

## КОМУ ПОЛОЖЕНЫ ПОВЫШЕННЫЕ ВЫПЛАТЫ ЗА РАБОТУ ИЛИ ПРОЖИВАНИЕ НА СЕВЕРЕ

Наталья Дмитриева,  
по материалам сайтов Соцфонда  
России, ppt.ru

В почте редакции порой встречаются письма, авторы которых много лет трудились в суровых условиях российского Севера. Но при переезде на постоянное место жительства в регионы с более мягким климатом некоторые теряют так называемый районный коэффициент – доплату к пенсии за труд в северных условиях. Вопрос о том, кому положена такая доплата, возникает регулярно. Давайте разбираться.

### Что такое «северный» стаж

Пенсионеры, которые работали или живут на Севере, пользуются правом на более высокую пенсию. Наличие «северного» стажа также позволяет раньше выйти на заслуженный отдых, а проживание в суровых климатических условиях дает пенсионерам право на социальные меры поддержки.

По данным Социального фонда России, сегодня в нашей стране насчитывается 5,6 млн пенсионеров, которым назначены повышенные выплаты с учетом северных льгот. Применение районного коэффициента для пенсии регулируется Федеральным законом от 28.12.2013 № 400-ФЗ; Федеральным законом от 15.12.2001 № 166-ФЗ; постановлением

Правительства РФ от 17.04.2006 № 216; другими нормативными актами, касающимися пенсий.

Районный коэффициент к пенсии – размер увеличения пенсии гражданам, проживающим в районах с особыми климатическими условиями.

Размер районного повышения устанавливается в соответствии с решениями органов госвласти или федеральных органов Российской Федерации. На законодательном уровне установлено, на какую часть пенсии начисляется районный коэффициент: производится увеличение лишь базовой составляющей пенсии, которая не зависит от страховых взносов. На ту часть пенсий, которая зависит от пенсионных баллов, районное повышение не распространяется.

### Какие могут быть проценты?

Так, пенсионеры, отработавшие 15 лет в районах Крайнего Севера, получают надбавку в размере 50% фиксированной выплаты к страховой пенсии. После прошедшей в январе индексации соответствующая доплата выросла до 4,8 тыс. рублей в месяц. Те, кто трудился в местностях, приравненных к Крайнему Северу, получают надбавку в размере 30% фиксированной выплаты – 3,2 тыс. рублей. Общий страховой стаж для получения льготы в обоих случаях должен



составлять не менее 20 лет у женщин и 25 лет – у мужчин. Важно, что надбавка к пенсии сохраняется даже при переезде за пределы северных регионов.

Пенсионеры, которые постоянно живут в северных районах, тоже пользуются правом на повышенную пенсию. В этом случае ее фиксированную часть увеличивают на размер районного коэффициента. Он варьируется от региона к региону: от 1,15 в Карелии до 2 на Чукотке и отдельных районах Дальнего Востока. В случае переезда пенсионера за пределы северной территории право на повышенную фикс-

рованную выплату прекращается. Следует отметить: когда пенсионер имеет право на повышенные выплаты одновременно за проживание на Севере и за выработанный северный стаж, надбавка назначается по одному, более выгодному для пенсионера основанию.

Работа и проживание на Севере дают и другие льготы. Среди них, например, – право выйти на пенсию на 5 лет раньше пенсионного возраста: для мужчин – начиная с 59 лет, для женщин – с 54.

Продолжение на стр. 2

## НОВОСТИ

### Запись к врачу – через мессенджер MAX

В Свердловской области внедряется механизм записи к врачу через национальный мессенджер MAX. Новый цифровой сервис делает доступ к медицинской помощи простым и быстрым.

Алгоритм простой: запустить приложение «Запись к врачу. Свердловская область» в мессенджере MAX, ввести номер СНИЛС для идентификации в системе, выбрать нужного специалиста, дату и время приема. Запись можно отменить или перенести в любой момент через приложение.

Использование мессенджера позволит существенно сократить время на организацию визита в поликлинику. Избавляет от необходимости звонить в регистратуру или лично посещать медучреждение для корректировки деталей визита. Теперь управлять своим здоровьем жители Среднего Урала могут с мобильного телефона в любое время и в любом месте.

«Развитие цифровых сервисов в здравоохранении – новый шаг, направленный на создание максимального удобства для жителей региона. Мы понимаем, как важно людям экономить время и получать доступ к медицинской помощи простым и понятным способом. Интеграция с популярным мессенджером MAX позволяет нам сделать запись к врачу такой же легкой, как отправка сообщения», – отметила заместитель губернатора – министр здравоохранения Свердловской области Татьяна Савинова.

Департамент информполитики

### Капремонт коммунальных сетей в 2026 году

Губернатор Свердловской области Денис Паслер сообщил о привлечении 1,4 млрд рублей на капитальный ремонт коммунальных сетей в рамках федерального проекта «Модернизация коммунальной инфраструктуры».

За счёт выделенных средств будет отремонтировано более 87 км сетей теплоснабжения, водоснабжения и водоотведения. Работы пройдут в Ачитском, Берёзовском, Богдановиче, Верхнем Тагиле, Волчанском, Кировградском, Новолялинском, Сосьвинском, Сухом Логу, Талицком, Шалинском муниципальных округах; в городских поселениях Верхние Серги и Михайловское Нижнесергинского муниципального района; в Камышловском городском округе и Ирбите. В результате качество коммунальных услуг улучшится более чем для 150 тысяч свердловчан.

Все объекты прошли госэкспертизу и будут реализованы с привлечением средств федерального, областного и местных бюджетов. Также в планах до 2030 года построить новые котельные, очистные сооружения, модернизировать порядка 2 тысяч объектов ЖКХ.

В прошлом году по федеральному проекту «Модернизация коммунальной инфраструктуры» было заменено 68 км систем теплоснабжения, водоснабжения и водоотведения. На эти цели было направлено около 1,3 млрд рублей.

ДИП

# КОМУ ПОЛОЖЕНЫ ПОВЫШЕННЫЕ ВЫПЛАТЫ ЗА РАБОТУ ИЛИ ПРОЖИВАНИЕ НА СЕВЕРЕ

Окончание. Начало на стр. 1

Жители Севера также пользуются правом на компенсацию проезда к месту отдыха и обратно. Соответствующая льгота предоставляется неработающим пенсионерам 1 раз в 2 года. Помимо этого, пенсионеры могут обратиться в Социальный фонд за компенсацией расходов, связанных с переездом на новое место жительства за пределы Крайнего Севера и приравненных к нему районов.

## А как в нашем регионе?

Чтобы определить, начисляется ли

районный коэффициент на пенсию по старости или другому основанию, необходимо убедиться, что регион проживания пенсионера относится к районам с особыми климатическими условиями. Итак, кому увеличат пенсию на районный коэффициент? Жителям северных регионов; пенсионерам, проживающим в высокогорных и безводных местностях; жителям иных регионов с особым климатом, например, Дальний Восток.

Важно! Размер пенсионного коэффициента зависит от региона, при смене

места жительства размер районной надбавки меняется. Изменение возможно как в сторону повышения, так и в сторону уменьшения пенсии в зависимости от размеров районного повышения в новом месте проживания пенсионера.

Согласно действующему законодательству, размер районного повышения пенсии за особые климатические условия установлен и на территории Свердловской области. При этом он не одинаков для всех.

Так, коэффициент 1,2 применяется

для северных муниципалитетов в нашей области: городские округа Гаринский, Ивдельский, Карпинск, Краснотурьинск, Новоуральский, Североуральский, г. Лесной, Таборинский муниципальный район.

А коэффициент 1,15 используется на остальной части Свердловской области.

