по приведению земель в состояние, пригодное для использования по целевому назначению, – до 50 тысяч рублей.

Если нарушение будет выявлено впервые, штрафовать не станут, только выдадут предупреждение. Дальше пойдут штрафы, а если и это не поможет, «Росреестр» уведомит местные власти, а они вправе обратиться в суд с требованием об изъятии земельного участка и продаже его с торгов.

Построил дом – регистрируй

С 1 марта: запрещается эксплуатировать частные дома, которые не поставлены на кадастровый учет и не зарегистрированы.

До сих пор законом не регламентировалось, в какие сроки построенный дом надо регистрировать. Многие и не торопились, ведь с момента оформления дома надо платить налог на имущество. А жить можно и в не зарегистрированном – без лишних трат. С марта 2025-го обязанность по оформлению построенной недвижимости наступает сразу после завершения строительства. Иначе на дом можно только смотреть, а эксплуатировать, то есть жить в нем, нельзя. Пока за нарушение предусмотрен административный штраф (статья 19.21 КоАП) – до двух тысяч рублей.

За постановку дома только на кадастровый учет, без одновременной регистрации права собственности, с 2025 года берется госпошлина: за новый объект – 2 тысячи рублей; при изменении сведений об объекте – 1 тысяча рублей. Раньше это было бесплатно. А за кадастровый учет и госрегистрацию права собственности пошлина теперь будет рассчитываться по новым правилам – от кадастровой стоимости недвижимости. Если она не определена или меньше 20 млн рублей – 6 тысяч рублей. В 2024 году было 2 тысячи, независимо от кадастровой стоимости дома.

С 1 марта вводится штраф за незаконные постройки на участке. Теперь каждое сооружение необходимо поставить на кадастровый учет и зарегистрировать право на них в ЕГРН. Этот же документ накладывает запрет на совершение сделок с земельными участками, которые не прошли процедуру межевания.

Вырастут штрафы ГИБДД

Это вызвано необходимостью повысить безопасность на дорогах и дисциплину среди автомобилистов, поскольку действующие санкции перестали оказывать сдерживающее воздействие. Последний раз штрафы пересматривали в



2013 году, за прошедшие годы инфляция превысила 70%, что существенно снизило их значимость для многих водителей. Новые штрафы нацелены на ужесточение ответственности за наиболее распространённые и опасные нарушения – превышение скорости, управление автомобилем в состоянии алкогольного опьянения, использование телефона за рулём, проезд на красный свет, езда без ремня безопасности и другие.

Проезд на запрещающий сигнал светофора теперь обойдется в 1500 рублей, за повторное нарушение придется отдать 7500 рублей или лишение прав на полгода. Штраф за вождение или перевозку пассажиров без пристегнутых ремней повысится до 1500 рублей. Превышение скорости от 20 до 40 км/ч теперь обойдется в 750 рублей. Если превышение достигнет 60 км/ч – уже 2 250 рублей. Управление автомобилем в состоянии опьянения будет стоить 45 000 рублей. Права при этом, как и прежде, заберут минимум на полтора года. Разговор по телефону за рулём – 5 000 рублей.

Вводятся ощутимые штрафы за езду без полиса ОСАГО – до 5000 тысяч рублей. До этого число нарушений не учитывалось, водитель каждый раз, когда сотрудник ГИБДД уличал его в отсутствии полиса, платил штраф 800 рублей. Учитывая небольшую размер суммы, которую можно оплатить с 50-процентной скидкой, водители не стремились приобретать страховку. Теперь «лавочку» прикрывают. Нововведение призвано побудить водителей активнее приобретать полисы ОСАГО.

Богатым увеличат налог

С 1 января 2025 года в России вводится прогрессивная шкала налога на доходы физических лиц. Общий смысл: чем выше заработок, тем больше ставка налога. Новая ставка будет 5-ступенчатая. Для граждан, чей доход не превышает 2,4 млн рублей в год, сохраняется ныне действующая ставка налога – 13%. При доходе выше этой суммы – до 5 млн рублей – ставка составит 15%, от 5 до 20 млн – 18%, от 20 до 50 млн – 20%, свыше 50 млн – 22%.

Повышенные ставки будут применяться не ко всей сумме заработка, а к той ее части, которая превышает установленные пороги. Допустим, за год гражданин заработал 2,5 млн рублей. Тогда с 2,4

млн рублей возьмут налог в 13%, а со 100 тысяч рублей – 15%.

Есть и доходы, на которые новая шкала распространяться не будет. Это, в частности, надбавки за работу в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностям.

С 1 января появился новый налоговый вычет для тех, кто сдал нормы ГТО. Дополнительное условие: в том же году надо пройти диспансеризацию. Вычет можно получить с суммы до 18 тысяч рублей в год. То есть на руки вы получите 13% от этой суммы – 2340 рублей.

Новые налоги и сборы

Появится новый налог – туристический. Его вводят по усмотрению местных властей. Размер в 2025 году – не более 1% от стоимости размещения в отеле, но не менее 100 рублей, дальше ставки будут расти. Платится налог за каждые сутки проживания. В Свердловской области этот налог тоже введен.

Вырастет утилизационный сбор на автомобили – на 10-20%, в зависимости от мощности двигателя. Его платят и производители отечественных авто, и импортеры. Но отечественным производителям часть уплаченного сбора компенсируют из бюджета в зависимости от того, какая доля отечественных деталей и технологий используется в производстве. В основном от этой схемы выигрывает «АвтоВАЗ».

Увеличатся некоторые госпошлины

Так, за расторжение брака каждому из экс-супругов теперь придется платить 5000 рублей. В те же 5 тысяч обойдется и смена фамилии, имени, отчества. Выдача справок из архивов ЗАГС подорожает до 350 рублей. Пошлина за оформление брака не изменится и составит, как и прежде, 350 рублей.

С марта можно будет устанавливать самозапрет на выдачу кредитов в качестве защиты от финансовых мошенников. Оформить такой запрет или отменить его можно бесплатно при подаче соответствующего заявления. С 1 марта – через портал госуслуг, с 1 сентября – в многофункциональном центре (МФЦ). Банкам и микрофинансовым организациям придется уточнять информацию о наличии таких запретов до подписания кредитного договора.

ПОЧЕМУ В РОССИИ ДОРОЖАЕТ ГАЗ?

ДОСТОВЕРНО

«Российская газета»

После подорожания на 8,5% для всех категорий потребителей в декабре 2022 года газ в России не должен был расти в цене до июля 2024 года. Но в 2023-м из-за падения доходов от экспорта газа цены на него были подняты на 10% для промышленных потребителей. В 2024-м цены выросли еще на 11,2% уже для всех категорий потребителей. А в 2025 году планируется повышение на 11,3%.

Исторически цены на газ индексировались по принципу привязки к темпам инфляции. Но из-за выпадающих в связи с существенным сокращением экспорта газовых доходов, а также реализации программ газификации этой индекса-

ции, очевидно, стало недостаточно.

Как подчеркивает замглавы Фонда национальной энергетической безопасности Алексей Гривач, природный газ остается последним энергоносителем, цены на который в РФ регулируются. На протяжении многих лет они индексировались существенно ниже уровня официальной инфляции. Пока была возможность субсидировать «газовые» цены за счет больших объемов и дорогих по стоимости поставок в Европу, схема работала без ущерба финансовой стабильности «Газпрома» и надежности газового хозяйства страны. Но экспорт в Европу из-за геополитического противостояния с Западом упал в 5-6 раз. А обязательства «Газпрома» по газификации и социальной догазификации внутри страны, наоборот, кратно возросли. Плюс вырос и уровень инфляции.

По мнению эксперта, было три варианта решить проблему: повысить внутренние цены с некоторым опережением



инфляции, сворачивать социальную газификацию или субсидировать эту работу из бюджета. Пошли по первому пути.

В дальнейшем тенденция к росту цен в среднесрочной перспективе сохранится. Вопрос лишь в темпах и распределении нагрузки по типам потребителей. Сейчас действуют три различных цены на газ: для населения, промышленности и теплоэлектроэнергетики, которые могут расти по-разному. Например, в декабре 2023 года увеличилась оптовая цена только для промышленных потребителей. Теперь речь идет и о потребителях бытового газа. К индексированию цен в соответствии с уровнем инфляции планируют вернуться в 2026 году.

О РЕМОНТАХ РЕГИОНАЛЬНЫХ ТРАСС В 2025 ГОДУ



doinfo.ru

ПЛАНЫ

Сразу 85 участков региональных трасс общей протяженностью более 300 километров будут отремонтированы в 2025 году. Из них 7 участков расположены на главной транспортной артерии региона – Серовском тракте.

Значительная часть работ запланирована в рамках нового нацпроекта «Инфраструктура для жизни». Проектный подход к развитию дорожной сети оправдал себя в рамках предыдущего нацпроекта – «Безопасные качественные дороги». Нынче планируется отремонтировать более 70 километров дороги Екатеринбург – Нижний Тагил – Серов. На севере области ремонты пройдут на двух участках дороги Серов – Североуральск – Ивдель. На северо-востоке региона приведут в порядок три мостовых перехода на автодороге Тавда – Таборы, несколько отрезков на дорогах Верхняя Синячиха – Ирбит и Зайково – Знаменское.

В юго-восточной части Среднего Урала дорожники отремонтируют два участка на автодороге Каменск-Уральский – посёлок Горный. На западе области в плане ремонтов – 4-километровый отрезок дороги Нижние Серги – Михайловск – Арти. И один из самых важных объектов 2025 года – реконструкция северного полукольца Екатеринбургской кольцевой автодороги – ЕКАДа. Работы здесь будут проводиться на участке с 10-го по 24-й километр в Березовском городском округе. Дорогу расширят до 6 полос с разделением потоков движения.

Также будут реконструироваться несколько подъездов к городам со стороны областного центра и важнейших междугородных магистралей. Среди них – обход Верхней Пышмы с подъездом к Екатеринбургу и подъезд к Первоуральску с автодороги Екатеринбург – Пермь.

На севере области планируется реконструкция автодороги Серов – Североуральск на отрезке со 162-го по 169-й километр. В восточной части региона будет реконструироваться подъезд к посёлку Дубровный от автодороги Богданович – Сухой Лог.

Наряду со строительством дорог продолжится развитие дорожной инфраструктуры. В планах дорожников на 2025 год – монтаж шумозащитных экранов, обустройство автобусных остановок и искусственного освещения на 11 участках дорог.

ОТ НОВОГОДНЕГО МУСОРА ИЗБАВИЛИСЬ

ЭКОЛОГИЯ

Вывоз мусора из населённых пунктов Свердловской области в праздничные дни находился под контролем регионального МинЖКХ совместно с публично-правовой компанией «Российский экологический оператор».

С 29 декабря по 8 января региональные операторы вывезли 300 тысяч кубометров твёрдых коммунальных отходов, или 34,5 тысячи тонн. Объём мусора, транспортированного из Екатеринбурга и муниципалитетов, входящих в зону обслуживания АО «Спецавтобаза», составил 24,1 тысячи тонн. С территорий Западного административно-производственного объединения, где также работает «Спецавтобаза», вывезено свыше 4,2 тысячи тонн ТКО. Из муниципалитетов, входящих в Северное АПО, которые находятся в зоне ответственности ООО «Рифей», – 6,2 тысячи тонн.

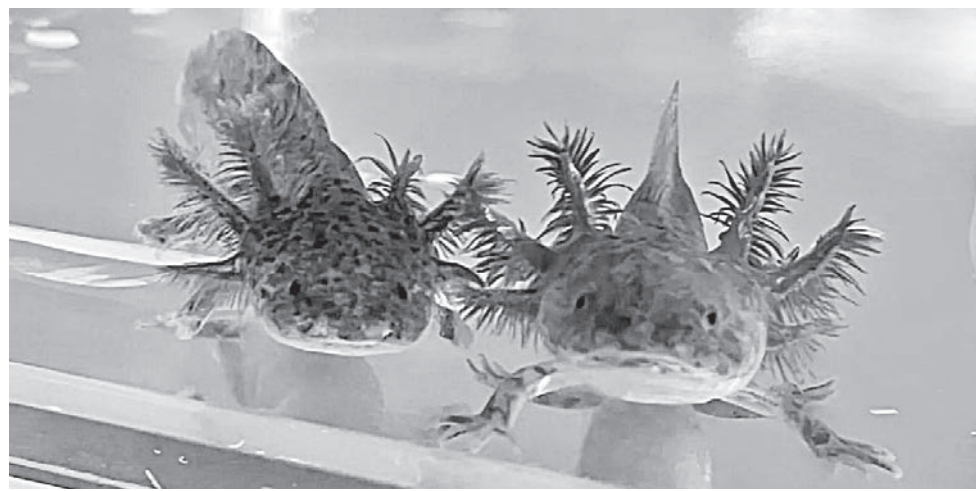
Контроль за контейнерными площадками и санитарным состоянием городов осуществлялся в непрерывном режиме. В ряде населённых пунктов в праздничные дни наблюдались переполнения контейнерных площадок. Это было связано с неудовлетворительным состоянием подъездных путей к площадкам, затруднением проезда к ним в связи с припаркованными рядом автомобилями.

В работе по сбору и транспортировке отходов на полигоны было задействовано более 1 тысячи человек – водители, подборщики, диспетчеры, дежурные по гаражам, представители региональных операторов, а также 589 единиц спецтехники.

Задать вопросы по качеству вывоза мусора уральцы могут по телефонам «горячих линий» регоператоров: АО «Спецавтобаза» (8-800-775-00-96 – для звонков, 8-912-690-07-00 - для сообщений), ООО «Рифей» (8-800-234-02-43).

Департамент информполитики

НЕОБЫЧНЫЕ ПОСЫЛКИ 2024 ГОДА



ПОЧТА РОССИИ

Мотоциклы и саженцы – почтой...

Уже даже пчёлами в почтовых коробках никого не удивишь. Но иногда в посылках оказываются совсем небанальные вещи.

Рассказываем про самые запоминающиеся доставки «Почты России» в 2024 году.

В апреле минувшего года курьерская служба почты доставила в Приангарье «живую посылку» с экзотическими земноводными – аксолотлями. Дорога из Московской области в Иркутск заняла 3 дня. Чтобы аквариумные амфибии не пострадали в пути, отправитель ввёл их в анабиоз, поместил в термопакеты и упаковал в картонную коробку.

В мае из Подмосковья в Минусинск за 6 дней доехали инкубационные яйца декоративных карликовых кур породы алтайская бентамка. Птенцы благополучно появились на свет. У жительницы Минусинска, которая разводит декоративных кур, уже был опыт доставки инкубационных яиц почтой. Тогда обычная посылка дошла из Беларуси за 9 дней. В этот раз, заказывая ценный груз, заводчица решила оформить курьерскую доставку. Посылку привезли за 6 дней и выдали клиентке практически с колёс.

В том же месяце в Лесной Свердловской области почта привезла из удмуртского посёлка Пычас «живую посылку» с коконами улиток. Необычное отправление доехало за 4 дня. Чтобы коконы с мальками улиток не пострадали в пути, отправитель упаковал их в картонную коробку с отверстиями для воздуха и надписью: «Осторожно, живой груз».

Предприниматель из Ростовской области, продающий упаковочные материалы, регулярно пользуется услугами почты, чтобы пересылать по всей стране мечту всех котиков – коробки с коробками.

Перед Новым годом «Почта России» доставила в резиденцию Всероссийского Деда Мороза в Великом Устюге 2-метровую матрёшку. Уникальную скульптуру, выполненную в технике войлоковаляния, создала художница Валерия Лошак. Посылка выехала из Санкт-Петербурга 11 декабря, а 14 декабря её получили в резиденции новогоднего волшебника в Вологодской области.

А ещё главному Деду Морозу и его «коллегам» из национальных республик по почте в 2024 году пришло больше 170 тысяч писем. Два послания, которые особенно удивили, были диаметрально противоположных размеров: одно – со спичечный коробок, другое... 40-метровое!

Ирина Бахтина, отдел по маркетингу и корпоративным коммуникациям Макрорегион УРАЛ, «Почта России»

Департамент информполитики

Потянувшись к знаниям, нашли друг друга

ЗЕМЛЯКИ

Ольга Брулёва, член союза журналистов России
Фото автора

В одном из последних номеров прошлого года мы рассказали о супругах Пильниковых, которые состоят на учёте в Ревдинской местной организации СООО Всероссийского общества слепых. Инвалиды по зрению, они нашли свое профессиональное призвание и обрели семейное счастье.

Эта семейная пара очень дружна с соседями Шадринскими – тоже членами общества слепых. Значит, пора рассказать и об этих замечательных людях.