Уточнить информацию по поводу применения районного коэффициента за проживание в конкретной местности пенсионеры всегда могут по телефону колл-центра СФР: **8 (800) 100-00-01**.

## О НАДБАВКАХ, КОТОРЫЕ НЕ ОФОРМЛЯЮТ БЕЗ ЛИЧНОГО ЗАЯВЛЕНИЯ

### ВАШЕ ПРАВО!

Хотя ключевые пенсионные выплаты в России назначаются автоматически, значительная часть дополнительной поддержки по-прежнему требует активного шага со стороны пенсионера.

Без своевременного поданного заявления можно навсегда упустить право на существенные прибавки к бюджету. Эксперты выделяют несколько категорий таких «спящих» выплат. Какие выплаты требуют обязательного заявления?

**Учёт «пробелов» в стаже и особых периодах.** Социальный фонд может не располагать полными данными о вашей трудовой биографии. Чтобы включить в стаж неучтённые периоды работы, особенно в советское время или у част-

ных предпринимателей, или социально значимые периоды, например, уход за инвалидом или престарелым родственником, необходимо предоставить подтверждающие документы и написать заявление о перерасчёте.

**Надбавка на иждивенцев.** Если на вашем обеспечении находится нетрудоспособный член семьи: несовершеннолетний ребёнок, студент-очник до 23 лет, инвалид, вы имеете право на фиксированную надбавку к страховой пенсии. Эта выплата назначается только по заявлению с предоставлением документов, подтверждающих родство и факт иждивенчества.

**Дополнительное материальное обеспечение.** Это ежемесячная выплата за особые заслуги перед государством. Право на ДМО имеют Герои СССР, РФ, Соцтруда; кавалеры орденов Славы, Трудовой Славы; чемпионы Олимпийских,

Паралимпийских игр; ветераны Великой Отечественной войны и другие категории. Выплата не назначается автоматически, необходимо обратиться в СФР с документами, удостоверяющими право на льготу.

**Налоговые вычеты.** Многие пенсионеры, имеющие доходы, например, от сдачи имущества в аренду или продажи, по-прежнему платят налог на доходы физлиц. Они имеют право на имущественные и социальные налоговые вычеты, например, за лечение, обучение, покупку жилья. Для возврата части уплаченного налога нужно подать декларацию 3-НДФЛ в налоговую инспекцию.

**Региональные социальные выплаты и льготы.** Во многих субъектах РФ действуют собственные программы поддержки пенсионеров: доплаты к пенсии до регионального прожиточного минимума, компенсации на проезд, ЖКУ, лекарства.

Условия и порядок получения различаются. Уточнять информацию нужно в органах соцзащиты по месту жительства.

**Как не упустить свои выплаты?** Запросите выписку из лицевого счёта в СФР – через «Госуслуги» или клиентскую службу. Внимательно проверьте все учтённые периоды и начисления.

Соберите документы, подтверждающие право на любую из перечисленных выше выплат: трудовые книжки, справки, награды, документы об иждивенцах. Подайте заявление в Социальный фонд, налоговую инспекцию или орган соцзащиты – в зависимости от вида выплаты.

Регулярно уточняйте информацию на официальных сайтах региональных властей и СФР, так как меры поддержки могут расширяться. Личная активность – ключ к получению всех положенных законом средств.

deita.ru

### ИЩЕМ ТАЛАНТЫ!

## ПРИГЛАШАЕМ СТАТЬ «ГЛАВНОЙ БАБУШКОЙ ЕКАТЕРИНБУРГА – 2026»

Редакция газеты «Пенсионер» стала официальным информационным партнёром городского конкурса «Главная Бабушка Екатеринбурга – 2026». Отбор кандидатов уже стартовал, из этой публикации вы узнаете об условиях и формате будущего состязания, а также прочтёте пожелания «Главной Бабушки» прошлого года Марины Кулик.

### КТО МОЖЕТ ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ?

К участию приглашаются екатеринбурженки в возрасте от 50 лет, для которых слово «бабушка» – это синоним счастья, заботы и любви. Естественно, наличие внуков – ключевое условие, а активная жизненная позиция, оптимизм и харизма станут подспорьем.

А вот семейное положение, профессия или внешние параметры не имеют значения. Ведь истинная красота души – в жизнелюбии и внутреннем свете. Поэтому наиболее вдумчиво кандидаткам предстоит рассказать в отборочной анкете о своих ценностях и мечтах.

### КАК ЭТО БУДЕТ?

Старт проекта назначен на 8 февраля, финальный праздник с награждением состоится 17 апреля в ЦК «Урал». Во время подготовки участниц ждут невероятные впечатления и новые знания. Вы научитесь двигаться на сцене и подиуме, освоите ораторское искусство, станете лучше понимать себя и окружающих благодаря занятиям с психологом. Словом, преобразитесь внутренне и внешне и обзаведётесь новыми интересными знакомствами, дав жизни новый виток.

Ежегодный конкурс «Главная Бабушка Екатеринбурга» – уникальная возможность не только заявить о себе, но и пройти интересную обучающую программу, преодолеть одиночество и подарить себе яркие впечатления.

### «Я не планировала побеждать»

Победительница прошлого года Марина Кулик – молодая бабушка двух внуков. Сейчас ей 57 лет, у нее немало увлечений, она продолжает трудиться на должности руководителя проектов ЖБИ и радуется переменам, которые стали возможны благодаря участию в конкурсе. Еще несколько лет назад она чувствовала неполноту жизни – не хватало теплоты женской дружбы. На работе – мужской коллектив, подруги живут по разным городам. А так хотелось ходить с кем-то в театр, обсуждать

обновки и просто говорить по душам.

«Вообще, о конкурсе «Главная бабушка Екатеринбурга» я узнала от руководителя. Прочитав новость о финале, он спросил: «А почему ты не участвовала?» – вспоминает Марина Кулик.

Тогда она решилась заполнить анкету, но не ради победы, а с четким намерением обрести новый круг общения. Заявку одобрили, началась интенсивная работа: «Я не планировала побеждать, а наслаждалась общением и процессом подготовки. Вот вы знали, что дефиле – это целая наука?».

В итоге между участницами действительно зародилась дружба, лишённая зависти, будто все они – сестры. «Я нашла близких девочек, с которыми мы поддерживаем отношения. У нас есть свой чат, мы проводим время вместе, ходим в театры, в баню – словом, восполняем дефицит женской дружбы», – призналась Марина Кулик, рассуждая о том, что для нее стало истинным главным призом за победу в конкурсе.

«Отбросьте стремление победить любой ценой и просто наслаждайтесь красивыми платьями, макияжем, общением и всем происходящим», – советует она претенденткам нынешнего года.

### Справка

Заполнить анкету и подать заявку на участие можно на официальном сайте конкурса: **конкурсы-екб.рф**  
Телефон оргкомитета для справок: **8-912-24-64-824**  
(Марина Николаевна).



Мария Волкова

# «Я – НЕИСПРАВИМЫЙ ОПТИМИСТ!»

## АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Елена Зинковская  
Фото из архива Э. Калистратовой

**Совсем недавно, 6 декабря 2025 года, исполнилось 90 лет Эм依ии Алексеевне Калистратовой – старейшему члену Уральского генеалогического общества и Уральского историко-родословного общества.**

Ее судьба во многом схожа с судьбами сверстников: военное детство, учеба в вузе, преподавание в школе. Но есть и отличительная черта: несмотря на почтенный возраст Эм依ии Алексеевна ведет обширную исследовательскую работу, увлекает людей интереснейшей наукой об истории семьи и рода, щедро делится своими знаниями, бескорыстно консультирует всех желающих и восхищает коллег энергией, энтузиазмом, мудростью и жизнелюбием.

Конечно, газете «Пенсионер» захотелось узнать, в чем секрет такого активного творческого долголетия? Эм依ии Алексеевна легко согласилась на интервью, и вот мы беседуем в ее небольшой квартире, где все стены от пола до потолка занимают стеллажи с книгами.

**- Эм依ии Алексеевна, что привело вас в генеалогическое общество? Почему родоведение стало вашей второй профессией?**

- С детства мне всегда хотелось понять, почему я такая, больше узнать о своей семье, близких людях. Мой папа, командир летной эскадрильи, погиб в 1940-м в «финскую» войну, когда мне было четыре с половиной года. Дедушка, мамин отец, погиб еще в Гражданскую. Но если про деда бабушка могла в общих чертах что-то рассказать, то про его семью она ничего не знала. Да и с семьей моего отца долгое время не было никакой связи.

Во время войны мы жили в Шадринске Курганской области. Все школьные годы по дороге в музыкальную школу я ходила мимо старинного здания из красного фигурного кирпича. Почти весь его фасад занимали большие кованые двери, наглухо закрытые на амбарные замки. Эти двери манили меня своей таинственностью. Я знала, что в прошлом это была лавка богатого купца, а теперь там находится городской архив. Очень хотелось попасть туда, казалось, они скрывают какую-то тайну. Но что именно искать, я тогда еще не знала.

Много лет спустя, в начале 1990-х, я встретила однокурсницу Наталью Сергеевну Эйхе, которая рассказала, что в областном архиве можно послушать лекции о работе с архивными документами. Я вспомнила про свою детскую мечту, пришла послушать одну из лекций и втянулась.

В то время архивы открылись для широкого доступа, и у многих возникло желание узнать о судьбах своих родных. Так появилось объединение любителей, увлеченных этой идеей. Постепенно любительское общество переросло в движение уральских родословцев. Сегодня в Екатеринбурге существуют Уральское генеалогическое общество и выросшее из него Уральское историко-родослов-



ное общество, которое стало заниматься именно архивными документами и корнями родов. Очень многие члены генеалогического общества являются членами историко-родословного, но в последнем числится больше 300 человек, в активе генеалогического – около 100 человек. Уральское генеалогическое общество занимается методологической и фактической помощью: наработанные нами архивы открыты, у нас есть большая библиотека – полторы тысячи наименований.

В 1990-е постоянного места у начинающих родословцев не было, чаще других нас привлекал музей Якова Свердлова, сейчас – музей истории Екатеринбурга. Подобралась очень интересная команда. Сначала пришли потомки дворян, горных инженеров с готовыми родословными. Затем подтянулись потомки священников, репрессированных. Каждый приходил со своими семейными историями, документами, фотографиями, рассказами. Мы постоянно кого-нибудь заслушивали, попутно все вместе учились оформлять родословные. И на каждом заседании наш председатель Герман Михайлович Гассельблат говорил: «Пора наши наработки издавать, уже несколько банановых коробок накопилось». И я взялась разгребать эти «банановые коробки». А еще стала ежедневно посещать архив, изучала фонд Нижнесалдинского завода, откуда родом мои предки. Зато теперь могу передать своим внукам и правнукам родовое дерево семьи.

**- Эм依ии Алексеевна, в Уральском генеалогическом обществе мне рассказали, что за 30 с лишним лет вы внесли серьезный вклад в развитие краеведческой генеалогии: разработали алгоритм любительского генеалогического поиска, программы школ родословия для различных ау-**

**диторий по возрасту и подготовленности. На вашем счету – более 100 публикаций и методических пособий. Такие работы, как «Азбука рододеда», «Как найти корни своего рода», «Связующая нить времени», «Изучаем историю своего рода», переиздаются практически ежегодно. Получается, вы с нуля осваивали совершенно новое направление?**

- Я постоянно осваивала что-то новое для себя, каждая работа давала новый виток. Когда я пришла в генеалогическое общество, у меня было 46 лет педагогического стажа. Большой опыт технического и литературного редактирования получила в информационно-редакторском отделе НИИ «Уралэлектротрактор», где работала 7 лет. Ко мне, гуманитарии, приходили авторы со статьями по высоковольтному аппаратному строению... Чтобы лучше ориентироваться в технических терминах, завела для себя специальную картотеку, в которой записывала подробные объяснения. Я освоила экономические методы исследования, знаю, чем отличается воздушный выключатель от масляного. Своя специфика была и во время работы методистом подготовительных курсов в вузе и техникуме. Так что весь накопленный опыт пошел в дело...

**- С 1995 года вы являетесь бессменным редактором сборника Уральского генеалогического общества «Сплетались времена, сплетались страны». А когда вы освоили компьютер?**

- Очень давно. Еще в университете я научилась печатать на пишущей машинке. Работая в школе, сама печатала весь раздаточный материал для уроков. Когда появились первые компьютеры, зять предложил: «Мама, а давай мы тебе компьютер купим – это тоже пишущая машинка, только удобнее». С тех пор я с

компьютером не расстаюсь.

**- Интернетом тоже пользуетесь?**

- Конечно. Утром обязательно проверяю электронную почту, потом делаю это 2-3 раза в день, чтобы не задерживаться с ответами, сразу реагировать. Я зарегистрирована и в «Одноклассниках», и «ВКонтакте», и на всевозможных родо-ведческих сайтах.

**- Как проходит ваш обычный день?**

- Режим у меня плавающий, в зависимости от того, сплю или не сплю ночью. Бывает, что просыпаюсь очень рано, в 5 часов, встаю, зарядку делаю, завтракаю. А могу лечь в 7 часов утра и спать до 12. Часто звонят люди, чтобы записаться на личную консультацию. Чтобы не было суеты и толкучки, четко отслеживаю такие визиты по времени. Иногда посетители бывают каждый день, иногда – раз в неделю. После этих визитов уже начинается работа за компьютером, по 5-6 часов каждый день. Если не спится, то и всю ночь работаю. Конечно, мой врач очень меня за это ругает...

**- С какими вопросами люди приходят к вам на консультацию?**

- Как правило, просят помощи по генеалогическому поиску. Бывает, что часто начинающие родословцы сами не знают, чего хотят. Конечно, как эксперт я предлагаю свою модель, они соглашаются. И всё же я – сторонница того, чтобы человек работал сам. Тогда он поймет, чего он хочет, и материал, который он собирает, станет его родным. А вот тексты, написанные искусственным интеллектом, мне не нравятся. На мой взгляд, они хоть и гладкие, но слишком общие, совершенно не конкретные.

**- Уже 25 лет вы являетесь членом жюри Уральского форума-конкурса школьников «Каменный пояс. Уральский характер». Насколько важна поисковая родо-ведческая работа для школьников?**

- Помню работу одной старшеклассницы, у которой по одной ветви в роду – немцы, по другой – русские. И когда она это выяснила, то поняла, почему любит порядок, дисциплину. То есть человек обрел свою идентичность. А значит, лозунг «Кто мы? Откуда мы?» весьма актуален. Самоидентификация, особенно для молодых людей, которые не знают, к чему прислониться, где искать опоры, очень важна. В одной из своих работ я писала, что если у человека возникает желание знать о своих бабушках и дедах, это требование рода, родовая миссия.

**- Что дает вам силы, энергию, неугасающий интерес к жизни?**

- Я – неисправимый оптимист! И сейчас понимаю: все, что в жизни происходит, так и должно быть. Даже когда встречается какой-то негатив и ты в штаны это воспринимаешь, потому что это кажется несправедливым, проходит «знное» время, и ты понимаешь, что это – не случайно. В этом есть тайный смысл. Только очень жаль, что иногда понимание приходит поздно. Поэтому сейчас, если что-то где-то не строится, я отношусь к происходящему философски. Значит, так надо. Если кто-то уходит, значит, так и должно быть. Не просто так люди приходят к тебе – это все уроки большой длинной жизни, уроки счастья. Поэтому я так и живу!