Говорят, что супруги, прожившие вместе много лет, даже внешне становятся похожи друг на друга. К супругам Шадринским это утверждение ну никак не относится. Галина Алексеевна – женщина полноватая, серьёзная, а Геннадий Тимофеевич – невысокого роста, суховатый, сквозь толстые стёкла очков смотрят смеющиеся глаза. Таким было моё первое впечатление.

А потом мы общались за чашкой чая, сидя за столом в их уютной квартире. Говорил в основном хозяин. Он охотно рассказывал о себе и своей семье, о родном предприятии, где они с супругой проработали всю жизнь. У них – одна запись в трудовой книжке: УПП ВОС – ООО «РЗСИ».

Окончив 8 классов в поселке Арти, Геннадий Шадрин в 1965 году приехал в Ревду, устроился в УПП ВОС. Добродушный и шустрый паренёк легко освоился в новом коллективе, активно занимался спортом: участвовал в лыжных гонках, неплохо играл в шашки, выступал во всех дисциплинах лёгкой атлетики. Коллеги-комсомольцы избрали его членом бюро, ответственный паренёк легко справлялся с поручениями. Кроме того, он решил

пойти в вечернюю школу, чтобы получить полное среднее образование: в школе был сформирован специальный класс, где учились незрячие и слабовидящие молодые люди. К счастью, плохое зрение не помешало Геннадию разглядеть среди одноклассников ту единственную, которая ответила ему взаимностью и стала его женой.

Галине было всего 15 лет, когда она приехала в Ревду к тётке. Деревенской девчонке город показался огромным и красивым, она решила, что хочет здесь жить. Вместе с тёткой они пришли к М.И. Колупаеву, директору УПП ВОС, он с сомнением посмотрел на маленькую худенькую 15-летнюю девчонку. А узнав, что Галя приехала из Кировской области, сказал: «Мы «иностранцев» не берём». Но, увидев слёзы в глазах девчушки, улыбнулся и подписал заявление о приёме на работу. Так она стала трудиться на заготовительном участке цеха №2. Было это в 1964 году.

Познакомившись с коллегами, Галина поняла, что большинство из них окончили Пышминскую школу-интернат для слепых и слабовидящих детей, имеют среднее образование. Девушка решила тоже продолжить образование в вечерней школе. Это было судьбоносное решение, потому что здесь она встретила Геннадия.

Тетка, у которой Галя жила, выбор племянницы одобрила – парень ей понравился, и в 1966 году молодые люди поженились. В 1967-м родился сын Алексей, через семь лет – дочь Наташа. Детей Шадринских воспитывали в строгости, сюсюкать было некогда. Дети росли самостоятельными, помогали по дому, хорошо учились. Сын и дочь получили высшее образование, о чём родители говорят с особой гордостью. Наташа живёт и работает в Екатеринбургe, Алексей – рядом с родителями, в Ревде. Шадринские – счастливые бабушка и дедушка, у них пять внуков и внучка. А ещё есть два правнука и две правнучки! Это прекрасное доказательство того, что 58 лет назад они сделали правильный выбор. Но в ответ на мой вопрос, в чём



секрет семейного счастья, супруги Шадринские только плечами пожали...

Конечно, наша семья – не идеальная, всё было в жизни: и ссоры, и непонимание, но мы всегда решали проблемы внутри семьи, старались слышать друг друга и верить друг другу, – уверенно говорит Галина Алексеевна.

А супруг, подхватив эту мысль, продолжает:

Мы с нуля начинали, всё своими руками сделали, заработали, ни на кого не надеялись. Да у нас на заводе большинство семей так живут.

Геннадий Тимофеевич плавно перешёл к воспоминаниям о годах работы в УПП ВОС: как дружно трудились, выезжали отдыхать на природу, участвовали в соревнованиях по туризму. Человеку, который 45 лет отработал на одном предприятии, очень дороги эти воспоминания. Он и сегодня помнит номенклатуру выпускаемой продукции, называет модификации светильников, которые собирала его бригада. Ещё Геннадий Тимофеевич рассказал, как участвовал в общественной жизни завода, был членом профкома, предсе-

дателем народного контроля. Сегодня, находясь на заслуженном отдыхе, он с интересом изучает историю предприятия, написал воспоминания для книги «80 лет мы дарим людям свет», посвящённой 80-летию РЗСИ.

Г.А. Шадринская тоже вела активную общественную деятельность, была членом профкома, группоргом, участницей театрального кружка. А сегодня является активистом бюро местной организации ВОС, возглавляет бытовую комиссию. Кроме того, с 2009 года Галина Алексеевна – председатель совета своего многоквартирного дома, защищает интересы соседей, взаимодействуя с коммунальными службами и органами местной власти.

Долголетний и добросовестный труд супругов Шадринских отмечен благодарственными письмами и почётными грамотами предприятия, они с гордостью представили мне знаки «Ударник 10-й пятилетки» и «Победитель соцсоревнования». Их активная деятельность в Ревдинской местной организации ВОС поощрена знаками «Заслуженный работник «ВОС», «Отличник ВОС» и другими.

«Академия Слуха» – первая сеть центров слухопротезирования! Только этой зимой: второй слуховой аппарат – бесплатно!

1+1: ВТОРОЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ БЕСПЛАТНО!

Защита слухового аппарата в подарок

РАССРОЧКА до 24 месяцев

Детский смех, голоса близких – самые дорогие звуки для нашего сердца. Тем больше, когда мы теряем их из-за проблем со слухом. Упущенное время вернуть невозможно, но потерянный слух можно компенсировать с помощью слухового аппарата!

Какие симптомы существуют у людей, страдающих потерей слуха?

- Постепенное прибавление громкости телевизора, телефонного звонка.

- Человек начинает хуже разбирать слова, ему кажется, что другие говорят неразборчиво.

Чем опасна потеря слуха?

- Снижение качества жизни: слабослышащему сложно общаться с близкими, он может игнорировать сигналы опасности.

- Исследования доказывают, что падение слуха может приводить к ухудшению качества жизни, одиночеству, депрессии, ухудшению памяти.

Чем помогут два слуховых аппарата? Почему нужны именно два?

- Два слуховых аппарата индивидуально восполняют потерю слуха и повышают разборчивость речи. А за счёт правильной настройки вы легко сможете слышать окружающий мир. **Современный слуховой аппарат повышает разборчивость речи**, чтобы общаться с близкими людьми. И вы будете чувствовать себя уверенно в любой ситуации, потому что за-

щита слухового аппарата идёт в подарок!

Ваш слуховой аппарат защищён от необратимого повреждения и воровства: если эти события произойдут, **мы выдадим новое устройство!** А взятая у нас **рассрочка не переносится на ваших наследников**, достаточно будет вернуть устройство в магазин, чтобы **аннулировать платежи**.

Только этой зимой в рамках программы «С заботой о вашем слухе» вы можете:

- попасть на **бесплатный приём к эксперту по слуху** и слуховым аппаратам;

- приобрести слуховые аппараты по акции **1+1: второй аппарат бесплатно!**

- оформить покупку в **рассрочку сроком до 18 месяцев!** А для покупателей по **электронному**

Наши адреса:
г. Екатеринбург,
ул. Малышева, 85
Тел.: 7 (343) 383-63-68
ул. Щорса, 74,
Тел.: 8 (343) 318-00-94
г. Нижний Тагил,
пр. Ленина, 73.
Тел.: 8 (3435) 47-87-22
8 (800) 500-93-94
as.clinic.

сертификату от СФР доступна **рассрочка сроком до 24 месяцев и до 4 лет бесплатного сервисного обслуживания слухового аппарата!**

Рассрочка предоставляется ИП Музинов М. В. сроком от 3 до 24 месяцев. Минимальная сумма рассрочки – 35000 рублей. Максимальная сумма рассрочки не ограничена. Досрочное погашение доступно в любое время. Срок рассрочки – от 3 до 18 месяцев в зависимости от категории слухового аппарата, первый взнос – 50%, при предъявлении пенсионного удостоверения может быть снижен до 30%. Рассрочка сроком от 3 до 24 месяцев доступна при покупке с доплатой по электронному сертификату СФР. Первый взнос – электронный сертификат.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ

04.35, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00 12.05, 17.25 НОВОСТИ
09.05 17.30, 20.45, 00.00, 03.00 ВСЕ НА МАТЧ 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 ЛЕГЕНДЫ КИНО 16+
07.35 18.40, 23.45 Д/Ф «ИМПЕРСКИЕ ИГРЫ» 16+

Домашний

06.30 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+

ТНТ

07.00 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

05.20, 13.55, 17.05, 05.20 Т/С «СЛЕПОЙ-2» 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+

4 КАНАЛ

06.00 09.00, 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00 ДАЙДЖЕСТ 12+

5 канал

06.30 Х/Ф «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 00.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ЛЮБОВЬЮ» 12+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 0+
06.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.05 Т/С «ТАМАРА ИГОРЕВНА И ДРУГИЕ» 16+

ТВ3

06.00 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+

ПЯТНИЦА, 17 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
09.30 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.

НТВ

04.40, 06.10, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
09.00 12.05, 17.25 НОВОСТИ
09.05 00.00 ВСЕ НА МАТЧ 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05 ЛЕГЕНДЫ КИНО 16+
07.35 Д/Ф «ИМПЕРСКИЕ ИГРЫ» 16+

Домашний

06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+

ТНТ

07.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

06.05 Т/С «СЛЕПОЙ-2» 16+
09.00 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.25 11.50 Х/Ф «ПЕРЕЛЕТНЫЕ ПТИЦЫ» 12+

4 КАНАЛ

06:00, 09:00, 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 18:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00, 00:00 ДАЙДЖЕСТ 12+

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 00.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ЛЮБОВЬЮ» 12+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
08.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 Т/С «ТАМАРА ИГОРЕВНА И ДРУГИЕ» 16+

ТВ3

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 02.10 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+

ПЕРВЫЙ 1

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УМНИЦЫ И УМНИКИ 12+
09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+
10.00, 12.00, 15.00 НОВОСТИ
10.15 М. ДУНАЕВСКИЙ. «НИКОГДА НЕ ЖИЛ ПО РАСЧЕТУ» 12+
11.05 ИГРАЕМ СВАДЬБУ! 12+
12.15 Х/Ф «МЭРИ ПОПЛИНС, ДО СВИДАНИЯ» 0+
15.20 СПЕЦПРОЕКТ. «30 ЛЕТ ВМЕСТЕ» 16+
16.55 КТО ХОЧЕТ СТАТЬ МИЛЛИОНЕРОМ? 12+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.20 НАРОДНЫЙ ЛЕДНИКОВЫЙ 0+
21.00 ВРЕМЯ
21.35 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ 16+
23.35 ТРЕУГОЛЬНИК 18+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ. СБ 12+
08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СБ
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+
09.25 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
11.50 ДОКТОР МЯСНИКОВ 12+
12.55 СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА 12+
14.30, 20.50 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
14.50 ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!! 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.00 Х/Ф «МОРЕ. СОЛНЦЕ. СКЛИФОСОВСКИЙ» 12+
00.40 Х/Ф «БИЕНИЕ СЕРДЦА» 16+

НТВ НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+
07.20 СМОТР 0+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
13.00 ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТВ 16+
20.20 Х/Ф «САРМАТ» 16+
00.00 ЭЛЬЧИН АЗИЗОВ. ОПЕРА БЕЗ БАБОЧКИ 16+
01.40 Х/Ф «ЧИСТА ВОДА У ИСТОКА» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
08.30 ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КРУГ 12+
09.00, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 21.30, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.30, 13.45 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ. ФОСАГРО КУБОК РФ. СПРИНТ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
12.55 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК КУБОК СОДРУЖЕСТВА. ГОНКА ПРЕСЛЕДОВАНИЯ. ЖЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
16.20 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК КУБОК СОДРУЖЕСТВА. ГОНКА ПРЕСЛЕДОВАНИЯ. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
17.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
19.20 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ГЕРМАНИИ. БАВАРИЯ - ВОЛЬФСБУРГ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ЮВЕНТУС - МИЛАН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. АТАЛАНТА - НАПОЛИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
03.55 ВОЛЕЙБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РФ. РАРИ СУПЕРЛИГА. МУЖ. ЛОКОМОТИВ (НОВОСИБИРСК) - ФАКЕЛ ЯМАЛ (Н. УРЕНГОЙ) 6+

КУЛЬТУРА K

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
08.15 Х/Ф «ТОЛЬКО В МИОЗИК-ХОЛЛЕ» 0+
09.20 МЫ-ГРАМОТЕИ! 16+
10.05 ПЕРЕДВИЖНИКИ 16+
10.30 Х/Ф «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ» 0+
12.00 ЭРМИТАЖ 16+
12.30 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
13.10 Д/Ф «РОЗОВАЯ ЧАЙКА» 16+
13.55 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
14.55 Д/Ф «ОПЫТНЫМ ПУТЕМ» 16+
16.25 Х/Ф «ЗА СПИЧКАМИ» 12+
18.00 Д/Ф «ПРЕДКИ НАШИХ ПРЕДКОВ» 16+
18.45 Х/Ф «ДЖЕНТЛЬМЕНЫ УДАЧИ». Я ЗЛОЙ И СТРАШНЫЙ СЕРЫЙ ВОЛК» 16+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
19.45 Х/Ф «8 1/2» 16+
22.00 АГОРА. ТОК-ШОУ 16+
23.05 БОЛЬШОЙ ДЖАЗОВЫЙ ОРКЕСТР ПЕТРА ВОСТОКОВА 16+
00.10 Х/Ф «ЖДИТЕ ПИСЕМ» 16+

Домашний Домашний

06.30, 02.05 Д/С «ПРЕДСКАЗАНИЯ» 16+
07.25 Х/Ф «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ» 16+
11.15, 03.25 Х/Ф «ПРОВИНЦИАЛКА» 16+
19.00 Т/С «ПОЛДЖЕМАЛЬ» 16+
22.45, 06.20 Х/Ф «БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН» 16+

ТНТ ТНТ

07.00, 07.55, 08.40, 09.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
10.30, 12.55, 13.55, 15.55, 18.00 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЕЙШИХ 16+
21.00 КОНФЕТКА 16+
23.00, 00.00 ЖЕНСКИЙ СЕНДАП 16+
01.50, 02.30 Я ТЕБЕ НЕ ВЕРЮ 16+
03.15, 04.05 СТУДИЯ «СОЮЗ» 16+
04.55, 05.30, 06.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ. СПЕЦДАЙДЖЕСТЫ- 2023 Г 16+

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.45 Х/Ф «СВИНАРКА И ПАСТУХ» 12+
06.10, 04.00 Х/Ф «МАМА» 6+
07.40, 09.15 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ» 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.45 ЛЕГЕНДЫ МУЗЫКИ 12+
10.15 ЛЕГЕНДЫ КИНО 12+
11.05 СССР. ЗНАК КАЧЕСТВА 12+
11.55 НЕ ФАКТ 12+
12.30 ЛЮБОВЬ НА ЛИНИИ ОГНЯ. Я ПОДАРО ТЕМБЕ КРЫЛЬЯ 16+
13.20 Д/Ф «ТЫЛ». «Т-90М «ПРОРЫВ» 16+
13.40, 19.20 Т/С «ОСВОБОЖДЕНИЕ» 12+
23.25 Х/Ф «ДОБРОВОЛЬЦЫ» 12+
01.10 Х/Ф «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ» 12+
02.35 Х/Ф «ПРОДЛИТЬ, ПРОДЛИТЬ, ОЧАРОВАТЬ...» 12+
05.30 Д/Ф «ХРОНИКА ПОБЕДЫ» 16+

ТВ Центр ТВ Центр

06.40 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
07.05 Х/Ф «КОТОВ ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ» 12+
09.00 ЗДОРОВЫЙ СМЫСЛ 16+
09.35 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
10.05 МИФЫ О ЕДЕ. ВИТАМИНЫ 16+
10.55 ПРОСТО & ВКУСНО 6+
11.30, 14.30, 23.40 СОБЫТИЯ
11.45 «НЕХМУРЫЕ ЛЮДИ» 16+
12.50, 14.45 Х/Ф «ПЛОХАЯ ДОЧЬ» 12+
17.05 Т/С «ДВЕРЬ В ПРОШЛОЕ» 12+
21.00 ПОСТСКРИПТУМ 16+
22.15 ПРАВО ЗНАТЬ! 16+
23.55 РУССКИЕ ТАЙНЫ. ЗАГАДКА БОГОРОДИЦЫ 16+
00.45 ПРОЩАНИЕ 16+
01.30 «ШЕПОТ БУДУЩЕГО». СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+