## КАМЕНЦЫ ОТМЕТЯТ ДЕНЬ СНЕГА

## ТРАДИЦИИ

Елена Зинковская

**Всемирный день снега был официально учрежден Международной федерацией лыжного спорта с целью популяризации активного образа жизни и укрепления семейных традиций.**

Дата празднования «плавает»: обычно это предпоследнее или третье воскресенье января. В 2026 году этот день отмечался 18 января, совпадая с серединой зимы, когда в большинстве регионов появился устойчивый снежный покров, а праздничная суета после Нового года и Рождества уже утихла.

Все более популярным становится это событие и в России. Главное отличие Всемирного дня снега от других зимних праздников – в ориентации на спорт, а не только на развлечения: проводятся фестивали, бесплатные тренировки и се-

мейные состязания. Во многих регионах страны открываются площадки для зимних забав, профессиональные атлеты проводят мастер-классы для новичков, для детей организуют игровые зоны, снежные эстафеты и развлекательные программы.

Не отстает от новой традиции и Средний Урал. Например, в Каменске-Уральском День снега проводится с 2019 года, он стал одним из любимых праздников горожан. Этот день традиционно наполнен большим количеством спортивных, культурных и гастрономических видов активности. Не будет исключением и наступивший год. Главным событием Дня снега-2026 в Каменске-Уральском станет парад новогодних сладостей.

Костюмированное шествие станет одним из главных событий праздника. Принять участие в нем смогут все желающие – организованные коллективы, семейные команды, жители и гости города, без ограничений по количеству человек.

Для этого нужно создать оригинальный образ на тему новогодних сладостей. Лучших наградят в девяти номинациях.

Как всегда, будет много спорта. Запланированы соревнования и показательные выступления по керлингу, фигурному катанию, хоккею, мотоспорту. Будет работать площадка ГТО, не обойдется без состязаний рыболовов, фитнес-батла, заплывы устроят «моржи».

Традиционная изюминка каждого Дня снега – микс спортивных дисциплин. В этот раз участники и гости праздника увидят баскетбол и бокс на... коньках. Будет много развлечений для детей.

Важная составляющая праздника – гастрономическая. На нынешнем фестивале будут готовить сбитень – старинный русский горячий напиток. Пройдет и фестиваль «По пельмешкиУ». Организаторы устроят фуд-корт, где можно будет подкрепиться. Кстати, нынешний праздник состоится в Татьянин день – День студента. Организаторы готовят

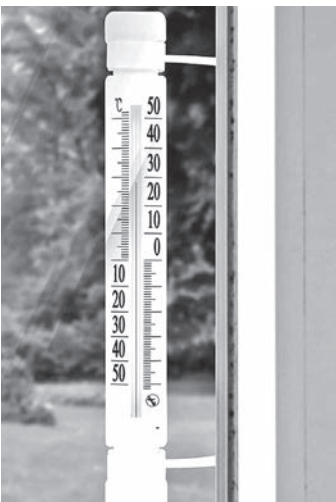


сюрпризы для студентов и Татьян.

Праздник состоится на лыжно-лодочной станции «Металлист» 25 января, начало – в 12:00. Приходите и приезжайте!

## ПОГОНЯ ЗА ГРАДУСОМ

## КАК ЧЕЛОВЕЧЕСТВО НАУЧИЛОСЬ ИЗМЕРЯТЬ ТЕМПЕРАТУРУ ВОЗДУХА



## ЭТО ИНТЕРЕСНО

tegra.ph

**Зима «радует» нас температурными качелями: то вдруг заморозит, а то внезапно порадует потеплением. Поневоле начнешь ежечасно поглядывать на градусник.**

Мы привычно сверяемся с прогнозом погоды, редко задумываясь, какая сложная физика и многовековая история стоят за простой цифрой на дисплее погодного термометра. От токсичной ртути и механических спиралей до полупроводников – эволюция термометров полна инженерных прорывов и поиска идеальной точности. Как работают разные методы измерения тепла? Почему даже самый дорогой уличный градусник может ошибаться?

## Невидимая энергия вокруг нас

Температура воздуха – пожалуй, самый обсуждаемый параметр окружающей среды в повседневной жизни

человека. Мы сверяемся с ней, выбирая одежду утром, планируя выходные или обсуждая погоду с коллегами. Однако с физической точки зрения температура – не что иное, как мера средней кинетической энергии хаотического движения молекул газа. Чем быстрее движутся молекулы азота и кислорода вокруг нас, тем выше поднимается столбик термометра.

Чтобы перевести это невидимое движение в понятные цифры, человечеству пришлось пройти долгий путь проб и ошибок, изобретая нужные приборы.

## Долгий путь к шкале Цельсия

История попыток оценить тепло и холод полна инженерного остроумия. Первые прототипы, называемые термоскопами, появились во времена Галилео Галилея, но они не имели шкалы, показывали лишь разницу температур и сильно зависели от атмосферного давления. Прорыв случился в начале XVIII века, когда Даниэль Фаренгейт создал первый надежный ртутный термометр и предложил свою шкалу, основанную на температуре смеси льда, воды и нашатыря.

Чуть позже Андерс Цельсий предложил свою систему, привязав ее к фундаментальным состояниям воды – кипению и таянию, хотя изначально его шкала была перевернутой, где ноль означал кипение. Окончательный вид привычной нам шкалы придал Карл Линней, «перевернув» её обратно. В быту и метеорологии наследие Цельсия и Фаренгейта остается незыблемым стандартом уже несколько столетий.

## Классика жанра: ртутные приборы

Ртутный термометр долгое время считался эталоном точности в измерениях температуры. Принцип его работы основан на свойстве ртути расширяться при нагревании. Жидкий металл заключен в герметичную стеклянную колбу с тончайшим капилляром, из которого

откачан воздух. Главное преимущество ртути в том, что она не смачивает стекло, что обеспечивает высокую точность считывания показаний.

Такие термометры веками служили верой и правдой на метеостанциях, обеспечивая измерения с минимальной погрешностью. Однако у ртути есть два существенных недостатка: высокая токсичность паров при повреждении корпуса и достаточно высокая температура замерзания: -39 градусов по Цельсию, что делает ее бесполезной в условиях Крайнего Севера, где нередко бывает значительно холоднее.

## Спиртовая альтернатива

Когда речь заходит о бытовых уличных термометрах или измерениях в условиях экстремально холода, на первое место выходят спиртовые термометры. Внешне их легко отличить по красному столбику жидкости внутри капилляра. В качестве рабочего тела используется этиловый спирт с добавлением красителя, так как сам по себе спирт прозрачен. Главный козырь спиртовых приборов – их способность работать при очень низких температурах, вплоть до -70 градусов и ниже, где ртуть уже давно превратилась бы в твердый металл.

Однако за морозостойкостью приходится платить точностью. Спирт смачивает стекло, пленка жидкости остается на стенках капилляра при понижении температуры, что может искажать показания. А сама жидкость со временем может испаряться в верхнюю часть капилляра, разрывая столбик. Поэтому спиртовые термометры считаются менее точными и чаще используются в быту, где погрешность в 1-2 градуса не является критичной.

## Эра цифровых технологий

Современный мир стремительно переходит на электронные методы измерения, которые вытесняют жидкостные аналоги благодаря удобству и скорости реакции. В основе большинства электронных тер-

мометров лежат полупроводниковые элементы, которые меняют электрическое сопротивление в зависимости от температуры. Микропроцессор прибора считывает это сопротивление и мгновенно переводит его в градусы на дисплее. Главное преимущество электроники – возможность дистанционной передачи данных и автоматизация процесса, что критически важно для современных погодных станций.