4 КАНАЛ 4

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 11.00, 13.00, 15.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00 ДАЙДЖЕСТ 12+
06.05, 07.05 ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ 12+
08.05, 20.05 НАВИГАТОР. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
09.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ 12+
10.05 ВНЕ ЗОНЫ 12+
11.05, 12.05, 13.05, 23.05, 00.05 РОССИЯ. ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА 12+
14.05, 15.05, 15.30 ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ 12+
16.05, 17.05 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+
18.05, 19.05 ДИКИЕ И СТИЛЬНЫЕ 12+
21.05, 22.05 Х/Ф АФИНСКИЕ ВЕЧЕРА 16+
05.00, 05.10, 05.50, 10.25, 11.20, 12.15, 13.05, 14.00, 14.55, 15.45, 16.40, 17.35 Х/Ф «УСЛОВНЫЙ МЕНТ» 16+
06.30, 07.15 Х/Ф «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» 16+
08.05, 08.55, 09.30, 18.35, 19.25 Х/Ф «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+
09.00 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
20.25, 21.15, 22.10, 23.05 Х/Ф «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ГЛАВНОЕ 16+
01.05 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
02.10, 02.50, 03.30, 04.15, 04.55 Х/Ф «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+

5 канал 5

06.30, 07.15 Х/Ф «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5» 16+
08.05, 08.55, 09.30, 18.35, 19.25 Х/Ф «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+
09.00 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
20.25, 21.15, 22.10, 23.05 Х/Ф «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ГЛАВНОЕ 16+
01.05 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
02.10, 02.50, 03.30, 04.15, 04.55 Х/Ф «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+

ТНВ ТНВ

06.00 КОНЦЕРТ 12+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ 16+
09.00 ГОРЯЧИЙ ХИТ 16+
10.00 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
11.00, 18.15, 03.00 ГОЛОВОЛМКА 12+
12.05, 19.05, 03.50 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+
13.05 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
13.20 КОНЦЕРТ ЗУХРЫ ШАРИФУЛЛИНОЙ 16+
17.10 ТАМ, ГДЕ КИПИТ ЖИЗНЬ 16+
17.45, 05.05 НАРОД МОЙ... 12+
20.00 ШАГИ 16+
20.30 КОНЦЕРТ ГАБДЕЛЬФАТ САФИНА 16+
22.15 СПЕКТАКЛЬ 16+
00.40 КОНЦЕРТ ИЛНАЗ БАХ И ГУЗЕЛЬ ИДРИСОВОЙ 16+
02.30 ВЕСЕЛЫЕ ИСТОРИИ 16+
04.40 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
05.30 НАСТАВЛЕНИЕ 16+

ОТВ ОТВ

06.00, 09.00, 19.00 «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ» 16+
07.00 «ВМЕСТЕ ПО РОССИИ» 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55, 21.55 ПОГОДА НА ОТВ 12+
08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 22.00 ДАЙДЖЕСТ 12+
08.30, 12.30, 15.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
08.55, 10.55, 12.55, 14.55, 16.55, 18.55, 20.55, 22.55 ДАЙДЖЕСТ. РУБРИКАТОР 12+
10.05 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
10.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
11.00, 14.05 «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 18.05 «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+
13.30 «ДИКИЕ И СТИЛЬНЫЕ» 12+
16.05, 17.00 Х/Ф «УЕЗДНАЯ ДРАМА» 16+
18.35 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
20.05, 21.00, 22.05, 23.00 Т/С «ЛЮБОВЬ НАПОКАЗ» 16+

СТС СТС

06.00 ЕРАЛАШ 16+
07.00 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.15, 10.00 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+
08.00, 09.00 ПРОСТО КУХНЯ 12+
10.35 Х/Ф «ПРИРУЧИТЬ ДРАКОНА» 6+
12.15 Х/Ф «ДЕТИ ШПИОНОВ-4. АРМАГЕДДОН» 12+
14.00 Х/Ф «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС. ПОДНЕБЕСНАЯ» 16+
16.15 Х/Ф «2+1» 16+
18.40 Х/Ф «ШУТКИ В СТОРОНУ-2. МИССИЯ В МАЙАМИ» 16+
21.00 Х/Ф «ЗОВ ВОЛКА» 16+
23.20 Х/Ф «ВОЙНА МИРОВ Z» 12+
01.40 Х/Ф «ФЕРРАРИ» 18+

ТВЗ ТВЗ

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
08.00 ВКУСНО С АНФИСОЙ ЧЕХОВОЙ 16+
08.30, 15.00, 18.00, 22.15 НОВОСТИ 16+
08.40, 09.15, 09.45, 10.15 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
10.45 Х/Ф «НАНДОР ФОДОР И ГОВОРЯЩИЙ МАНГУСТ» 16+
12.45 Х/Ф «ВСЕ МОГУ» 16+
14.30, 15.10 Х/Ф «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ» 16+
16.45, 18.10 Х/Ф «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ» 16+
19.15 Х/Ф «ВРЕМЯ МЕЖДУ НАМИ» 16+
21.00, 22.25 Х/Ф «ГОСТЬЯ» 16+
00.00 Х/Ф «ВСПОМНИ ВСЕ» 18+

РЕН ТВ РЕН ТВ

05.00, 02.05 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+
09.00 МИНТРАНС 16+
10.00 САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА 16+
11.00, 13.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА 16+
15.00 СОВБЕЗ 16+
17.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
18.00 АЗАСЕКРЕННЫЕ СПИСКИ 16+
19.00 ДОБРОВОЭФИРЕ 16+
20.00 Х/Ф «НАЕМНИК» 16+
22.05 Х/Ф «ОДИНОКИЙ ВОЛК» 16+
00.10 Х/Ф «ЛОГОВО» 18+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00, 15.00 НОВОСТИ
06.10 ПОДАСТ ЛАБ 16+
06.50 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
07.35 ЧАСОВОЙ 12+
08.05 ЗДОРОВЬЕ 16+
09.10 НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ 12+
09.30 МЕНТАЛИОН 12+
10.15 ЖИЗНЬ ДРУГИХ 12+
11.05 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ 12+
12.20, 15.15 КРЕЩЕНИЕ РУСИ 12+
16.10 ГОРЯЧИЙ ЛЕД. ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ 0+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
19.00, 23.00 ТРИ АККОРДА. НОВОГОДНИЙ ВЫПУСК 16+
21.00 ВРЕМЯ
00.10 Х/Ф «СВЯТАЯ ПАРАСКЕВА» 16+

РОССИЯ 1

07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВС
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00 ВЕСТИ
11.50 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+
12.50 СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА 12+
14.30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
15.00 ПАРАД ЮМОРА 16+
17.50 ПЕСНИ ОТ ВСЕЙ ДУШИ 12+
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ
22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН 12+
23.00 ВОСКРЕСНИЙ ВЕЧЕР 12+

НТВ НТВ

06.30 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТВ 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+
10.20 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
11.00 ЧУДО ТЕХНИКИ 12+
12.00 ДАЧНЫЙ ОТВЕТ 0+
13.00 НАШПОТРЕБНАДЗОР 16+
14.00 ОДНАЖДЫ... 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
18.00 НОВЫЕ СЕНСАЦИИ 16+
19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРЬШЬ! 16+
21.30 Х/Ф «МАСТЕР И МАРГАРИТА» 16+
00.45 ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
11.30, 15.50 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК КУБОК СОДРУЖЕСТВА. МАСС-СТАРТ. ЖЕН. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
12.50, 14.40 ЛЫЖНЫЕ ГОНКИ. ФОСАГРО КУБОК РФ. СКИАТЛОН. ЖЕН., МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
14.10 БИАТЛОН 16+
17.20 НОВОСТИ
17.25 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. ЦСКА - ЛОКОМОТИВ-КУБАНЬ (КРАСНОДАР). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
19.25, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
20.05 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. РЕАЛ (МАДРИД) - ЛАС-ПАЛЬМАС. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
22.15 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ИНТЕР - ЭМПОЛИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
03.55 НОВОСТИ 0+
04.00 ПРОФИЛАКТИКА

КУЛЬТУРА K

06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.15 РУССКАЯ КЛАССИКА 16+
09.35 ТАЙНЫ СТАРОГО ЧЕРДАКА 16+
10.05, 20.25 ОСТРОВА 16+
10.45 Х/Ф «ЖДИТЕ ПИСЕМ» 16+
12.20 ДОМ УЧЕНЫХ 16+
12.50 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
13.30 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+
14.00 ИГРА В БИСЕР 16+
14.40 Д/Ф «А. ДМИТРИЕВ» 16+
15.05 Х/Ф «ГОЛУБАЯ ГРАФИНЯ» 16+
17.00 ПЕШКОМ... 16+
17.30 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
18.35 Д/Ф «ЧУКОТКА ТАК И НЕ ОТПУСТИЛА НАС» 16+
19.30, 19.45 НОВОСТИ 16+
21.05 Х/Ф «ПАРАД ПЛАНЕТ» 0+
22.40 ОТКРЫТИЕ МЕЖДУНАРОДНОГО КОНКУРСА ВОКАЛИСТОВ И КОНЦЕРТМЕЙСТЕРОВ ХИБЛЫ ГЕРЗМАВА 16+
00.25 Х/Ф «ЗА СПИЧКАМИ» 12+

Домашний Домашний

06.30 Х/Ф «БАРЫШНЯ И ХУЛИГАН» 16+
10.00 Х/Ф «РЕДКАЯ ГРУППА КРОВИ» 16+
19.00 Т/С «ПОЛДЖЕМАЛЬ» 16+
22.45 Х/Ф «ВОПРЕКИ ОЧЕВИДНОМУ» 16+
02.10 Д/С «ПРЕДСКАЗАНИЯ» 16+
03.35 Х/Ф «ПРОВИНЦИАЛКА» 16+

ТНТ ТНТ

07.00, 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.30, 11.20, 13.30, 15.30 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЕЙШИХ 16+
18.30 ВЫЖИТЬ В САМАРКАНДЕ. ИГРА СЕЗОНОВ 16+
21.00 Х/Ф «ОНЕГИН» 12+
23.00 ШОУ ВОЛИ 16+
01.15 КОНФЕТКА 16+
02.55 СТУДИЯ «СОЮЗ» 18+
03.45 СТУДИЯ «СОЮЗ» 16+

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.55 Х/Ф «АЛЛЕГРО С ОГНЕМ» 12+
07.25 Х/Ф «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» 12+
09.00 НОВОСТИ НЕДЕЛИ 16+
09.25 СЛУЖУ РОССИИ 12+
09.55 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
10.40 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ С АЛЕКСАНДРОМ МАРШАЛОМ 12+
11.30 Д/Ф «ТАЙНЫ ВОЕННОЙ РАЗВЕДКИ». «АЛЬТА». РЕЗИДЕНТ В БЕРЛИНЕ ДОКЛАДЫВАЕТ» 16+
12.20 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВ» 16+
13.10 КОД ДОСТУПА 12+
14.00 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
14.50 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
15.40 Д/Ф «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+
16.30 Д/Ф «ЗАГАДКИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ МЕДВЕДЕВЫМ» 12+
17.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ. ЧТО РУССКОМУ СМЕШНО... 16+
18.00 ГЛАВНОЕ 16+
19.40 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ СОВЕТСКОГО СЫСКА» 16+
22.50 Д/Ф «СДЕЛАНО В СССР» 12+
23.00 ФЕТИСОВ. ТОК-ШОУ 12+
23.45 Х/Ф «ТРОЙНАЯ ПРОВЕРКА» 12+
01.20 Т/С «ГАИШНИКИ» 16+

ТВ Центр ТВ Центр

05.40 Х/Ф «ПОХИЩЕННЫЙ» 12+
07.10 Х/Ф «РОЗА И ЧЕРТОПОЛОХ» 12+
09.15 Х/Ф «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ» 12+
11.30, 00.20 СОБЫТИЯ
11.50 НАША СМЕШАНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.40 Х/Ф «СУЕТА СУЕТА» 6+
14.30, 05.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 12+
15.00 ДОРОГИЕ ТОВАРИЩИ. ОХОТА НА КОМПОЗИТОРА 16+
15.50 НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ. ТРИ МЕРТВЕЦА И БУТЫЛКА РОМА 16+
16.40 РУССКИЕ ТАЙНЫ. НЕКРАСИВЫЕ ИСТОРИИ ПЕРВЫХ КРАСАВИЦ 16+
17.30 Х/Ф «ПОЛОВИНКИ НЕВОЗМОЖНОГО» 12+
21.15 Т/С «ОЗНОБ» 12+
00.35 Х/Ф «ОЗНОБ» 12+
01.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ 4

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00 ДАЙДЖЕСТ 12+
06.05, 07.05, 18.05, 19.05 ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ 12+
08.05 НАВИГАТОР 12+
09.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
10.05 ВНЕ ЗОНЫ 12+
11.05, 12.05, 13.05, 23.05, 00.05 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+
13.30, 14.05, 15.05 ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ 12+
16.05, 17.05 РОССИЯ. ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА 12+
20.05 НАВИГАТОР 12+
21.05, 22.05 Х/Ф УЕЗДНАЯ ДРАМА 16+

5 канал 5

05.00, 05.35, 06.15, 07.00, 07.50, 08.40, 09.30, 10.05, 11.00, 12.00, 12.55, 13.45, 14.40, 15.35, 16.30, 17.25, 18.20 Х/Ф «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+
09.00 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ С ЕМЕЛЬЯНЕНКО 12+
19.15, 21.35 Х/Ф «ЧЕРНЫЙ ПЕС» 16+
00.10, 01.00 Х/Ф «ПОЕДИНОК» 16+
01.50, 02.30, 03.05, 03.45, 04.20 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ-2» 16+

ТНВ ТНВ

06.00 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
06.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
07.00 ШАГИ 16+
07.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
08.00 КОНЦЕРТ 16+
09.00, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
10.00 ГОРЯЧИЙ КАЗАН 6+
10.30 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
11.10 ТАМЧЫ-ШОУ 6+
11.40 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
12.05, 00.40 МОЛОДЕЖНАЯ ОСТАНОВКА 16+
12.35 НАРОД МОЙ... 12+
13.00, 04.35 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
13.30 СПЕКТАКЛЬ ТЕАТРА ЭСТРАДЫ «МУНЧА ТАШЫ» 16+
16.30 ПОЭЗИЯ 12+
17.15, 21.00 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
18.10 КЗМИТ ЖЭВИТ 16+
19.05, 23.50 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
20.00 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
21.50 КОНЦЕРТ РИШАТА ТУХАТУЛЛИНА 16+
01.05 ПАНОРАМА

БУДЕТ ЯСНО

КАК ТЕХНОЛОГИИ ПОМОГАЮТ СИНОПТИКАМ ПРЕДСКАЗЫВАТЬ ПОГОДУ

ДОСТОВЕРНО

Анна Шиховец
наука.рф

По данным ВЦИОМ, за метеосводками регулярно следят 79% россиян, большинство доверяют прогнозам и считают их точными. Но иногда бывает так, что прогноз даже на ближайший день может не оправдаться.

Почему так происходит? С какими трудностями сталкиваются специалисты, составляя прогноз погоды? На эти и другие вопросы ответил заместитель директора «Гидрометцентра России», кандидат физико-математических наук Дмитрий Киктёв.

- Дмитрий Борисович, с чего начинается прогноз погоды? Откуда берут данные для анализа?

- Чтобы составить прогноз погоды, сначала нужно оценить текущее состояние атмосферы, поверхности океана, суши, ледового покрова. Собрать различные виды наблюдений от множества разных платформ: синоптических станций, метеорологических радаров, спутников, аэрологических наблюдений. Данные наблюдений к нам поступают в режиме реального времени со всего земного шара.

Все это многообразие данных мы объединяем, сопоставляем и исключаем информацию, не внушающую доверия. Затем строим сеточные поля параметров состояния атмосферы – температура, давление, скорость и направление ветра, влажность на разных высотах. Это отправная точка для расчета прогноза.

- Что происходит после того, как собрали необходимую информацию?

- С помощью атмосферных моделей рассчитываем на мощном вычислительном комплексе численный прогноз погоды. Модель атмосферы – сложный программный комплекс, с помощью которого решается система уравнений, описывающих эволюцию атмосферы. Дополнительно учитывается множество



сложных физических процессов в атмосфере. Например, процессы в верхнем слое земной поверхности, образование и испарение осадков, взаимодействие с растительностью. Многие физические механизмы, слабо ощутимые в прогнозах на короткие сроки, становятся важными в долгосрочных прогнозах.

- Но ведь бывает, что прогноз дает сбой?

- Да, причин этому много. Представьте две одинаковые планеты с одинаковым климатом, природой и погодой, но с немного разными исходными условиями. Эта крошечная разница со временем будет расти. И, скажем, через год погода на этих планетах может заметно отличаться. Другая причина ошибок в прогнозах – в том, что невозможно учесть и представить в моделях все многообразие процессов в атмосфере, океане и на земной поверхности.

- Много ли по стране устройств? Сколько нужно технологий, чтобы собрать точные данные по городу или региону?

- Если говорить о метеостанциях Росгидромета, по стране их немного меньше двух тысяч. Они измеряют параметры атмосферы с достаточно высокой точностью, но в одной точке.

Конечно, желательно иметь плотную наблюдательную сеть, но наша страна большая, покрыть ее всю густой сетью метеодатчиков невозможно. Плотность наблюдательной сети в густонаселенных районах выше. В отдаленных районах измерений производится меньше. Поскольку значительная часть земной поверхности слабо покрыта прямыми измерениями – их мало над океанами и малонаселенными районами суши, важные источники для нас сейчас – это спутники и радиолокаторы. Сегодня мы получаем со спутников порядка 80% информации о текущем состоянии погоды.

- На сколько дней вперед можно получить точный прогноз погоды?

- Около 10 дней. Мы можем составить либо детальный прогноз, но на ближайшее время, либо более обобщенный, но с большей заблаговременностью. Атмосфера непостоянна и меняется в зависимости от текущей ситуации. У нее может быть несколько сценариев развития. Если атмосфера практически никак не меняется, прогноз будет более устойчивый.

- Выходит, что прогнозы на месяц ошибочны?

- Не совсем так. Прогнозы на долгие сроки, например на месяц, составляются в другой форме. Объектами прогноза на долгие сроки становятся не «погода» в определенной точке и определенное время, а атмосферные характеристики: средние значения, частота появления тех или циркуляционных структур и тому подобное. Долгосрочные прогнозы составляются без детализированной временной разбивки. Поэтому правильнее называть такие прогнозы не «долгосрочными прогнозами погоды», а «долгосрочными метеорологическими прогнозами». Такой прогноз не особо информативен, чтобы, скажем, планировать выходные на 34-й или еще какой-то день прогноза. Но, например, для энергетиков информация о том, будет ли грядущий месяц холоднее или теплее обычного, может быть весьма полезной.

- Что самое сложное в прогнозировании?

- Земная система – атмосфера, океан,

суша – очень сложная система. Наша информация о состоянии этой системы всегда неполная. Какие бы продвинутые технологии в будущем у нас ни появились, наблюдений всегда будет недостаточно. В атмосфере происходит бесчисленное множество сложных процессов, которые невозможно полностью понять. Даже если мы создадим идеальную модель, мелкие ошибки в начальном представлении состояния земной системы могут привести к нарастающим погрешностям в прогнозах. С годами качество прогнозов, конечно, будет улучшаться. Необходимо совершенствовать наши прогностические инструменты, расширять перечень наблюдений за земной системой и отечественную спутниковую группировку, улучшать установленную на них аппаратуру.

- В прогнозах часто можно встретить показатель «ощущается как...». Что это значит?

- Это связано с нашей физиологией. В жару природа позаботилась о том, чтобы защитить организм человека от перегрева. В зависимости от температуры у нас меняется скорость испарения с кожи. Кожа испаряет влагу, выделяется пот, это охлаждает поверхность нашего тела. При холоде и сильном ветре потери тепла больше. Из-за этого мы по-разному ощущаем, насколько комфортная сейчас погода. Но я предпочитаю более прямые формулировки. Информация о температуре и скорости ветра сама по себе многое говорит. Зная основные параметры, уже примерно понимаешь, как это будет ощущаться.

- Многие люди по-прежнему верят в погодные приметы. Есть ли из них такие, которые могут действительно работать? Например, если воробьи купаются в песке – к дождю, а перед стихией всегда затишье...

- В большой степени это – фольклор, к которому не стоит относиться слишком серьезно. Но нельзя и отрицать, что, скажем, по форме облаков можно действительно прогнозировать многие атмосферные процессы, например, увидеть приближение атмосферного фронта. Так что верить или нет в «погодные» приметы, каждый решает для себя сам.

И СНОВА О ПОГОДЕ

ПРОГНОЗЫ

Елена Зинковская

О том, какие аномальные явления были зафиксированы в течение 2024 года, какой зимы ожидать уральцам, рассказала главный синоптик Уральского управления по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды Галина Шепоренко.

Чем отметился ушедший год

Мы фиксируем, что климат теплеет. Средняя температура по России за 2024 год составила 4-4,4 градуса тепла, что выше нормы на 1,1 градуса. Кажется, что

это – небольшое превышение, но ушедший год займет 5-е место в ряду теплых лет. Впереди него – 2023, 2020, 2008, 1995 годы. По Свердловской области в целом за минувший год средняя температура была несколько ниже – 2,9 градуса тепла.

Всемирная метеорологическая организация предполагает, что 2024 год был одним из самых теплых на земном шаре. В последнее время уделяется много внимания проблемам климата, в частности, вопросам антропогенного фактора. Человечество несет значительную долю ответственности за потепление.

Январь-февраль 2024-го в Екатеринбурге были холоднее нормы на 1-2 градуса, средняя температура зимы составила 12,6 градуса ниже нуля. На территории всей Свердловской области средняя температура этих месяцев была ниже – 14 градусов мороза.

Весна была близка к норме, апрель – теплее нормы на 2 градуса. Был аномально жаркий период в апреле, когда температуры были на 7-17 градусов выше нормы в течение 5 дней. А май оказался очень холодным – на 4 градуса ниже нормы – и занял 4-е место в ранге самых холодных майских месяцев. По 10-13 ночей были заморозки. При этом осадков было около 120% нормы в среднем по региону. Последний такой холодный май в большинстве районов Свердловской области был зафиксирован в 1969 году.

Лето, несмотря на чисто житейские нарекания, все-таки было хорошим. На севере области зафиксирована норма по солнечным часам, на юго-западе региона солнца оказалось примерно на 10% меньше, чем обычно.

Осень стала достаточно теплой и сухой. Все, что выросло, можно было убирать. Сентябрь выдался особенно теплым – на 2 градуса выше нормы. Выпало около 30% нормы осадков, столько

же – в октябре. В ноябре их стало больше, хотя месяц тоже был теплым.

Чего ждать в январе?

В январе должно быть больше осадков и умеренные морозы, поскольку не похоже, чтобы циклоны глубоко опустились на материк. Они находятся в акватории Ледовитого океана, не дают холодному арктическому воздуху опуститься в южные широты, поэтому держится довольно теплая погода.

Согласно прогнозу Гидрометцентра, январь в нашем регионе будет на 1 градус выше нормы (норма – 13-16 градусов мороза). Осадков в Свердловской области окажется около нормы, в северных районах снега будет больше нормы. Возможно, в январе будут отдельные морозные дни. В прошлом году были морозы до 40 градусов. В наступившем году, может быть, в январе-феврале до -40 температура не опустится, но 20-30 градусов ниже нуля будет наверняка.

ВНУКИ – ИСТОЧНИК РАДОСТИ И ВДОХНОВЕНИЯ

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Елена Зинковская

Мы продолжаем знакомить читателей с творчеством призеров регионального конкурса «Фото на комод».

Начало было положено в последних выпусках «Пенсионера» за 2024 год.

Сегодня представляем победителей номинации «Семья – великая ценность»: Людмилу Пантелеймоновну Агапитуву из Алапаевска и Екатерину Иосифовну Кирьянову из Пышмы.

Комментируя конкурсную фотографию, Людмила Пантелеймоновна написала: «Мгновения активного долголетия – это уникальные моменты, сшитые из любви, радости, опыта и мудрости. Моменты, которые создают историю нашей жизни, делая ее богатой, наполненной смыслом и прекрасной. Именно в этих мгновениях мы находим истинную ценность жизни, ощущаем свою неразрывную связь с миром и понимаем, что активное долголетие – это не цель, а путь, который мы проходим с улыбкой».

А Екатерина Иосифовна с большой любовью и теплотой рассказала о внуках: «На этом фото – мы с мужем вместе с внуками Марьяной, Петром и Иваном. Старшие – Кирилл и Яна – уже взрослые. Мы любим проводить с ними время и молодеем от общения с ними».

Всем знакомо выражение «Дети – цветы жизни», а внуки – это счастье вдвойне. Это – не просто продолжение рода, это наше будущее, наши надежда и радость. Каждый момент, проведенный с ними, наполняет мою жизнь смыслом и теплом, становится источником радости и вдохновения. Мы вместе готовим любимые блюда, рассказываем истории о нашей семье. Хочется делиться с ними всем тем, что я знаю, передавать наши семейные традиции, которые формировались на протяжении многих лет из поколения в поколение. Я стремлюсь быть не просто бабушкой, но и настоящим наставником, другом, стараюсь научить их важным жизненным урокам, рассказываю им о трудностях, с которыми сталкивалась, о том, как важно быть добрым и отзывчивым, ценить семью и друзей.

Внуки тоже учат меня многому. Их любопытство и стремление к знаниям меня вдохновляют. Я радуюсь, когда вижу, как они открывают для себя мир,



Л. Агапитува

задают вопросы и хотят узнать больше. Стараюсь быть рядом, поддерживать их, направлять на правильный путь, слушать их, узнавать их интересы и увлечения.



Е. Кирьянова

Это помогает нам стать ближе друг к другу и укрепляет наши отношения.

Вместе мы выезжаем на природу, проводим время на свежем воздухе, занимаемся различными хобби. Внуки не дают нам спокойно сидеть. Например, все лето я ездила с ними на велосипедах.

Я вижу, как они растут и развиваются, радуюсь их успехам и хочу, чтобы они выросли не только умными, но и добрыми людьми, способными любить и поддерживать друг друга. Я горжусь тем, что могу передавать им свои знания, могу быть частью их жизни. Внуки – наше наследие, наша гордость, я буду продолжать делать всё возможное, чтобы они чувствовали нашу любовь и поддержку».

Фото Екатерины Иосифовны отмечено специальным призом нашей редакции. Ей вручена подписка на газету «Пенсионер России» на 1-е полугодие 2025 года.

От редакции: областной конкурс «Фото на комод» организован министерством здравоохранения Свердловской области. В нем приняли участие более 300 свердловчан старше 60 лет, которые поделились памятными снимками, где запечатлены моменты их активной жизни. Десять человек стали призёрами в пяти номинациях фотоконкурса.

С ЗАБОТОЙ О ПРИРОДЕ

ЭХО ПРАЗДНИКА



ekaterinburg.bezformata

Почти 14 тысяч новогодних деревьев заготовили жители Свердловской области, чтобы украсить дома к праздничным дням. Уралцы ответственно подошли к процессу: покупке всех елей и сосен оформили в территориальных лесничествах.

«Приятно отметить, что в этом году мы вновь не зафиксировали нарушений при заготовке хвойных деревьев к Новому году и Рождеству. Для этого велась большая профилактическая работа, было усилено патрулирование лесов в декабре. Всё чаще заготовка хвойных деревьев в преддверии праздников становится семейной традицией, увлекательным приключением. Родители рассказывают детям о том, как важно беречь лес и сохранять природу», – отметил министр природных ресурсов и экологии Свердловской области Денис Мамонтов.

Места, где можно срубить хвойный символ Нового года, желающим указывали сотрудники лесничеств. Это были только деревья, которые растут на участках, подлежащих расчистке, – вдоль линий электропередач или газопроводов, квартальные просеки, минерализованные полосы и противопожарные разрывы.

«Люди стали ответственно относиться к заготовке елей и сосен. Покупатели хвойных красавиц приезжают к нам даже из отдалённых деревень, чтобы оформить документы на рубку. Есть у нас и немало постоянных покупателей – режевских семей, которые уже больше десяти лет приезжают, чтобы заключить договор на заготовку новогодних деревьев. Выбирать хвойных красавиц они ездят вместе с детьми, большими компаниями, организуют настоящую предпраздничную вылазку в лес», – рассказал директор Режевского лесничества Александр Кирюхин.

Департамент информполитики

НЕ СЛУШАЙТЕ ТЕХ, КТО ГОВОРИТ, ЧТО ЗАБОЛЕВАНИЯ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА ЭТО НАВСЕГДА! С НИМИ МОЖНО СПРАВИТЬСЯ!

Бытует мнение, что если у человека болят суставы или позвоночник, то это уже до конца жизни. Но это ложь! От болезней опорно-двигательного аппарата можно избавиться. Достаточно устранить их причину.

В ЧЕМ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ ПРИЧИНА БОЛЕЗНЕЙ СУСТАВОВ И ПОЗВОНОЧНИКА?

В изменении свойств межсуставной жидкости. Ученые считают, что у многих людей, вследствие нарушения обмена веществ, скапливается молочная кислота в организме, закисляющая его. Для выравнивания кислотно-щелочного баланса тело берет из межсуставной жидкости кальций. Без этого минерала она теряет вязкость и не может нормально «смазывать» суставы и позвонки, что приводит к их «заклиниванию».

ЧТО МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВЕРНУТЬ ВЯЗКОСТЬ МЕЖСУСТАВНОЙ ЖИДКОСТИ?

Натуральный гель «ОданоЛ». Он содержит арахисовое масло, в котором находится кальций в специальной, легкоусвояемой форме. При нанесении на больное место он способствует нормализации вязкости межсуставной жидкости в этой области, прекращению разрушения позвонка или сустава, исчезновению болевых ощущений и началу процесса восстановления. Также в состав геля входят экстракты гарпагофитума и кайенского перца. Гарпагофитум содействует снятию воспаления и отеков, возвращению подвижности суставам. А экстракт кайенского перца содержит капсаицин, который обладает обезболивающим эффектом и стимулирует кровообращение в позвонках и суставах. Это способствует повышению притока питательных веществ к ним, увеличению количества межсуставной смазки и ускорению процессов самовосстановления.

ПРИ КАКИХ БОЛЕЗНЯХ ОБЫЧНО ИСПОЛЬЗУЮТ «ОДАНОЛ»?

Люди, пользовавшиеся этим продуктом, отмечают его высокие результаты при артрите, артрозе, подагре, ревматизме, остеохондрозе, радикулите, грыжах и прочих болезнях суставов и позвоночника. Они утверждают, что «ОданоЛ» помогает устранить боль, хруст, отеки, скованность и вернуть себе радость движения.



ИП Корябина Наталья Викторовна. ИНН: 056102792005. ОГРНИП: 324508100108292. 143900, Московская область, г. Балашиха, а/я 5. Срок проведения акции до 15 марта 2025 г. *Подробности акции, правила ее проведения, количество подарков, сроки, место и порядок их получения можно узнать по телефону 8-800-302-30-30 (звонки по РФ бесплатные). Реклама.

ПИЩЕВАЯ ДОБАВКА. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

СОЦИАЛЬНАЯ АКЦИЯ «ЗДОРОВАЯ РОССИЯ»

В рамках Всероссийской программы по улучшению здоровья населения мы предоставляем каждому позвонившему



Для этого сделайте 3 простых шага:

1. ПОЗВОНТЕ по телефону:

8-800-302-30-30

2. НАЗОВИТЕ промокод акции **8101**

3. СОВЕРШЕННО БЕСПЛАТНО получите Ваш ПОДАРОК – «ОДАНОЛ»

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

КОЛИЧЕСТВО ОГРАНИЧЕНО!

Акционное предложение действует

до 15 марта 2025 г.

ЗВОНКИ БЕСПЛАТНЫЕ!

Доставка за счет производителя!

«Я ПАПУ СЕЙЧАС ТАК ХОРОШО ПОНИМАЮ...»

ОТКРОВЕННО

Марина Хакимова, «Моя семья»

На счету актрисы Елены Папановой – десятки ярких характерных ролей в кино и театре. Мы знаем её по фильмам «Высоцкий. Спасибо, что живой», «Лев Яшин. Вратарь моей мечты», сериалам «Школа», «Склифосовский» и многим другим.

Ещё Елена Анатольевна – хранительница памяти своих великих родителей. «Хочу рассказать... Книга об отце», написанная в 2009 году, стала бестселлером.

- Елена Анатольевна, я застала вас на старой даче в подмосковном Пушкине. Здесь вы в детстве проводили летние каникулы?

- Да, родители купили дачу, когда мне было примерно десять. А до этого снимали, так что у меня получилось дачное детство. Мама не любила грядки, посадки... Да и я, честно сказать, не очень люблю. Сажаю лишь потому, что все так делают.

- А в пионерлагерь вы ездили?