Электронные датчики компактны, безопасны и могут реагировать на изменение температуры за считанные секунды. Тем не менее качество таких измерений напрямую зависит от качества электронных компонентов. Дешевые бытовые модели могут давать значительную погрешность, но профессиональные платиновые термометры сопротивления обеспечивают точность, превосходящую классические ртутные эталоны.

## Проблема «правильной» температуры

Но сам прибор – лишь половина успеха, так как методика установки датчика играет решающую роль. Когда мы видим на термометре за окном +40, а официальный прогноз говорит о +25, проблема чаще всего не в неисправности прибора, а в его расположении. Термометр показывает исключительно собственную температуру: если на него падают прямые солнечные лучи или он висит на стене нагретого здания, он будет измерять нагрев своего корпуса, а не воздуха.

В профессиональной метеорологии существует жесткий стандарт: измерения проводятся в специальной жалюзийной будке. Она окрашена в белый цвет для отражения радиации, имеет прорези для свободной циркуляции воздуха и устанавливается на высоте двух метров над уровнем земли, желательно над травяным покрытием. Только в таких условиях, в тени и при хорошем проветривании, можно получить истинное значение температуры воздуха, очищенное от влияния солнечной радиации и теплового излучения городских стен.

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+  
10.40, 11.30 Х/Ф «ВЫСОКИЙ СПАСИБО, ЧТО ЖИВИ!» 16+  
13.40, 14.20, 16.45, 17.15, 22.40 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+  
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+  
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+  
18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+  
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.45 Т/С «КАПКАН НА СУДЬЮ» 16+  
00.00 ВРЕМЯ ГЕРОЕВ 16+  
01.00, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+  
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ  
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ  
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+  
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+  
14.30, 02.20, 03.30 Т/С «РАЙСКИЙ» 16+  
17.00 МАЛАХОВ 16+  
21.30 Т/С «ОМУТ» 16+  
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

04.50, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+  
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 СЕГОДНЯ  
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+  
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+  
16.45 ЗА ГРАНИЦЮ 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+  
22.15 Т/С «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+  
00.30 Т/С «ПАУТИНА» 16+  
03.55 Д/Ф «ПО СЛЕДУ МОНСТРА» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+  
08.30 БИАТЛОН 12+  
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ  
09.05, 13.35, 21.00, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ 12+  
11.05 «ЛИЦА СТРАНЫ» 12+  
11.25 КОМАНДА МЕЧТЫ 12+  
12.30 АВТОСПОРТ. ГОНКА ЧЕМПИОНОВ 6+  
14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+  
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР  
16.25 ЛАЖНАЯ СТРАНА 12+  
17.30 ГРОМКО. ПРЯМОЙ ЭФИР  
18.55 ФУТБОЛ. ВЕТООМ ГЛОБАЛ ЧЕЛЕНДЖ 2026. ДИНАМО (МСК) - ЧЭНДУ ЖУНЧЭН (КИТАЙ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
21.15 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КУЛ. ЦСКА - СЕВЕРСТАЛЬ (ЧЕРЕПОВЕЦ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ВЕРОНА - УДИНЕЗЕ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА К

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+  
07.15 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+  
07.55 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+  
08.20, 22.15 Т/С «МЕТРА» 16+  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+  
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+  
11.15, 01.05 ХВ ВЕК 16+  
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ 16+  
13.00 Д/Ф «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ. МЕЖДУ ВОСТОКОМ И ЗАПАДОМ» 16+  
13.55 Х/Ф «СЫН» 16+  
15.25 АГОРА 16+  
16.30 ПЕРЕДВИЖНИКИ. ВАЛЕРИЙ ЯКОБИ 16+  
17.15 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+  
18.15 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+  
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+  
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+  
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!  
20.45 Д/Ф «ЛЮДИ И СТРАСТИ АЛИСЫ ФРЕЙНЛИДЖ» 16+  
21.30 САТИ. НЕСКОЛЬКАЯ КЛАССИКА... 16+  
00.10 СТУПЕНИ ШВИЛИЗАЦИИ 16+  
02.05 Д/Ф «ПРЕДКИ НАШИХ ПРЕДКОВ» 16+

Домашний

06.30, 05.35 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+  
07.10, 02.55 ТЕСТ НА ОТПОВЕДНОСТЬ 16+  
09.25, 23.30 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+  
10.30, 00.35 Т/С «ПОРЧА» 16+  
11.40, 01.35 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+  
12.15, 02.05 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+  
12.50, 02.30 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+  
13.25 Х/Ф «ЛЮБОВЬ СО ШРАМОМ» 16+  
19.00 Х/Ф «ТРЕБУЕТСЯ ПАПА ДЛЯ МОЕГО СЫНА» 16+  
04.35 Д/Ф «ГАДАЮ-ВОРОЖУ» 16+  
05.25 6 КАДРОВ 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 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, 20.00, 20.25, 05.50, 06.20, 06.40 Т/С «САШАТАН» 16+  
09.00 ВЫЖИТЬ В СТАМБУЛЕ 16+  
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/С «ПРАЗДНИКИ» 16+  
23.00 Х/Ф «ТАНЦЫ, СЕЛЕДКА!» 16+  
00.50 Х/Ф «КАК ВЫИТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИАРДЕРА» 16+  
02.30, 03.25, 04.30 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+  
05.00 УТРО ТНТ-2026 16+

ЗВЕЗДА

05.25 Т/С «ЗАХВАТ» 16+  
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+  
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+  
09.15 Д/Ф «ВТОРАЯ МИРОВАЯ. ПЛАМЯ И СТАЛЬ» 16+  
11.00 Д/Ф «ЛЕНИНГРАД. СНЯТЬ БЛОКАДУ» 16+  
11.50, 13.00 Х/Ф «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА» 12+  
14.25, 17.10, 03.45 Т/С «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ» 16+  
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+  
18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+  
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+  
20.10 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+  
21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+  
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+  
23.15 Х/Ф «БАЛТИЙСКОЕ НЕБО» 12+  
02.15 Х/Ф «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ» 12+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ  
08.10 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+  
08.45 Т/С «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА» 12+  
10.45, 00.30 ПЕТРОВКА. 38 16+  
10.55 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ 12+  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ  
11.50 Х/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+  
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+  
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+  
15.05 Х/Ф «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ПРИТВОРСТВО» 16+  
16.55 Д/Ф «ВАЛЕНТИН ГАФТ. ЯДОВИТЫЙ ТАЛАНТ» 16+  
18.10 Т/С «НЕИЗВЕСТНЫЙ» 16+  
22.35 10 САМЫХ... 16+  
23.05 ЗНАК КАЧЕСТВА 16+  
00.45 Д/Ф «ТАЙНАЯ КОМНАТА» 16+

СПАС

06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+  
11.00 Д/Ф «РОССИЯ-ПОЛИША. ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ ДУША» 16+  
12.05, 23.45 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+  
12.15 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+  
12.45 Х/Ф «ПЛАМЯ» 12+  
14.20 Х/Ф «СВЕРСТНИК» 12+  
16.00, 23.55 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+  
17.00 Х/Ф «НА ВСЮ ОСТАВИШУСЯ ЖИЗНЬ» 0+  
18.30 ГЛАВНОЕ С АННОЙ ШАФРАН. НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+  
20.00 БЕСОГОН 18+  
21.10 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+  
21.45 Д/Ф «СВЯТАЯ НИНА. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+  
22.15 ПОЛЕ БИТВЫ 16+  
22.45 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+  
00.45 ПАЛОМИЦА 12+

5 канал

06.00, 09.30, 14.20, 00.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+  
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+  
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+  
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+  
15.10, 17.30, 22.55 Т/С «СЛЕД» 16+  
19.45 Т/С «СЛЕД. НОВЫЕ ЛЕГАВЫ» 16+  
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+  
08.00, 17.00, 19.10, 22.20 КОНЦЕРТ УБИЙСТВА 12+  
08.30, 19.35 ТЕПЛЕЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+  
09.50, 16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ 16+  
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+  
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+  
12.05, 18.20, 23.10, 04.20 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ 16+  
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+  
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+  
17.30, 00.45 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+  
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+  
21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛАНКИ 12+  
21.55 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+  
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+  
05.10 Т/С «В НОВУЮ ЖИЗНЬ» 16+

ОТВ

ТЕЛЕПРОГРАММА НЕ ПРЕДОСТАВЛЕНА ТЕЛЕКОМПАНИЕЙ

СТС

06.00, 05.45 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+  
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+  
09.05 М/Ф «ПУШИСТОЕ ПРЕВРАЩЕНИЕ» 16+  
10.35 Т/С «ВЕЧЕРНЯЯ ШКОЛА» 16+  
19.00, 19.30, 20.00 Т/С «МИСТЕР НОГОТ» 16+  
20.30 Х/Ф «ВЫШКА» 16+  
22.45 Х/Ф «СИНЯЯ БЕЗДНА» 16+  
00.35 Х/Ф «СИНЯЯ БЕЗДНА-2» 16+

СТС

02.00 Х/Ф «ФУКУСИМА» 16+  
03.55 М/Ф «КРАСАВИЦА И ДРАКОН» 12+

ТВ3

06.00, 05.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+  
08.15 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+  
08.45, 09.15, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30 Т/С «СЛЕПЯ» 16+  
09.45, 10.20, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45, 13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Т/С «ГАДАЛКА» 16+  
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.15 Т/С «ЛУНАРЬ» 16+  
23.15 Х/Ф «ДУРНОЙ ГЛАЗ» 18+  
01.15 КАДОНИ ШОУ 16+  
02.00 ЭКСТРА ТАКСИ 16+  
02.30, 02.45, 03.15, 03.30, 04.00, 04.30, 04.45, 05.15 Т/С «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+

РЕН ТВ

05.00, 18.00, 00.50, 04.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+  
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+  
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО 16+  
11.00 КАК УСТРОИЛ МИР С ТИМОФЕЕМ БАЖЕНОВЫМ 16+  
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+  
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+  
14.00 НЕВЕРЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+  
15.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+  
17.00, 01.45 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+  
20.00 Х/Ф «ТЕЛЕХРАНИТЕЛЬ НА ФРИЛАНСЕ» 16+  
22.00, 23.25 Х/Ф «ТИПА КРУТЫЕ ЛЕГАВЫ» 16+

ВТОРНИК, 27 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+  
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+  
11.40, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+  
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+  
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+  
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.45 Т/С «КАПКАН НА СУДЬЮ» 16+  
00.00 Д/Ф «БРОДСКИЙ НЕ ПОЭТ» 16+  
01.50, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1

05.00 УТРО РОССИИ 12+  
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00 ВЕСТИ  
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ  
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+  
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+  
14.30, 02.20, 03.30 Т/С «РАЙСКИЙ» 16+  
17.00 МАЛАХОВ 16+  
21.30 Т/С «ОМУТ» 16+  
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЕВЫМ 12+

НТВ

04.40, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+  
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10 СЕГОДНЯ  
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+  
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+  
16.45 ЗА ГРАНИЦЮ 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+  
22.15 Т/С «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ» 16+  
00.30 ЗАХАР ПРИЛЕПИН. УРОКИ РУССКОГО: 12+  
01.05 Т/С «ПАУТИНА» 16+  
04.25 Т/С «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00, 16.55 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+  
08.30 ЛАЖНАЯ СТРАНА 12+  
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ  
09.05, 13.35, 17.30, 01.45 ВСЕ НА МАТЧ 12+  
11.05, 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+  
11.25 КОМАНДА МЕЧТЫ 12+  
12.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. ОБЗОР ТУРА 6+  
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР  
16.25 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+  
18.25 «МАЧЕСТЕР ЮНАЙТЕД. ВПЕРЕД К СЛАВЕ». Д/Ф 12+  
19.50 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+  
21.30 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КУЛ. СКА (СПБ) - ЛОКОМОТИВ (ЯРОСЛАВЛЬ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.10 БИЛЛЬЯРД. ВЕТООМ ЛИГА ЧЕМПИОНОВ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА К

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+  
07.20 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ 16+  
07.45 Д/Ф «АРХЕОЛОГИЯ. ИСТОРИЯ С ЛОПАТОЙ» 16+  
08.20, 22.15 Т/С «МЕТРА» 16+  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+  
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+  
11.15, 00.45 ХВ ВЕК 16+  
11.40 Д/Ф «ЛЮДИ И СТРАСТИ АЛИСЫ ФРЕЙНЛИДЖ» 16+  
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КНИГИ 16+  
13.00 «ЗАПУТАННОЕ ДЕЛО САЛТЫКОВА-ШЕРШЕНА» 16+  
13.30 Х/Ф «ИДУЩАЯ ГОЛОВЕЛЬ» 0+  
14.55 Д/Ф «ОТВАЖНЫЙ МИР» 16+  
15.45 САТИ. НЕСКОЛЬКАЯ КЛАССИКА... 16+  
16.30 ЭРМИТАЖ 16+  
17.15 Д/Ф «Я НЕ БОЮСЯ, Я МУЗЫКАНТ» 16+  
17.40 «РУССКАЯ КАНТАТА» МУЗЫКАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ 16+  
19.00 БИБЛИЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+  
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+  
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+  
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!  
20.45 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+  
21.30 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+  
00.05 Д/Ф «ЛЮБОВЬ ЗА КОЛЮЧЕЙ ПРОВОЛОКОЙ» 16+

Домашний

06.30, 05.30 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+  
07.20, 02.50 ТЕСТ НА ОТПОВЕДНОСТЬ 16+  
09.35, 23.25 Т/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+  
10.35, 00.30 Т/С «ПОРЧА» 16+  
11.45, 01.30 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+  
12.20, 02.00 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+  
12.55, 02.25 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+  
13.30 Х/Ф «ЛЮБОВЬ СО ШРАМОМ» 16+  
19.00 Х/Ф «КАК ВЕРНУТЬ БЫВШЕГО» 16+  
04.30 Д/Ф «ГАДАЮ-ВОРОЖУ» 16+  
05.20 6 КАДРОВ 16+  
06.20 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 11.00, 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, 20.00, 20.25, 05.50, 06.20, 06.40 Т/С «САШАТАН» 16+  
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/С «ПРАЗДНИКИ» 16+  
23.00 Х/Ф «НЕПРИЛИЧНЫЕ ГОСТИ» 18+  
00.40 Х/Ф «УСКОРЕНИИ» 16+  
02.25, 03.10, 03.45, 04.40 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+  
05.00 УТРО ТНТ-2026 16+

ЗВЕЗДА

05.25, 14.25, 17.10, 03.50 Т/С «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ» 16+  
07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+  
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+  
09.15 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+  
11.00 Д/Ф «ЛЕНИНГРАД. СНЯТЬ БЛОКАДУ» 16+  
11.50, 18.50 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+  
12.00, 13.20 Х/Ф «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 12+  
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+  
19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+  
20.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+  
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+  
23.15 Х/Ф «ПОРОХ» 12+  
00.55 Х/Ф «БАЛТИЙСКОЕ НЕБО» 12+  
03.40 Д/Ф «СДЕЛАНО В СССР» 12+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ  
08.15 ДОКТОР И... 16+  
08.40 Т/С «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА» 12+  
10.35 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. ВНЕ ИГРЫ» 16+  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ  
11.50 Х/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+  
13.45, 04.55 МОЙ ГЕРОЙ 12+  
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+  
15.00 Х/Ф «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ВОЗДУХ» 16+  
16.55 Д/Ф «Д. МАРЬЯНОВ. КОНЕЦ ВЕЧЕРИНЫ» 16+  
18.05 Т/С «НЕИЗВЕСТНЫЙ» 16+  
22.35 ЗАКОН И ПОРЯДОК 16+  
23.05 Д/Ф «УКРОЩЕНИЕ НЕВЕСТЫ» 16+  
00.30 ПЕТРОВКА. 38 16+