- С удовольствием ездила! Мне там очень нравилось. Один из первых моих фильмов – о жизни в пионерлагере. Я играла одну из главных ролей – пионервожатую. Это была картина, снятая в 1977 году, – «Три весёлые смены». Она снималась на «Беларусьфильме», я целое лето провела под Минском.

- Правда ли, что ваши родители, актёры Анатолий Папанов и Надежда Каратаева, не приветствовали желание дочери стать актрисой?

- Они не хотели, чтобы я становилась актрисой, но раз уж окончила ГИТИС, деваться некуда, надо работать. Например, мне родители говорили: «Ты – характерная актриса, потому что недостаточно красива». Я не обижаюсь, ведь время было такое, без нынешнего поголовного обожания своих чад. Я своих детей тоже не баловала, не перехваливала. Зато я – ответственная мама, сделала всё, чтобы дети получили образование. Старшая дочка Мария окончила МГУ – институт стран Азии и Африки, филологический факультет, корейское отделение. А младшая Надежда – экономический факультет полиграфического института. Хотя, возможно, дочерям не хватало маминского обожания.

- А модные одёжки вы девочкам покупали?

- И одеждой я их не баловала. Моя мама очень хорошо вязала, все зимние вещи у моих дочерей – от бабушки. Когда старшая занималась фигурным катанием, мама связала ей платье для выступлений. Некоторую одежду мы перешивали. Сейчас я рада, что так их воспитывала, теперь у дочерей есть стремление хорошо зарабатывать, чтобы обеспечивать необходимым своих детей – моих трех внуков.

- Ваши родители прошли войну, оба фронтовики. Какой отпечаток война наложила на них?

- Я не знаю, какой мама была до войны, потому что родилась уже после. Но в Театре сатиры был спектакль

«Гнездо глухаря» по пьесе Виктора Розова. Мама с папой играли мужа и жену. Женщина, которую играла мама, – один-в-один она сама. У неё был такой же характер.

- Слышала, что вы – заядлая собачница, у вас одновременно жило несколько собак.

- Это было, когда дети учились в школе, в начале 2000-х. Однажды зимой пошла на подмосковный рынок. Смотрю, у киоска с колбасой бродит собака, породистая. Впоследствии оказалось, что это бассет-хаунд. Спрашиваю у продавщицы: чья собака? Она ответила: «Не знаю. Ей негде жить. Когда очень холодно, пускаю к себе на ночь. Возьмите себе! Если не понравится домашним, завтра приведёте обратно». Дала мне верёвку, я привела собаку к себе на дачу. Мы решили её оставить. Она была очень милая, назвали её Эльза. Года через два на даче ко мне приходят местные дети и говорят: «Тётя Лена, а мы вашу собаку нашли». И приводят такого же бассета. Я говорю: «Моя собака по участку ходит». Но пришлось приютить. Оказался мальчиком. Видимо, кто-то выгнал из дому. Взяла себе, назвали Рой. И вот живём с двумя собаками на даче, уже осень, пора возвращаться в Москву. Я дала объявление «Пристраивается собака». Приехала молодая женщина, забрала мальчика, но через три дня звонит: «Муж вернулся из командировки, он хочет другую собаку, так что я вашу верну». И возвратила. Так что с двумя собаками мы вернулись в Москву. А через несколько лет дочке подарили щенка лабрадора, у меня в квартире оказалось три собаки! Так продолжалось лет пять-шесть... Сейчас у меня дома нет собак. Хотя я занимаюсь благотворительностью: на моём счету много спасённых животных.

- Правда ли, что первую собаку вам подарил Евгений Леонов?

- Во время съёмок «Белорусского вокзала» я училась в школе. Прихожу с уроков, на кухне сидят папа и Леонов, пьют чай. Папа спросил: «Лена, ты хочешь собаку?» А я мечтала об этом! Оказалось, Евгений Павлович держал спаниеля-кобеля, за вязку ему полагался «алиментный» щенок. Этого щенка он нам и отдал. Тимошка прожил у нас 17 лет, мы его обожали. Потом у меня был кот Маркиз. Но когда папа умер, маме стало очень грустно, я отдала ей кота – всё-таки живая душа в доме. Он ещё долго жил у мамы.

- Без Анатолия Дмитриевича Надежда Юрьевна прожила больше 30 лет. С вашей помощью?

- В этом отношении моя совесть чиста. С мамой создавалась минимум два раза в день, приезжала несколько раз в неделю. А когда я поняла, что она уже не может жить одна, взяла сиделку. Мама умерла в возрасте почти 96 лет. Не то, что папа, который ушёл всего в 64 года! Будучи очень пожилым человеком, мама много работала, снималась в сериалах. Помню большой сериал «Родные люди», в котором она играла бабушку в 2008 году. Снимали в Киеве. Мне рассказывал актёр Николай Добрынин, который играл



её зятя: «Нам с Надеждой Юрьевной дали билеты – вместе ехать на поезде в Москву. Привозят на вокзал, мы перепутали платформы, а поезд отходит через пару минут! Обойти состав не успеваем. Тогда я прыгаю на пути, даю руку Надежде Юрьевне, она тоже прыгает, перебегаем на другой путь, я её подсаживаю, мы успеваем на поезд!» Маме тогда было 84 года! Последний её спектакль в театре состоялся, когда ей было 90 лет. Играла Фрэнк Бок в спектакле Театра сатиры «Малыш и Карлсон». Играла хорошо, но как-то говорит мне: «Лен, почему-то меня перестали ставить в расписание». Я позвонила режиссёру, поинтересовалась, как же так. Та ответила: «Она постоянно забывает текст!» Но мы решили: когда маме исполнится 90 лет, она сыграет ещё раз. Актриса Наталья Фекленко сидела за сценой и подсказывала текст. Я присутствовала на спектакле и больше всего боялась сцены, когда Фрэнк Бок по лестнице взбирается в комнату Малыша. Довольно высоко, метра четыре! Но всё прошло хорошо. Когда спектакль закончился, на сцену вышли Александр Ширвиндт, Вера Васильева, другие актёры и сказали: «Сегодня заслуженной артистке Надежде Юрьевне Каратаевой, вдове Анатолия Дмитриевича Папанова, исполнилось 90 лет! И это – её последний спектакль». В театре началась овация.

- А вы похожи на неё характером?

- Нет, у меня другой характер, скорее – папин. Мы – оба Скорпионы по гороскопу. Я сейчас папу так хорошо понимаю в каких-то вещах... Он никогда не был доволен собой, довольно замкнутый человек. Мама – совсем другая.

- Кончину Анатолия Дмитриевича в августе 1987 года переживала вся страна. Вы запомнили те дни?

- У мамы с папой были гастролы в Вильнюсе и Риге. Параллельно папа снимался в фильме «Холодное лето 53-го года». Пока театр переезжал из Вильнюса в Ригу, Анатолий Дмитриевич, снявшись в «Холодном лете...», заглянул на несколько дней в Москву. Звонит: «Мама тебе из Риги передала сумку с вещами». Тогда ведь для дев-

чонок было мало хороших вещей. Я сидела на даче со своими девочками, ещё маленькими. Ответила, что сумку заберу позже. Он тогда преподавал в ГИТИСе, пошёл туда решать проблемы своих студентов. Возвращается домой, встречает в подъезде знакомого сантехника. Тот говорит: «Анатолий Дмитриевич, у нас нет горячей воды». Видимо, папа встал под холодный душ, произошёл спазм. Врачи сказали, что даже если бы кто-нибудь находился рядом, спасти бы не успели... Вскоре стали звонить из Риги: почему Папанов не приехал на спектакль? Телефон в Москве не отвечает, мы – на даче, там не было телефона. Ночью к нам на дачу заглянул человек из театра: «Анатолий Дмитриевич не приехал на спектакль, домашний телефон не отвечает». У нас были ключи от квартиры. Муж отправился в Москву, но не смог открыть дверь – папа любил закрываться на защёлку. Родители жили на 13-м этаже. Тогда муж перелез от соседей с балкона! Выбил окно, вошёл и увидел, что папа сидит в ванне... Ночью муж вернулся на дачу и всё сообщил. Я проплакала сутки. Потом были похороны. Народа было очень много, от метро «Маяковская» тянулась очередь, чтобы проститься. А через девять дней уходит Миронов...

- Они были друзьями?

- У них были добрые приятельские отношения. Часто снимались вместе, играли в театре, у них был администратор, который устраивал их совместные концерты. Они вместе давали творческие вечера, это их сближало.

- Какое у Анатолия Дмитриевича было главное качество?

- Ответственность. Если что-нибудь пообещал, обязательно выполнит. Он был человеком слова. Добрый. Честный. Никогда не врал. Я уж не говорю о таланте...

Вот сейчас думаю: если бы я знала, что он уйдёт так рано... Но как я могла это знать? Я была молодая, у меня маленькие дети. Одной дочке – 6 лет, другой – 2 года. Но если бы папа дольше прожил, я бы у него больше училась, чаще бы с ним разговаривала. Всё слишком скоропостижно.

С днём рождения!

85 ЛЕТ
Валентина Васильевна МИШЕНИНА,
Кушва

80 ЛЕТ
Лидия Михайловна ЦАРЕНКОВА,
Первоуральск
Николай Иванович КОЛПАЩИКОВ,
Нижний Тагил

75 ЛЕТ
Людмила Федоровна АРЗЯЕВА,
Екатеринбург
Евгения Петровна ДОБРЮЛОВА,
Березовский
Алия Харисовна ХАМАТЬЯНОВА,
Березовский

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ
Владимир Павлович БЕССОНОВ,
Березовский
Михаил Андреевич ГУЩИН,
Ивдель,
Сергей Петрович ЖУРАВЛЕВ,
Гаринский район
Светлана Николаевна КОЛМАКОВА,
Ирбитский район
Алефтина Михайловна КОРОВИНА,
Режевской район
Александр Николаевич МАКСИМОВ,
Екатеринбург
Татьяна Александровна ПЕСТОВА,
Екатеринбург

Татьяна Григорьевна ПУЗАНОВА,
Невьянский район
Анастасия Степановна ТОЛСТЫХ,
Ирбитский район

Флюра Ибраевна ФАЙЗУЛЛИНА,
Екатеринбург
Светлана Павловна ШАКЕРОВА,
Талицкий район

Виолетта Яковлевна ЮМАКОВА,
Екатеринбург

Раиля Касимовна ФАТКУЛИНА,
Екатеринбург

Роза Гареевна ШАРИПОВА,
Екатеринбург

Нина Михайловна ЮРЧЕНКО,
Первоуральск

Поздравляю с днем рождения
Сергея Николаевича ЛОШАКОВА,
Вадима Николаевича ЗЯБЛИКОВА,
Александра Ефимовича КУРБАТОВА,
Анатолия Киприяновича ЕМЕЛЬЯНОВА,
Павла Владимировича ГУСЕВА
Доходы пусть всегда растут,
В семье пусть любят, берегут.
И всем невзгодам вопреки
В душе сияют огоньки!

Почетный ветеран УВД
А.Н. Глушков, Березовский

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газет пенсционер.рф

- Продам куртку, нат. кожа, черная, воротник норка, р-р 48-50, новая. Тел.: 8-919-369-04-18
- Продам стеклянные банки, 9, 3, 2, 1 и 0,5 л, банку, 750 г с завинчивающейся крышкой. Электросушилку для ягод и фруктов «Скарлет», алоэ с отводками. Тел.: 8-343-321-66-71

- Продам ножной велосипед для зарядки, недорого. Тел.: 8-950-190-40-24
- Продаю люстру, раскладушку, кастрюлю «Паренка», 8-343-368-86-46
- Отдам бесплатно кровать деревянную, односпальную, шифоньер 3-створчатый с антресолью. Тел. 8-919-373-74-39



Клуб одиноких сердец



- Владислав, 35 лет. Познакомлюсь для дружбы и общения со скромной женщиной, можно с инвалидностью, из Екатеринбурга, без в/п. Тел.: 8-950-209-54-39
- Александр, сред. обр. Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой, доброй, ласковой, нежной, без в/п, девушкой, 35-45 лет, из деревни, согласной на переезд. Тел.: 8-963-850-90-57
- Познакомлюсь для создания семьи с одинокой простой женщиной, 55-65 лет. О себе: пенсионер, 63 года, из Богдановича. Тел.: 8-982-716-44-22

- Свободный мужчина, 65/175/80, из Екатеринбурга, ж/о, без в/п, надежный в жизни, приглашает женщину, до 70 лет, для знакомства и общения. Тел.: 8-904-170-17-18
- Женщина, сред. телосложения, рост 160 см, в/о, без в/п, веду ЗОЖ, в поиске спутника жизни, от 70 лет, без в/п, порядочного. Тел.: 8-900-201-28-23
- Ищу для встреч и общения слабослышащую женщину, до 60 лет. О себе: мужчина, 65/175/70, из Екатеринбурга, пишите сначала в вацап, телеграм или смс. Тел.: 8-912-682-43-53

ПОНЕДЕЛЬНИК, 20 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

- 05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
- 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
- 09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
- 09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
- 10.45, 11.20 ГОРЯЧИЙ ЛЕД. ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ ПО ПРЫЖКАМ 2025 Г. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА 0+
- 13.00, 14.15, 16.00, 19.00, 23.40 ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
- 15.30 АНТИФЕЙК 16+
- 17.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
- 18.05 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
- 19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
- 21.00 ВРЕМЯ
- 21.45 Т/С «МИНУТА ТИШИНЫ» 16+
- 01.05, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

- 05.00 УТРО РОССИИ 12+
- 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
- 09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
- 09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
- 11.30, 18.30 60 МИНУТ 12+
- 13.00 НАШИ 12+
- 14.55 Т/С «КУЛАГИНЫ» 16+
- 17.30 МАЛАХОВ 16+
- 21.30 Т/С «СКЛИФОВСКИЙ» 12+
- 23.30 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+
- 02.10, 03.30 Т/С «ДОКТОР РИХТЕР» 16+

НТВ

- 04.50 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ. СУДЬБЫ» 16+
- 06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
- 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
- 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+
- 13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
- 14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
- 16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
- 17.50 ДНК 16+
- 20.00 Х/Ф «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
- 22.15, 00.00 Т/С «ШЕФ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» 16+
- 00.55 Т/С «ПОТЕРЯННЫЕ» 16+
- 04.20 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР 16+

МАТЧ ТВ 2

- 08.00 ПРОФИЛАКТИКА
- 12.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
- 12.05 ЛИЦА СТРАНЫ 12+
- 12.25 ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
- 13.30 ЕВРОФУТБОЛ. ОБЗОР 6+
- 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
- 15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
- 16.25 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+
- 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
- 17.30 ГРОМКО. ПРЯМОЙ ЭФИР
- 19.00, 02.25 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
- 21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. ТОРПЕДО (Н. НОВГОРОД) - СПАРТАК (МСК). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 00.00 БИЛЬЯРД. ВЕТООМ СУПЕРЛИГА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
- 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
- 04.10 БАДМИНТОН. ВСЕРОССИЙСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ «НОВОГОДНИЙ ВОЛАН» 0+

КУЛЬТУРА К

- 06.30 ПЕШКОМ... 16+
- 07.05 ЛЕГЕНДЫ КИНО 16+
- 07.35 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
- 08.15 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+
- 08.45, 22.15 Х/Ф «МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
- 10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 23.30 НОВОСТИ 16+
- 10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
- 11.10, 00.35 Д/Ф «ОСОБНЯК НА УЛИЦЕ ГРАФИО. Ф. ШАЛЯПИН» 16+
- 12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
- 13.00, 02.25 Д/Ф «БАЛАКОВО. ОСОБНЯК П. МАЛЫЦЕВА» 16+
- 13.35 Х/Ф «ВАССА ЖЕЛЕЗНОВА» 0+
- 15.25 АГОРА. ТОК-ШОУ 16+
- 16.45 ПЕРЕДВИЖНИКИ 16+
- 17.15 РОССИЙСКИЕ МАСТЕРА КОНЦЕРТНОЙ СЦЕНЫ 16+
- 18.30 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
- 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
- 20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
- 20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
- 20.45 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+
- 21.30 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА... 16+
- 23.45 Д/Ф «РАССЛЕДУЯ ДЕЛО ТУТАНХАМОНА» 16+
- 01.45 «ТАГЕФОН, ИЛИ СМЕРТЬ «ВЕЛИКОГО НЕМОГО». Д/Ф 16+

Домашний

- 06.30, 05.40 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
- 07.30, 04.50 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
- 08.30, 02.50 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
- 10.45, 23.20 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
- 11.55, 00.30 Т/С «ПОРЧА» 16+
- 13.00, 01.30 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
- 13.35, 02.00 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
- 14.10, 02.25 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
- 14.45 Х/Ф «ТАЙНЫЕ МЧТЫ АЛИСЫ» 16+
- 19.00 Х/Ф «Я ВЕРНУСЬ ЗА ТОБОЙ» 16+