СПАС

05.00, 12.05, 23.55 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+  
05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+  
06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+  
11.00 Д/Ф «БЛОКАДА. ВОСХОЖДЕНИЕ» 16+  
12.15 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+  
12.45 Х/Ф «САДИСЬ РЯДОМ, МИШКА!» 6+  
16.00, 00.05 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+  
17.00, 04.10 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+  
18.00 ОТКРЫТИЕ ХОУВ МЕЖДУНАРОДНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЧТЕНИЙ ПРОСВЕЩЕНИЕ И НАВРЕЩЕННОСТЬ: ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ И ВЫЗОВЫ ВРЕМЕНИ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 0+  
20.30 БЕСОГОН 18+  
21.45, 01.50 Д/Ф «ЛЕНИНГРАД. 872 ДНЯ ДА» 16+  
22.50 23.25 ПОЛЕ БИТВЫ 16+  
00.55 Д/Ф «ПРЕПОДОБНЫЙ ПАВЕЛ ФИВЕЙСКИЙ. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+

5 канал

06.00, 09.30, 00.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-6» 16+  
08.05 СТРАНА СОВЕТОВ 16+  
08.40 ЗНАНИЕ-СИЛА 12+  
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+  
15.10, 17.30, 23.10 Т/С «СЛЕД» 16+  
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГ 16+

ТНВ

06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+  
08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ УБИЙСТВА 12+  
08.30, 18.20, 23.10, 04.20 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+  
09.30 КАНОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+  
10.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛАНКИ 12+  
10.30, 17.30, 19.35, 00.45 ТАТАРЫ 16+  
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+  
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+  
12.05, 21.25 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+  
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+  
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ 16+  
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+  
20.00 НАРОД МОЙ 16+  
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+  
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+  
05.10 Т/С «В НОВУЮ ЖИЗНЬ» 16+

ОТВ

ТЕЛЕПРОГРАММА НЕ ПРЕДОСТАВЛЕНА ТЕЛЕКОМПАНИЕЙ

СТС

06.00, 04.35 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+  
06.30 М/Ф «КОСМОПЛАНЫЙ



## 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 ЗА ЗДОРОВО! 16+  
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15,  
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+  
11.40, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+  
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+  
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+  
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.45 Т/С «КАПКАН НА СУДЬЮ» 16+  
00.00, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

## РОССИЯ

1

05.00 УТРО РОССИИ 12+  
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00  
ВЕСТИ  
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
ВЕСТИ-УРАЛ  
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ  
12+  
12.00, 18.00 60 МИНУТ  
12+  
14.30, 02.20, 03.30 Т/С «РАЙСКИЙ»  
16+  
17.00 МАЛОХОВ 16+  
21.30 Т/С «ОМУТ» 16+  
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ  
СОЛОВЬЕВЫМ  
12+  
НТВ

НТВ

04.55, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС»  
16+  
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ  
16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10  
СЕГОДНЯ  
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ  
16+  
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ  
16+  
16.45 ЗА ГРАНЬЮ  
16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»  
16+  
22.15 Т/С «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ»  
16+  
00.30 Т/С «ПАУТИНА» 16+  
04.00 Д/Ф «ПО СЛЕДУ МОНСТРА» 16+

## ЧЕТВЕРГ, 29 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 ЗА ЗДОРОВО! 16+  
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15,  
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+  
11.40, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+  
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+  
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+  
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.45 Т/С «КАПКАН НА СУДЬЮ» 16+  
00.00, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

## РОССИЯ

1

05.00 УТРО РОССИИ 12+  
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00  
ВЕСТИ  
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
ВЕСТИ-УРАЛ  
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ  
12+  
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+  
14.30, 02.20, 03.30 Т/С «РАЙСКИЙ»  
16+  
17.00 МАЛОХОВ 16+  
21.30 Т/С «ОМУТ» 16+  
23.40 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ  
СОЛОВЬЕВЫМ  
12+  
НТВ

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС»  
16+  
06.30 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.10  
СЕГОДНЯ  
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ  
16+  
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ  
16+  
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+  
17.50 ДНК 16+  
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»  
16+  
22.15 Т/С «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ»  
16+  
00.30 ПОЗДНЯКОВ  
16+  
00.45 Т/С «ПАУТИНА» 16+  
04.20 Т/С «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР»  
16+

## МАТЧ ТВ

2

08.00, 16.55 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+  
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+  
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ  
09.05, 13.35, 17.30, 01.35 ВСЕ НА МАТЧ!  
12+  
11.05, 14.35 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ  
12+  
11.25 КОМАНДА МЕНТЫ 12+  
12.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.  
ОБЗОР ТУРА 6+  
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР  
16.25 ВИД СВЕРХУ 12+  
18.25 Д/Ф «РОНАЛДУ» 12+  
19.50 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+  
21.00 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КОЛ.  
ДИНАМО (МСК) - ЦСКА. ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.00 БИЛЬЯРД. ВЕТООМ ЛИГА  
ЧЕМПИОНОВ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

## КУЛЬТУРА

K

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+  
07.20 ТЕАТРАЛЬНАЯ ЛЕТОПИСЬ 16+  
07.45 Д/Ф «АРХЕОЛОГИЯ. ИСТОРИЯ С  
ЛОПАТОЙ» 16+  
08.20, 22.15 Т/С «МЕТРЪ» 16+  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55 НОВОСТИ  
КУЛЬТУРЫ 16+  
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+  
11.15, 01.05 XX ВЕК 16+  
12.00 Д/Ф «ОСТАФЬЕВО. УСАДЬБА  
ВЗЕМСКИХ» 16+  
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КИНО 16+  
13.00 «ЗАПУТАННОЕ ДЕЛО САЛТЫКОВА-  
ЩЕРИНА» 16+  
13.30 Х/Ф «НЕЖНОСТЬ К РЕВУЩЕМУ  
ЗВЕРЮ» 12+  
14.45, 00.10 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ  
16+  
15.45 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+  
16.30 БИЛЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+  
17.15 Д/Ф «Я НЕ БОЮСЬ, Я МУЗЫКАНТ»  
16+  
17.50, 01.50 Д/Ф «ПРЕДКИ НАШИХ  
ПРЕДКОВ» 16+  
18.30 КРИСТАЛЛЬНЫЕ ИСТОРИИ  
16+  
18.45 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ  
16+  
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+  
20.05 ПРАВИЛА ЖИЗНИ 16+  
20.30 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!  
20.50 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 16+  
21.30 ВЛАСТЬ ФАКТА 16+

## Домашний

D

06.30, 05.30 ПО ДЕЛАМ  
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+  
07.25, 04.40 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+  
12.55, 01.30 Т/С «ЗНАХАРКА» 16+  
13.30, 02.00 Т/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»  
16+  
14.05, 02.25 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ  
ДУШ» 16+  
14.40 Х/Ф «ВАРИНО СЧАСТЬЕ» 16+  
19.00 Х/Ф «СКОЛЬКО СТОИТ СОВЕСТЬ»  
16+  
04.30 6 КАДРОВ 16+