ТНТ

- 07.00 УТРО ТНТ 16+
- 08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
- 09.00 ВЫЖИТЬ В САМАРКАНДЕ. ИГРА СЕЗОНОВ 16+
- 12.00 Т/С «ПОЛЯРНЫЙ» 16+
- 20.00, 20.30 Т/С «КУПЦЫ И ДЕТИ» 16+
- 21.00, 21.30 Т/С «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ» 16+
- 22.00 Х/Ф «Я НА ПЕРЕМОТКЕ!» 12+
- 23.45 Х/Ф «ОПАСНЫЙ СОБЛАЗН» 18+
- 01.45 Х/Ф «ЖИВЕШЬ ТОЛЬКО РАЗ» 18+

ЗВЕЗДА

- 05.00 Т/С «ТАИШНИКИ» 16+
- 07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
- 09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
- 09.15 Д/Ф «ОСВОБОДИТЕЛИ» 16+
- 11.00, 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+
- 11.10, 23.15 Т/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА» 12+
- 13.15, 17.05, 02.20 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» 16+
- 17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
- 19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
- 20.10 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
- 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
- 22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
- 00.35 Д/Ф «ИНЖЕНЕР ПОБЕДЫ. МАРШАЛ АГАНОВ» 12+
- 01.20 Д/Ф «ВОЕННЫЕ МИССИИ ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 16+

ТВ Центр

- 06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
- 08.10 МОСКВА РЕЗИНОВАЯ 16+
- 08.30 Х/Ф «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ» 12+
- 10.40 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
- 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
- 11.50 Х/Ф «СТАРАЯ ГВАРДИЯ» 12+
- 13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
- 14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
- 15.05 Х/Ф «АННА И ТАЙНА ТЕНЕЙ» 12+
- 16.55 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+
- 18.10 Х/Ф «ЧЕРНОВ» 16+
- 22.35 «МИЛИАРД ОТТЕНКОВ СЕРОГО». СПЕЦРЕПОРТАЖ 16+
- 23.05 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+
- 00.35 ПЕТРОВКА, 38 16+
- 00.50 ПРОЩАНИЕ. ВИКТОР ГРИШИН 16+
- 01.30 Д/Ф «ЗВЕЗДНЫЕ РАЗВОДЫ» 16+

4 КАНАЛ

- 06.05, 15.05, 23.05 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+
- 06.35, 11.05, 15.35, 18.05, 23.35 Д/С «ВМЕСТЕ ПО РОССИИ» 12+
- 07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
- 09.05, 16.05, 00.05 НАВИГАТОР 12+
- 09.30, 16.30, 00.30 НАВИГАТОР LIVE 12+
- 10.05, 17.05, 01.05 Д/Ф «ВСЕШ МИР - РОССИЯ» 12+
- 11.30, 18.30, 19.30 Д/С «МАГИЯ ВКУСА» 12+
- 12.05, 20.05 Д/С «РОССИЯ ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА» 12+
- 13.05 МУЗЕЙНЫЙ РОМАН 12+
- 13.15, 21.05 ВНЕ ЗОНЫ 12+
- 14.05, 22.05 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
- 16.00 НОВОСТИ 16+
- 19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ 16+
- 19.15 ОБЗОРНАЯ ЭКСКУРСИЯ 12+

5 канал

- 06.05 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2» 16+
- 06.45, 09.30, 10.25 Т/С «ЧЕРНЫЙ ПЕС» 16+
- 08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
- 08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 0+
- 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
- 13.30, 17.30 Т/С «СЛЕД» 16+
- 00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГ 16+

ТНВ

- 06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
- 08.00, 17.00, 19.10, 22.20, 00.15 КОНЦЕРТ 12+
- 08.40, 18.20, 23.10 ГОЛОВОЛОМКА 12+
- 09.50 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
- 11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
- 11.30 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
- 12.05 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
- 15.25 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
- 16.00 НАРОД МОЙ... 12+
- 16.30 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
- 17.30, 00.40 МОЛОДЕЖНАЯ ОСТАНОВКА 6+
- 19.35 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
- 20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
- 21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЪЯНКИ 12+
- 21.55 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+

ОТВ

- 06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
- 07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
- 08.00, 08.55, 10.00, 10.55, 12.00, 12.55, 14.00, 14.55, 16.00, 16.55, 18.00, 18.55, 20.55, 22.55, 00.00, 00.55 ДАЙДЖЕСТ 12+
- 08.05 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАХЕ ЗАКОНА 16+
- 08.25, 15.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
- 08.40, 12.40, 15.40, 18.35, 20.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
- 09.00, 13.30, 18.05, 21.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
- 09.30 Д/С «ВМЕСТЕ ПО РОССИИ» 12+
- 10.05, 11.00 Т/С «ТАК ПОСТУПАЕТ ЖЕНЩИНА» 12+
- 12.05 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
- 12.30 НОВОСТИ. БИЗНЕС 16+
- 13.00, 22.00 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+
- 14.05, 19.00 Д/С «МАГИЯ ВКУСА» 12+
- 14.30 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+
- 15.25 НОВОСТИ ТМК 12+
- 16.05 Д/С «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+
- 17.00 Д/С «РОССИЯ ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА» 12+
- 18.50, 20.45 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
- 19.30, 22.30 СОБЫТИЯ 16+
- 20.00 СПЕЦПРОЕКТ 16+
- 00.05 Т/С «ПРИНЦИП ХАБАРОВА» 16+

СТС

- 06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
- 06.05, 04.25 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
- 07.45 М/Ф «ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ» 6+
- 09.35 Х/Ф «КОРОЛЬ-ЛЬВЕНОК» 12+
- 11.35 Х/Ф «МОЙ ПЕС РУНИ» 12+
- 13.55 Х/Ф «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ» 12+
- 15.55 Х/Ф «МАЛЕНЬКАЯ МИСС ДУЛИТТЛ» 6+
- 17.50 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+
- 21.00 Х/Ф «МЛАДЕНЦ НА 30 000 000» 16+
- 23.40 Х/Ф «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ» 16+
- 01.50 Х/Ф «КРЫСИНЫЕ БЕГА» 16+

ТВЗ

- 05.00, 04.45 МУЛЬТФИЛЬМ 0+
- 07.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
- 07.30, 14.00, 17.00, 21.15 НОВОСТИ 16+
- 07.40, 14.10 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
- 14.15 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
- 16.00, 17.10 Х/Ф «РОНИН» 16+
- 18.15, 21.25 Т/С «МАЖОР» 16+
- 23.00 ИТОГИ 16+
- 00.15 Х/Ф «ФЛИРТ С ДЬЯВОЛОМ» 18+
- 01.30 КАДОНИ ШОУ 16+

РЕН ТВ

- 06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
- 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
- 09.00 ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 16+
- 11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
- 12.00, 16.00, 19.00 112 16+
- 13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
- 14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
- 15.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
- 17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
- 18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
- 20.00 Х/Ф «НАЕМНИК» 16+
- 22.05 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
- 23.30 Х/Ф «ЗА ГРАНЬЮ ЖИЗНИ» 18+

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ВСЕ О ГЛАВНОМ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 17.30, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05, 18.05, 23.55 Д/Ф «РАССЛЕДУЯ ДЕЛО ТУТАНХАМОНА» 16+
07.55, 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
08.25 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+

Домашний

06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.30, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30, 02.55 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+

ТНТ

07.00, 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С «САШАТАНЯ» 16+

ЗВЕЗДА

04.35, 13.15, 02.20 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА» 12+

4 КАНАЛ

06.05, 15.05, 23.05 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.05, 16.05, 00.05 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
05.30, 06.10, 06.50, 07.35 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2» 16+
08.25 СТРАНА СОВЕТОВ 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 02.40 КОНЦЕРТ (КАТ12+) 12+
08.30, 18.20, 23.10, 04.20 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+

ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 08.55, 10.00, 10.55, 12.00, 12.55, 14.00, 14.55, 16.00, 16.55, 18.00, 18.55, 20.00, 20.55, 22.55, 00.00, 00.55, 02.00, 02.55, 04.00, 04.55 ДАЙДЖЕСТ 12+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 0+
06.05, 04.35 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 М/Ф «ГОУ, ФЕЛИКС» 6+

ТВ3

05.00, 04.30 МУЛЬТФИЛЬМ 0+
07.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
07.30, 14.00, 17.00, 21.15 НОВОСТИ 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА 16+

СРЕДА, 22 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 17.30, 23.35, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05, 18.05 Д/Ф «РАССЛЕДУЯ ДЕЛО ТУТАНХАМОНА» 16+
07.55, 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
08.40, 22.15 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+

Домашний

06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.25, 02.55 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+

ТНТ

07.00, 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С «САШАТАНЯ» 16+

ЗВЕЗДА

05.20, 13.15, 17.05, 02.10 Т/С «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ВАШЕ ВРЕМЯ И СТЕКЛО» 12+

4 КАНАЛ

06.05, 15.15, 23.05 ВНЕ ЗОНЫ 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.05 КАМПУС 12+
09.30, 16.05, 00.05 Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+

5 канал

06.05 Т/С «КРЕПКИЕ ОРЕШКИ-2» 16+
06.45 Х/Ф «БЕЛАЯ СТРЕЛА» 16+
08.25, 09.30 Т/С «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ» 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 02.40 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 21.25, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+

ОТВ

05.00, 08.05, 12.05, 15.00, 22.30, 02.05, 03.30 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30, 23.00, 02.30, 02.45, 04.05, 04.15 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.00 Х/Ф «МОЯ УЖАСНАЯ СЕСТРА» 6+

ТВ3

05.00, 04.45 МУЛЬТФИЛЬМ 0+
07.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
07.30, 14.00, 17.00, 21.15 НОВОСТИ 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00
НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.20, 14.15, 16.00, 19.00, 22.45
ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 03.00
ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
11.30, 18.30 60 МИНУТ 12+
13.00 НАШИ 12+
14.55 Т/С «КУЛАГИНЫ» 16+
17.30 МАЛАХОВ 16+

НТВ НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Х/Ф «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»
16+
22.15, 00.00 Т/С «ШЕФ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»
16+
00.55 ПОСДНЯКОВ 16+
01.10 Т/С «ПОТЕРЯННЫЕ» 16+
04.25 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР
16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 ВИД СВЕРХУ 12+
09.00, 12.05, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 17.30, 20.45, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ!
12+
12.10, 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
12.30 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК
ЧЕМПИОНАТ РФ. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ
ГОНКА. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
15.00 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
15.30 БИАТЛОН. АЛЬФА-БАНК
ЧЕМПИОНАТ РФ. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ
ГОНКА. ЖЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
18.25 ХОККЕЙ. ОЛИМПЕТ ЧЕМПИОНАТ
МХЛ. КРАСНАЯ АРМИЯ (МСК) -
МХК ДИНАМО (МСК). ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ
21.00 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ
КХЛ. СКА (СПБ) - ДИНАМО (МСК).
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.00 БИЛЬЯРД. ВЕТВОМ СУПЕРЛИГА.
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.00, 18.05 Д/Ф «ФРАНЦИЯ.
ПУТЕШЕСТВИЕ ВО ВРЕМЕНИ» 16+
07.55, 19.00 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
08.40, 22.15 Х/Ф «МИХАЙЛО
ЛОМОНОСОВ» 16+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 23.40
НОВОСТИ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.10, 00.35 Д/Ф «Н. АКИМОВ» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО 16+
13.00 АСАДЕМА 16+
13.45 Х/Ф «МАЙСКАЯ НОЧЬ, ИЛИ
УТОПЛЕННИЦА» 0+
14.50 «ТАБЕФОН, ИЛИ СМЕРТЬ
«ВЕЛИКОГО НЕМОГО»» Д/Ф 16+
15.35 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
16.45 ПРЯНИЧНЫЙ ДОМИК 16+
17.15 РОССИЙСКИЕ МАСТЕРА
КОНЦЕРТНОЙ СЦЕНЫ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
20.45 Х/Ф «ИВАН ГРОЗНЫЙ». БУДУ ТАКИМ,
КАКИМ МЕНЯ НАРИЦАЮТ!» 16+
21.30 ЭНИГМА 16+
23.55 Д/Ф «ДРЕВНЕРУССКИЙ ДЕТЕКТИВ
АНДРЕЙ БОГОЛЮБСКИЙ»
16+

Домашний Домашний

06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.25, 02.55 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.40, 23.30 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
11.45, 00.35 Т/С «ПОРЧА» 16+
12.55, 01.35 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.30, 02.05 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.05, 02.30 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.40 Х/Ф «ПОРОЧНАЯ СВЯЗЬ» 16+
19.00 Х/Ф «СЕКРЕТЫ ЛИЗЫ» 16+
04.35 6 КАДРОВ 16+

ТНТ ТНТ

07.00, 06.00 УТРО ТНТ 16+
08.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ
16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30,
12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00,
14.10, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30,
17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/С
«САШАТАНА» 16+
19.00, 19.30, 20.00, 20.30 Т/С «КУПЦЫ И
ДЕТИ» 16+
21.00, 21.30 Т/С «ДЕВУШКИ С
МАКАРОВЫМ» 16+
22.00 Х/Ф «ПАДЕНИЕ ИМПЕРИИ»
16+
00.15 Х/Ф «ДРУГИЕ. ПРОКЛЯТИЕ
КУКУШКИ» 18+

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

04.35, 13.15, 17.05, 03.55 Т/С
«ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00, 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ
16+
11.10, 23.15 Т/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ
ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА
ВАТSONA» 12+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
20.10 КОД ДОСТУПА 12+
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+
01.40 Х/Ф «МОРСКОЙ ОХОТНИК» 12+
02.50 Д/Ф «ПРЕДВИДЕНИЕ КОСМОСА»
16+
03.35 Д/Ф «МОСКВА ФРОНТУ» 16+

ТВ Центр ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ» 12+
10.40 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00
СОБЫТИЯ
11.50 Х/Ф «СТАРАЯ ГВАРДИЯ» 12+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «АННА И ТАЙНА ЯДОВ» 12+
17.00 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+
18.15 Т/С «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА» 16+
22.35 10 САМЫХ... 16+
23.05 ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ 16+
00.35 ПЕТРОВКА, 38 16+
00.50 НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ 16+
01.30 Д/Ф «ПО СЛЕДУ ОБОРОТНЯ» 16+

4 КАНАЛ 4

06.05, 15.05, 23.05 Д/С «РОССИЯ ВНЕ
ЗОНЫ ДОСТУПА» 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.05, 16.05, 00.05 ВНЕ ЗОНЫ 12+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ 16+
10.05, 17.05, Д/Ф «ИЗ РОССИИ С
ЛЮБОВЬЮ» 12+
11.05, 18.05 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ
ПРИРОДЫ» 12+
11.35, 14.05, 18.35, 22.05 Д/С «ВМЕСТЕ
ПО РОССИИ» 12+
12.05, 12.30, 20.05, 20.30 НАВИГАТОР 12+
13.05, 13.30, 21.05, 21.30 НАВИГАТОР
LIVE 12+
14.30, 22.30 Д/С «МАГИЯ ВКУСА» 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ ДНЯ 16+
19.15 ОБЗОРНАЯ ЭКСКУРСИЯ 12+
19.30 КАМПУС 12+

5 канал 5

06.10, 07.00, 08.00, 09.30, 09.55,
11.00, 12.00 Т/С «БЕЛАЯ СТРЕЛА.
ВОЗМЕДИЕ» 16+
08.35 ДЕНЬ АНГЕЛА 0+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ
16+
13.30, 14.20, 15.05, 16.00, 16.50, 17.30,
18.15, 19.00, 19.40, 20.35, 21.25,
22.15, 23.05, 00.30, 01.15 Т/С
«СЛЕД» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК
16+

ТНВ ТНВ

06.00, 13.05, 01.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 22.15, 00.15, 02.40
КОНЦЕРТ 12+
08.30, 04.20 КЭМИТ ЖЭВИТ 16+
09.30 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
10.00, 20.00 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА
6+
10.30, 17.30, 19.35, 00.40 ТАТАРЫ 12+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00
НОВОСТИ 16+
11.30, 16.30, 20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
12.05 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
15.25, 03.05 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ
6+
16.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ
12+
18.20, 23.10 ВРЕМЯ Поговорить 16+
21.25, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+

ОТВ ОТВ

05.00, 08.05, 12.05, 15.05, 20.05, 22.30
СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.35, 18.40, 19.10,
20.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ
16+
05.55, 08.00, 08.55, 10.00, 10.55, 12.00,
12.55, 14.50, 15.55, 16.55, 17.55,
18.55, 20.00, 20.55, 22.55, 00.00,
00.55 ДАЙДЖЕСТ 12+
06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО
12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.50, 17.50,
19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
09.00, 13.30, 14.10, 18.10, 21.00, 21.30,
23.30 ВСЕ ГОВОРИТ ОБ ЭТОМ
16+
09.30, 03.00, 04.30 Д/С «ВМЕСТЕ ПО
РОССИИ» 12+
10.05, 11.00 Т/С «НАЗАД В СССР» 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 19.25, 22.00 Д/С «ТАЙНЫЕ
МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+
14.00, 14.55, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00
ВЕРНЫЙ ОТЛИЧНИК 0+
14.35 ПАРЛАМЕНТСКОЕ ВРЕМЯ 16+
16.10 Д/С «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ»
12+
17.10 Д/С «РОССИЯ ВНЕ ЗОНЫ
ДОСТУПА» 12+
20.45 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
00.05, 01.00 Т/С «ПРИНЦИП ХАБАРОВА»
16+

СТС СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
06.05, 04.25 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
07.35 М/Ф «РОК ДОГ» 6+
09.15 М/Ф «РОК ДОГ-2» 6+
11.05 Х/Ф «КРЫСИНЫЕ БЕГА» 16+
13.20 Х/Ф «МЛАДЕНЕЦ НА 30 000 000»
16+
16.00 Х/Ф «Я БОГИНЯ» 16+
18.00 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ
16+
21.00 Х/Ф «ОСОБО ОПАСНА» 16+
22.55 Х/Ф «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ВРАГ»
16+
01.00 Х/Ф «ОТЧАЯННЫЕ АФЕРИСТКИ»
16+

ТВ3 ТВ3

05.00, 04.30 МУЛЬТФИЛЬМ 0+
07.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
07.30, 14.00, 17.00, 21.15 НОВОСТИ 16+
07.40, 14.10 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
14.15 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
16.00, 17.10 Х/Ф «РОНИН» 16+
18.15, 21.25 Т/С «МАЖОР» 16+
22.45 Х/Ф «ГОСТЬЯ» 16+
01.00 Х/Ф «АСТРАЛ. ПОТОМСТВО» 18+

РЕН ТВ РЕН

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00
НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ
16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ
16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР С ТИМОФЕЕМ
БАЖЕНОВЫМ 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+
14.00 НЕВЕРоятно ИНТЕРЕСНЫЕ
ИСТОРИИ 16+
15.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ
16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ
16+
20.00 Х/Ф «ПОКОЛЕНИЕ ВОЯДЖЕР»
16+
22.00 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
23.30 Х/Ф «ЗАЛОЖНИК» 18+

ПЯТНИЦА, 24 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.45, 11.20, 14.15, 16.55
ИНФОРМАЦИОННЫЙ КАНАЛ 16+
14.40 АНТИФЕЙК 16+
15.10 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
16.00 МУЖСКОЕ / ЖЕНСКОЕ 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.40 ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН 16+
19.45 ПОЛЕ ЧУДЕС 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 «ФАНТАСТИКА». СЛЕДУЮЩИЙ
УРОВЕНЬ. ФИНАЛ 12+
23.40 СПЕЦПРОЕКТ. «30 ЛЕТ ВМЕСТЕ»
12+
01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
09.30, 14.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+
11.30, 18.30 60 МИНУТ 12+
13.00 НАШИ 12+
14.55 Т/С «КУЛАГИНЫ» 16+
17.30 ПРЯМОЙ ЭФИР 16+
21.30 ОДИН В ОДИН 12+
00.30 ИСТОРИИ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ
12+
01.30 Х/Ф «УКРАДИ МЕНЯ» 12+

НТВ НТВ

04.55, 08.25, 10.35 Х/Ф «МОРСКИЕ
ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» 16+
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ДНК 16+
17.55 ЖДИ МЕНЯ 12+
20.00 Х/Ф «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
22.15 Т/С «ШЕФ. ВОЗВРАЩЕНИЕ» 16+
00.20 СВОЯ ПРАВДА 16+
02.10 ИНФОЩИТ 16+
02.45 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
03.35 АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР
16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ТАЙНЫ ЗВЕЗД СПОРТА 12+
08.30 БОЛЬШОЙ ХОККЕЙ 12+
09.00, 12.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ
09.05, 21.30, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
12.05 НЕБЕСНАЯ ГРАЦИЯ 12+
12.25 ЛУЧШИЕ ИЗ ЛУЧШИХ 12+
13.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
14.35 ЛИЦА СТРАНЫ 12+
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.25 ФОРМУЛА-1. ГАСНУТ ОГНИ 12+
17.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА.
ONE FC. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.55 ФУТБОЛ. WINDSIE ЗИМНЯЯ
СЕРИЯ. ЗЕНИТ (РФ) - СБОРНАЯ
ИОРДАНИИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.
ТОРИНО - КАЛЬЯРИ. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ
03.55 ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КРУГ 12+
04.25 ГАНДБОЛ. СЕНА - ГАЗПРОМ ЛИГА.
ЧЕХОВСКИЕ МЕДВЕДИ (МСК. ОБЛ.)
- ВИКТОР (СТАВРОПОЛЬ) 6+
05.55 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА K

06.30 ПЕШКОМ... 16+
07.05, 18.45 Д/Ф «ДРЕВНЕРУССКИЙ
ДЕТЕКТИВ АНДРЕЙ
БОГОЛЮБСКИЙ» 16+
07.50 ПОЧЕРК ЭПОХИ 16+
08.20 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО».
«САПОЖНИК» 16+
08.35, 22.00 Х/Ф «МИХАЙЛО
ЛОМОНОСОВ» 16+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 23.30
НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.20 Х/Ф «БЛИЗНЕЦЫ» 12+
11.45 Д/Ф «ФЕНОМЕН КУЛИБИНА»
16+
12.45 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО»
16+
13.00 ОСТРОВА 16+
13.45 РУССКАЯ КЛАССИКА 16+
15.00 Д/Ф «ДОМ ПОЛЯРНИКОВ»
16+
15.45 ЭНИГМА 16+
16.45 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ 16+
17.15 РОССИЙСКИЕ МАСТЕРА
КОНЦЕРТНОЙ СЦЕНЫ 16+
19.45, 01.15 ИСКАТЕЛИ 16+
20.30 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
21.35 Д/Ф «ЕКАТЕРИНБУРГ. ОСОБНЯК
ТУПИКОВЫХ» 16+
23.45 Х/Ф «МОЙ ПАПА БАРЫШНИКОВ»
12+

Домашний Домашний

06.30, 05.40 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25, 04.50 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ!
16+
08.25, 02.50 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.40, 23.25 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
11.45, 00.30 Т/С «ПОРЧА» 16+
12.50, 01.30 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.25, 02.00 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.00, 02.25 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.35 Х/Ф «ДРУГОЙ МУЖЧИНА»
16+
19.00 Х/Ф «ДВА КРЫЛА» 16+
04.30 6 КАДРОВ 16+

ТНТ ТНТ

07.00 УТРО ТНТ 16+
08.00, 20.00 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30,
12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00,
14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30,
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00,
19.30 Т/С «САШАТАНА» 16+
21.00, 22.00, 01.00 КОМЕДИ КЛУБ
16+
23.00 СТЕНДАП РУЛЕТКА 18+
00.00 МИЛЛИОН ВОПРОСОВ 16+
01.50, 02.35 СТУДИЯ «СОЮЗ» 16+

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

06.15, 13.15, 02.45 Т/С «ПСЕВДОНИМ
«АЛБАНЕЦ»-2» 16+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.20 ИЩУ СВОИХ 12+
10.05 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
10.25 Д/Ф «БИТВА ОРУЖЕЙНИКОВ» 16+
11.10 Т/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА
ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONA» 12+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
17.15 Х/Ф «ТИХАЯ ЗАСТАВА» 16+
19.40 Д/Ф «ЗАГАДКИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ
МЕДВЕДЕВЫМ» 12+
20.30 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВ» 16+
21.20 СПЕЦРЕПОРТАЖ. ЧТО РУССКОМУ
СМЕШНО... 16+
22.00 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ!
16+
23.30 МУЗЫКА+ 12+
00.50 Х/Ф «РОМАНС О ВЛЮБЛЕННЫХ»
16+

ТВ Центр ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.10, 11.50 Х/Ф «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ»
12+
11.30, 14.30, 17.50 СОБЫТИЯ
12.30, 15.05 Х/Ф «ЛИШНИЙ» 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
17.00 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.10 Х/Ф «ТИХИЕ ВОДЫ» 12+
20.00 Х/Ф «ТИХИЕ ВОДЫ-2» 12+
22.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 16+
23.05 ХОРОШИЕ ПЕСНИ 12+
00.40 Х/Ф «ХОЧУ В ТЮРЬМУ» 12+
02.15 ПЕТРОВКА, 38 16+

4 КАНАЛ 4

05.05, 05.30, 13.05, 13.30, 14.05, 14.30,
21.05, 21.30, 22.05, 22.30, 04.05,
04.30 НАВИГАТОР 12+
06.05, 12.35, 19.30, 23.05, 03.35 Д/С
«ВМЕСТЕ ПО РОССИИ» 12+
06.30, 15.30, 23.30 Д/С «МАГИЯ ВКУСА» 12+
07.00 УТРЕННИЙ ЭКСПРЕСС 12+
09.05, 16.05, 00.05 Д/С «РОССИЯ ВНЕ
ЗОНЫ ДОСТУПА» 12+
10.00, 12.00, 14.00, 16.00 НОВОСТИ 16+
10.05, 10.20, 10.35, 10.50, 17.05, 17.20,
17.35, 17.50, 01.05, 01.20, 01.35,
01.50 ВНЕ ЗОНЫ 12+
11.05, 11.30, 18.05, 18.30, 02.05, 02.30
Д/Ф «ИЗ РОССИИ С ЛЮБОВЬЮ» 12+
12.05, 03.05 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ
ПРИРОДЫ» 12+
15.05 КАМПУС 12+
19.00 НОВОСТИ. ИТОГИ ДНЯ 16+
19.15 МУЗЕЙНЫЙ РОМАН 12+
20.05 Д/Ф «ЭКСПЕДИЦИЯ В АРТЕЗИАН.
ПУТЕШЕСТВИЕ В АНТИЧНОСТЬ» 12+

5 канал 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ
16+
05.25, 06.10, 07.00, 07.55, 09.30, 09.55,
11.00, 12.00 Т/С «БЕЛАЯ СТРЕЛА.
ВОЗМЕДИЕ» 16+
08.30 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ 12+
13.30, 14.20, 15.15, 16.05, 17.30, 18.20,
19.00, 19.55, 20.40, 21.25, 22.20 Т/С
«СЛЕД» 16+
23.10 СВЕТАСЯ ХРОНИКА 16+
00.10 ОНИ ПОТРЯСЛИ МИР 12+
01.00 ОНИ ПОТРЯСЛИ МИР 16+
01.50, 02.30, 03.15, 03.50, 04.30 Т/С
«УСЛОВНЫЙ МЕНТ» 16+

ТНВ ТНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00 РОДНАЯ ДЕРЕВНЯ 12+
08.30, 18.20, 23.10, 04.20 ПЕСОЧНЫЕ
ЧАСЫ 16+
09.30, 16.00, 00.15 НАСТАВЛЕНИЕ 16+
10.00, 20.30, 02.00 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ
6+
10.30, 17.30, 19.35, 00.40 ТАТАРЫ 12+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00
НОВОСТИ 16+
11.30, 16.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
12.05, 01.05, 05.10 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ
16+
15.25, 03.05 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ
6+
17.00, 21.55 В ДУШЕ МЕЛОДИИ
ТАЛЬЯНКИ 12+
19.10, 22.15, 02.30 КОНЦЕРТ (КАТ12+)
12+
20.00 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
21.25 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+

ОТВ ОТВ

06.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55
ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 08.55, 10.00, 10.55, 12.00, 12.55,
14.00, 14.55, 16.00, 16.55, 18.00,
22.55, 00.00, 00.55 ДАЙДЖЕСТ 12+
08.05, 12.05, 15.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+
08.30, 12.30, 15.30, 23.00 СОБЫТИЯ.
АКЦЕНТ 16+
09.00, 13.30, 18.05, 21.30, 23.30 ВСЕ
ГОВОРИТ ОБ ЭТОМ 16+
09.30, 03.00, 04.30 Д/С «ВМЕСТЕ ПО
РОССИИ» 12+
10.05, 11.00 Х/Ф «НЕВЕСТА МОЕГО
ДРУГА» 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 22.00 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ
ПРИРОДЫ» 12+
14.05 Д/С «МАГИ

ПЕРВЫЙ 1

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+
09.00 УМНИЦЫ И УМНИКИ 12+
09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+

РОССИЯ 1

08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СБ
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+

НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+
07.20 СМОТР 0+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+
08.30 ЦЕНТРАЛЬНЫЙ КРУГ 12+
09.00 НОВОСТИ
09.05, 19.00, 21.30, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
08.00 Х/Ф «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ» 0+

Домашний

06.30 Х/Ф «ДЕТИ ВЕТРА» 16+
10.15, 02.40 Х/Ф «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ» 16+
14.45 Х/Ф «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ. ПАУТИНА» 16+

ЗВЕЗДА

06.00 Д/Ф «НЕИЗВЕСТНЫЕ СРАЖЕНИЯ ВЕЛИКОЙ ОТЕЧЕСТВЕННОЙ» 16+
06.40 Х/Ф «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» 6+

ТВ Центр

06.35 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
07.00 Х/Ф «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИНЫ» 16+
09.05 ЗДОРОВЫЙ СМЫСЛ 16+

4 КАНАЛ

06.05 Д/С «ТАЙНЫЕ МЕХАНИЗМЫ ПРИРОДЫ» 12+
08.05, 20.05 НАВИГАТОР LIVE 12+

5 канал

06.30, 07.15, 10.25, 11.20, 12.15, 13.05, 14.00, 15.00 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ» 16+

ТНВ

06.00 КОНЦЕРТ 12+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ 16+

ОТВ

05.00, 08.05, 12.05, 15.00 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+

СТС

06.00 ЕРАЛАШ 0+
07.00 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
07.20 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ 16+

ТВ3

07.00 ВКУСНО 16+
07.30, 14.00, 17.00, 21.15 НОВОСТИ 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 26 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
06.55 ЧАСОВОЙ 12+

РОССИЯ 1

07.20 В КРУГУ ДРУЗЕЙ 12+
08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВС
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+

НТВ

06.30 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+

МАТЧ ТВ 2

08.00 БОКС. VARE KNUCKLE FC. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
10.00, 18.00, 21.00 НОВОСТИ
10.05, 18.05, 21.05, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+

КУЛЬТУРА K

06.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
07.35 Д/Ф «ПЕРВЫЕ В МИРЕ» 16+

Домашний

06.30, 05.40 Д/Ф «ПРЕДСКАЗАНИЯ. 2025» 16+
06.50 Х/Ф «КОШКИН ДОМ» 16+

ЗВЕЗДА

05.15 Х/Ф «ПО ДАННЫМ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА...» 12+

ТВ Центр

06.10 Х/Ф «ТИХИЕ ВОДЫ» 12+
07.45 Х/Ф «ТИХИЕ ВОДЫ-2» 12+

4 КАНАЛ

05.05, 16.05, 17.05, 04.05 Д/С «РОССИЯ ВНЕ ЗОНЫ ДОСТУПА» 12+

5 канал

05.00, 05.40, 06.20, 07.00, 07.55, 08.40, 09.30, 10.05, 11.00, 11.55, 12.50, 13.45, 14.40, 15.35, 16.25, 17.20, 18.15 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+

ТНВ

06.00 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
06.30 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+

ОТВ

05.00, 10.05, 11.00 Д/С «НАУЧНЫЕ СЕНСАЦИИ» 12+

СТС

06.00, 05.50 ЕРАЛАШ 0+
07.05 М/Ф «ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ» 6+

ТВ3

05.00 МУЛЬТФИЛЬМ 0+
06.30 ВКУСНО С АНФИСОЙ ЧЕХОВОЙ 16+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30 НОВОСТИ 16+

ЗАБОТИМСЯ О СЕРДЦЕ ЗИМОЙ

НА ЗАМЕТКУ

«Всегда в форме!»
Рис.: zabota037.msp.midural.ru

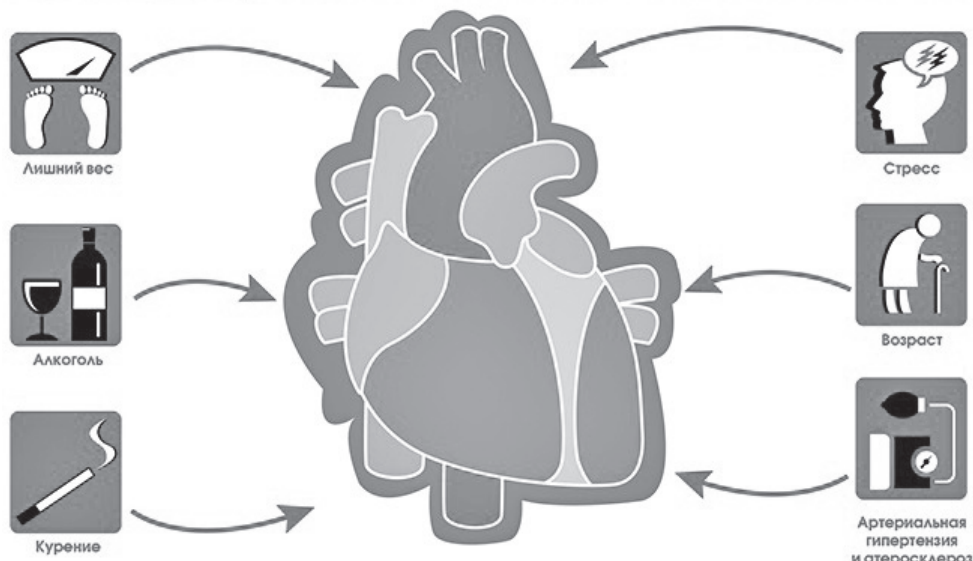
Частая смена погоды – похолодания, оттепели, снегопады – могут спровоцировать обострение болезни у тех, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями. Как сберечь свое сердце зимой?

Регулярно принимайте все прописанные лекарства и немедленно сообщайте врачу о любых изменениях в самочувствии, особенно если холод вызывает боль в сердце. Если регулярно соблюдать рекомендации врача, никакие изменения погоды не страшны.

Одевайтесь тепло: носите многослойную одежду для поддержания комфортной температуры тела. Шапка, шарф, теплые варежки или перчатки, носки обязательны.

Правильно питайтесь: включайте в рацион сезонные фрукты и овощи, достаточное количество белка и жидкости. Главное правило – не переедать.

ИНФАРКТ ОСНОВНЫЕ ФАКТОРЫ РИСКА



Оставайтесь активными: проконсультируйтесь с врачом о допустимых физических нагрузках. Если вы занимаетесь делами на улице, будьте осторожны, особенно при уборке снега. Используйте небольшую лопату, работайте медленно,

сдвигая снег, а не поднимая его, делайте регулярные перерывы.

Избавьтесь от вредных привычек: курение и чрезмерное употребление алкоголя способствуют сужению сосудов, что крайне опасно зимой.

НАПИТОК ДЛЯ УКРЕПЛЕНИЯ ИММУНИТЕТА

ПОЛЕЗНО

здоровое-питание.рф

В сезон гриппа и простуд важно ухаживать за своим иммунитетом. Вот рецепт полезного напитка с имбирем, который поможет активизировать защитные силы организма.

Потребуется: лимон – 1 шт., яблоко – 1 шт., мед – 1 ч. ложка, имбирь – 25 г, вода – 1 л, мята (сухая или замороженная) – 1 ч. ложка.

Приготовление: лимон и яблоко режем дольками, добавляем в достаточно теплую (не кипятком) воду, в которой предварительно растворяем мед.

Чистим имбирный корень, трем на крупной терке или мелко нарезаем, кладем к фруктам. Мята также добавляем в «жидкий иммуностимулятор». Оставляем на ночь настояться. Утром перед употреблением можно слегка подогреть.

ГРИПП, «КОРОНА» И ОРВИ В ОДНОМ КОМПЛЕКТЕ

ВРАЧИ ПРЕДУПРЕЖДАЮТ

«Российская газета»

Главная особенность нынешнего года – «хозяйничают» сразу три группы инфекций: грипп, коронавирус, который ослабел, но никуда не ушел, и менее агрессивные, но неприятные респираторные вирусы.

Все респираторные инфекции, включая «смягчившийся» ковид, в начале заболевания похожи. Болит голова, поднимается температура, начинаются насморк и кашель. Так ли важно знать, чем конкретно вызвано заболевание? Важно, считает врач-инфекционист Центра молекулярной диагностики ЦНИИ эпидемиологии «Роспотребнадзора» Маргарита Провоторова. Пациент должен понимать, чем болен. Нынешние штаммы коронавируса не вызывают потери обоняния и вкуса, поэтому поставить диагноз «на глазок» не получится. Многие при ковиде чувствуют себя неплохо, но, чтобы не навредить

другим, лучше неделю отсидеться дома. Также лечение может отличаться в зависимости от диагноза: от гриппа есть специфические противовирусные лекарства, которые отличаются от тех, что применяют при covid-19. Обычно экспресс-тест на грипп и «корону» выполняет врач «скорой» прямо на дому. Диагноз может уточняться проведением ПЦР-теста.

Какие особенности гриппа нынешнего сезона? «Роспотребнадзор» сообщает о масштабной вспышке гриппа в России в начале 2025 года. В 82 регионах страны преобладает агрессивный штамм A(H1N1)2009, известный как «свиной» грипп. Обеспокоенность медиков вызывает способность этого вируса провоцировать стремительное развитие пневмонии. «Свиной» грипп протекает с повышенной температурой, которая может сохраняться 5-7 дней, с выраженной интоксикацией – головной и мышечной болью, больных беспокоит сухой кашель. Наблюдаются обильные выделения из носа. У части пациентов проявляются симптомы со стороны



желудочно-кишечного тракта: рвота, жидкий стул. При одновременной циркуляции гриппа, covid-19 и ОРВИ возможно двойное-тройное инфицирование.

Грипп – семейная инфекция, им часто болеют всей семьей. Особенно важно защитить детей и пожилых людей.

Штамм H1N1, который получил сейчас

широкое распространение, входит в состав вакцины, которой прививали против гриппа в нынешнем эпидсезоне. Люди, которые вакцинировались, защищены от тяжелых осложнений, если заболеют. Главным способом защититься от гриппа, covid-19, пневмококка по-прежнему остается вакцинация.

Клиника микрохирургии глаза доктора Игнатьева



Здоровый глаз Катаракта

КАТАРАКТА – прогрессирующее патологическое состояние, связанное с помутнением хрусталика глаза. Единственный эффективный метод лечения – замена помутневшего хрусталика на искусственный.

ОПЕРАЦИЯ ЗА 15 МИНУТ. Безболезненно и без госпитализации!

ОПЫТНЫЕ ХИРУРГИ регулярно проходят стажировки в лучших зарубежных клиниках.

МЫ ГАРАНТИРУЕМ технологичные методы диагностики и лечения вашего зрения. Работаем на современном импортном оборудовании.

Находимся в центре Екатеринбурга на ул. Ст. Разина, 2 (район Цирка) +7 (343) 227-12-34

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

КОГДА ПРИМЕНЯТЬ ЙОД, А КОГДА – ЗЕЛЕНКУ?

К СВЕДЕНИЮ

www.polsov.com

Эти антисептики традиционно входят в состав домашней аптечки. Может показаться, что препараты отличаются только цветом, но это большое заблуждение.

Йод подсушивает обрабатываемые ткани, но при чрезмерном использовании может их сжечь. Поэтому его наносят для обработки царапин, кожи вокруг ран для дезинфекции и в тех случаях, когда необходимо подсушить кожу.



Также йод применяют, когда необходимо стимулировать приток крови к мягким тканям: в первую очередь, в случае различных ушибов и растяжений. С этой целью на поверхность неповрежденной кожи наносится «йодная сетка».

Зеленка – антисептик более слабый и мягкий, зато она стимулирует заживление ран и не сушит кожу. Следует употреблять именно зеленку при обработке больших поврежденных поверхностей, а также чувствительной кожи, например, у детей и пожилых людей.

КАК ВЫБИРАТЬ КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

ГРАМОТНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ

здоровое-питание.рф

В чем их польза, как отличить качественный товар от подделки, что делать, если вам продали плохой продукт? На эти вопросы ответила эксперт «Роспотребнадзора» Екатерина Головкова.

- Как звучит «официальное» определение кефира и йогурта?

- Кефир – кисломолочный продукт, произведенный путем брожения с использованием закваски на кефирных грибах; йогурт – продукт с повышенным содержанием сухих обезжиренных веществ молока, произведенный с использованием заквасочных микроорганизмов – болгарской молочнокислой палочки. В обычном йогурте содержится 3-5 видов полезных микроорганизмов. В кефире их – до 20. От кефира йогурт отличается консистенцией.

- На что нужно обращать внимание при покупке? Какой срок годности у натурального кефира и йогурта?

- Срок годности натурального кефира достигает 10-14 дней. Если на упаковке указано, что его срок годности равен 1 месяцу и более, наверняка он изготовлен с использованием искусственных эмульгаторов, растительных жиров.

Обычно срок годности и условия хранения устанавливает производитель. Йогурт с живыми бактериями хранится не более 7 дней. Некоторые производители увеличивают срок годности йогуртов до 2 недель, что говорит о недобросовестности производителя.

- Как в магазине проверить качество купленного товара?

- Кефир должен состоять только из пастеризованного молока и закваски живых бактерий. Если вы хотите выбрать продукт с максимумом полезных свойств, берите кефир с 2,5-3,2% жирности. Обезжиренный кефир не содержит жиров и жирорастворимые витамины. Чем ближе к точке продажи произведен кефир, тем лучше. Существуют два вида кефира по способу производства – термостатный и резервуарный. Разница – лишь в консистенции: у термостатного она более мягкая.

Качественный йогурт состоит из молока, закваски и добавленных в него фруктовых или овощных компонентов, пряностей, сахара, натуральных ароматизаторов и загустителей.

- Как правильно хранить йогурт и кефир?

- Лучше на верхней полке холодильника при температуре 2-6 градусов тепла. Срок годности указан на упаковке продукта. Хранить лучше именно в той упаковке, в которой продукт куплен. Открытые кефир и йогурт можно хранить при температуре не выше 10 градусов не более 4-6 часов.

- Что делать потребителю, если он купил некачественный кефир или йогурт?

- Если вы приобрели некачественную продукцию и обнаружили это в день продажи, ее можно вернуть в магазин в соответствии со статьей 18 Закона «О защите прав потребителей». Отсутствие чека не является основанием для отказа в приеме недоброкачественной продукции. Покупатель имеет право ссылаться на другие доказательства. Например, записи с видеорекамера магазина. Кефир



и йогурт – крайне чувствительные продукты, любые нарушения при перевозке и хранении могут вызвать необратимые процессы. Потребителю следует обращать внимание на упаковку, отсутствие ее вздутия, целостность, выбирать проверенных производителей и настороженно относиться к неправдоподобно дешевым товарам.

ЧТО ПОЯВИЛОСЬ В ЦВЕТОЧНОМ ГОРШКЕ?

КОМНАТНОЕ ЦВЕТОВОДСТВО

www.botanichka.ru

Нередко на почве комнатных растений наблюдается налет разного цвета – белый, желтоватый или зеленый. Казалось бы, вы посадили цветок в подходящую почву, но что-то пошло не так...

Чаще всего подобное явление наблюдается вследствие накопления солей в почве. Натрий, хлорид, бор, кальций и магний растворяются в воде. Их определенное количество в почве естественно, они входят в состав любого типа грунтов. Применение минеральных удобрений повышает количество солей. Они накапливаются в почве после испарения воды. Отложения солей минералов и удобрений проявляются в виде кристаллизованных налетов на листьях растений или в виде корки на поверхности субстрата. Эта корка может быть от белой до желтой.

Отложения минеральных солей также образуются из-за использования жесткой воды, содержащей высокие концентрации растворенных веществ – карбоната кальция, натрия и железа. Не поливайте растения водой только что из-под крана. Она должна отстояться не менее 24 часов.

Сухость воздуха в помещении тоже может стать причиной появления солевой корки. В результате повышенного

испарения влаги почва концентрирует на своей поверхности соли.

Один из простых способов решить проблему – удаление верхнего слоя засоленной почвы и замена его свежим субстратом. Другой способ борьбы с соляным слоем – речной песок. Насыпьте песок в горшок и разрыхлите его. Такое сочетание защитит ваше растение и будет полезно для его корней.

Регулярно проводите профилактическую обработку растений. Используйте 0,5 чайной ложки лимонной кислоты на 300 мл воды. Поливайте растение этим раствором дважды в месяц, чтобы предотвратить чрезмерное засоление.

При подкормке минеральными удобрениями следуйте инструкциям производителя и не превышайте дозу.

Чтобы уменьшить накопление минералов, промывайте комнатные растения чистой водой каждые 4-6 месяцев: пролейте грунт минимум 3 порциями воды – в 3 раза больше, чем вы обычно поливаете. Дайте ей полностью стечь. В тяжелых случаях пересадите растение в свежий субстрат.

Иногда на почве обнаруживается налет в виде белого пуха. Это плесень – вид грибов, растущих на органическом веществе и разлагающих его. Они играют важную роль в круговороте питательных веществ, особенно азота. Плесень на почве процветает в условиях с низким содержанием кислорода. Чрезмерный полив тоже создает благоприятную среду для ее роста.

Больше солнечного света может предотвратить рост плесени. Поместите цветок ближе к окну. Отрегулируйте полив, чтобы предотвратить возникновение чрезмерно влажных условий.

Зеленый налет, который возникает на поверхности субстрата, – микроскопические водоросли. Они растут на поверхности теплого влажного субстрата при ярком свете. Растут они будут и при естественном освещении, и под фитолампами.

Росту водорослей на почве способствуют избыток воды, повышенная влажность, яркий свет, плохая циркуляция воздуха, присутствие торфа как питательной среды.

Отмирая, водоросли образуют на поверхности твердую черную корку, которая мешает газообмену в области корней. Грунт начинает удерживать много влаги, что приводит к появлению плесени или развитию грибных заболеваний.

Чтобы избавиться от водорослей, аккуратно соскребите их с поверхности почвы. Не копайте слишком глубоко, чтобы не повредить корневую систему. Добавьте немного свежего субстрата, чтобы заменить удаленную часть.

Избегайте чрезмерного орошения. Дайте субстрату слегка просохнуть между поливами. Избегайте избытка торфа, перлита и вермикулита в субстрате.

Применяйте нижний полив. Не оставляйте стоячую воду в поддоне после того, как грунт напитается.



РЫБА ПО-МАРОККАНСКИ

ВКУСНО ПОЕДИМ!

здоровое-питание.рф

Потребуется: рыба (любая на ваш вкус) – 700 г, морковь – 200 г, перец болгарский – 3 шт., перец красный жгучий – 0,5 шт. (по желанию), помидор – 2 шт., чеснок – 5-6 зубчиков, петрушка – 0,5 пучка, растительное масло для жарки, сок лимона – 1 ч. ложка, соль и черный перец – по вкусу.

Приготовление: филе рыбы разделить на порционные куски. Натереть очищенную морковь (можно нарезать тонкими брусочками), измельчить чеснок. Тонкими полосками и кружочками нарезать очищенные сладкий и половину стручка острого перца. Помидоры нарезать кружками по количеству кусков рыбы. Оставшиеся помидоры – кубиками.

На небольшом количестве масла в высокой сковороде до золотистого цвета обжарить чеснок, добавить морковь, тушить пару минут. Затем добавить перец, помидоры-кубики и тушить еще пару минут, немного посолив, чтобы овощи были недосоленными.

На овощи выложить рыбу, на каждый кусочек – по кружочку помидора, еще раз посолить. Налить теплой воды по уровню рыбы, закрыть крышкой и тушить 10-15 минут на умеренном огне. Затем снять крышку и тушить до уменьшения жидкости до 1/4 от первоначального объема. Когда жидкость выпарится, посыпать рыбу смесью зелени и чеснока, накрыть крышкой и через минуту выключить.

Подавать с рассыпчатым рисом.

УМА ПАЛАТА

Ответы на рисунок-загадку в №1-2 от 1 января 2025 года

В поле идет сев. Осенний сев идет тогда, когда на деревьях есть листья, но на рисунке деревья голые. Значит, это ранняя весна. Весной журавли летят с юга на север.

Раннее утро, люди спешат на работу, тени падают на северо-запад.

На реке есть бакены, значит, река судходна.

Посмотрев на то, как вода огибает бакен, делаем вывод, что река течет с севера на юг.

Мальчик на берегу ловит рыбу, поплавок у него далеко от крючка, значит, река глубока.

Если налажена переправа, значит, моста нет.

У переправы стоит железнодорожник, значит, станция недалеко.