## ТНТ

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 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,  
20.00, 20.25, 05.50, 06.20, 06.40 Т/С  
«САШАТАН» 16+  
21.00, 21.30, 22.00, 22.30 Т/С  
«ПРАЗДНИКИ» 16+  
23.00 Х/Ф «ОТПЕЛЕНИЕ НАПАРНИКИ» 16+  
01.10 Х/Ф «КРУШЕНИЕ МИРА» 18+  
02.50, 03.35, 04.20 ОДНАЖДЫ В РОССИИ  
16+  
05.00 УТРО ТНТ-2026 16+

## ЗВЕЗДА

★

05.25 Т/С «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ» 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+  
11.20, 19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+  
11.40, 13.20 Х/Ф «ИЗ ЖИЗНИ  
НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО  
РОЗЫСКА» 12+  
14.30, 17.10, 03.45 Т/С «ИСЧЕЗНУВШИЕ» 16+  
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+  
20.10 Д/Ф «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+  
22.45 МЕЖДУ ТЕМ 12+  
23.15 Х/Ф «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ»  
12+  
00.45 Х/Ф «ВЕРТИКАЛЬ» 12+  
02.00 Х/Ф «ПЮРО» 12+  
03.25 Д/Ф «МОСКВА ФРОНТУ» 16+

## ТВ Центр

U

06.00 НАСТРОЕНИЕ  
08.15 ДОКТОР И... 16+  
08.40 Т/С «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ  
УБИЙСТВА» 12+  
10.35 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. СУДЬБА-  
БЛЮДИТЕЛЬ» 16+  
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ  
11.50 Х/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+  
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+  
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+  
15.05 Х/Ф «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. АТЕЛЬЕ»  
16+  
16.55 Д/Ф «ТАТЬЯНА БЕСТАЕВА.  
РАЗЛУЧИЦА» 16+  
18.05 Т/С «НЕУЗВЕСТНЫЙ» 16+  
22.35 ХВАТИТ СЛУХОВ! 16+  
23.05 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+  
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

## СПАС

СПАС

05.00, 12.10, 23.50 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+  
05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+  
06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+  
11.00 Д/Ф «ПРЕПОДОБНЫЙ ПАВЕЛ  
ФУВЛЕВСКИЙ. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+  
11.35 ПИЛИГРИМ 6+  
12.20 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+  
12.50 Х/Ф «СВАДЕБНАЯ НОЧЬ» 6+  
14.10 Х/Ф «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА» 12+  
16.05, 00.20, 18.30 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+  
17.05 Х/Ф «НА ВСЮ ОСТАВШУЮСЯ  
ЖИЗНЬ» 0+

19.30 БЕСОГОН 18+  
20.50, 04.10 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ  
СВЯЩЕННИКА 12+  
21.50 Д/Ф «АПОСТОЛ ПЕТР ЦИКЛ ДЕНЬ  
АНГЕЛА» 0+  
22.45, 23.20, 02.50 ПОЛЕ БИТВЫ 16+  
00.50 Д/Ф «ВИЗАНТИЯ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ  
СМЕРТИ» 0+  
01.30 Д/Ф «СИМОН ПЕТР. ЦИКЛ  
АПОСТОЛЫ» 0+

## 5 канал

5

06.15, 09.30, 00.30 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ  
ПЯТЕРКА-6» 16+  
08.25 СТРОИТЕЛИЗОР 16+  
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+  
15.10, 17.30, 18.10, 18.45, 19.40, 20.45,  
21.25, 22.20, 23.05 Т/С «СЛЕД» 16+  
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГОВЫЙ ВЫПУСК  
16+

## ТНВ

TНВ

06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА  
16+  
08.00, 17.00 КОНЦЕРТ  
12+  
08.30, 21.55 ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ  
16+  
09.30 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ  
16+  
10.00 НАРОД МОЙ  
16+  
10.30, 17.30, 00.45 ТАТАРЫ  
16+  
11.00, 15.00, 18.00, 21.30, 00.00 НОВОСТИ  
16+  
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН  
16+  
12.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ  
16+  
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ  
6+  
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ  
16+  
16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ?  
12+  
18.20 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ  
16+  
19.00 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК  
БАРС» (КАЗАНЬ) - «САЛАВАТ ЮЛАЕВ»  
(УФА) 0+  
23.10 КЭМИТ ЖЕВИТ 16+  
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+  
04.20 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+  
05.10 Т/С «В НОВУЮ ЖИЗНЬ» 16+

## ОТВ

ОТВ

ТЕЛЕПРОГРАММА НЕ ПРЕДОСТАВЛЕНА  
ТЕЛЕКОМПАНИЕЙ

## СТС

СТС

06.00, 05.20 М/Ф «ТРИ КОТА»  
0+  
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ»  
0+  
09.05 М/Ф «РОК ДОГ-2»  
16+  
10.55 М/Ф «РОК ДОГ-3. БИТВА ЗА БИТ»  
6+  
12.40 Х/Ф «ГОЛОС ИЗ КОСМОСА»  
6+  
14.35 Х/Ф «ПОДАРОК»  
16+  
16.20 Т/С «ДОМОУЧАТЫ» 16+

## СТС

СТС

17.20, 19.00, 19.30, 20.00 Т/С «МИСТЕР  
НОТОГ» 16+  
20.30 Х/Ф «МОЙ ШПИОН»  
16+  
22.35 Х/Ф «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2»  
16+  
00.35 Х/Ф «БАНДИТЫ»  
16+  
02.40 КИНО В ДЕТАЛЯХ С ФЕДОРОМ  
БОНДАРЧУКОМ 18+  
03.25 М/Ф «НОВЫЕ БОГИ. ЯН ЦЗЯНЬ»  
12+

## ТВ3

ТВ3

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+  
08.15 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+  
08.45, 09.15, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00,  
17.30 Т/С «СЛЕПЯ» 16+  
09.45, 10.20, 11.00, 11.30, 12.00, 12.45,  
13.15, 13.45, 14.15, 15.00 Т/С  
«ГАДАЛКА» 16+  
18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00 Т/С  
«ЛУХАРЬ» 16+  
23.15 Х/Ф «СУДЬБА ДРЕДЛА» 18+  
01.00, 01.30, 01.45, 02.15, 02.45, 03.00,  
03.30, 03.45, 04.15, 04.45, 05.00,  
05.30 Т/С «ЗНАКИ СУДЬБЫ» 16+

## РЕН ТВ

РЕН

05.00, 18.00, 00.20, 04.25 САМЫЕ  
ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+  
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ  
16+  
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ  
16+  
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+  
11.00 КАК УСТРОЕН МИР С ТИМОФЕЕМ  
БАЖЕНОВЫМ 16+  
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ  
ПРОГРАММА 112 16+  
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА 16+  
14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ  
ИСТОРИИ 16+  
15.00 МОМЕНТ В ИСТОРИИ 16+  
17.00, 01.20 ТАЙНЫ ЧАПМАНА 16+  
20.00 Х/Ф «ФОРСАЖ. ПОЛНЫЙ ВПЕРЕД»  
16+  
21.40, 23.25 Х/Ф «СНЕГООБОРУЩИК»  
16+

# ТАЛИЦА РАСКРЫВАЕТ СВОЙ ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ

## ПО РОДНОМУ КРАЮ

Елена Зинковская  
Фото с сайта sve.rf

**Благодаря национальному проекту «Туризм и гостеприимство» преобразуются многие города Свердловской области, становясь комфортными для жителей и привлекательными для туристов. Например, кардинально меняется облик Талицы – административного центра Талицкого района и Талицкого муниципального округа.**

Город Талица, которому в 2032 году исполнится 300 лет, имеет не типичную для Свердловской области историю основания. В отличие от большинства старых городов его появление на карте связано не с металлургической промышленностью, а с производством спирта. Именно винокурный завод является исторической основой города.

Особый интерес для любителей истории представляет цех, построенный в 1894 году, когда завод принадлежал семье знаменитых предпринимателей Поклевских-Козелл. Это было время подъема предприятия, а произведенная на нем продукция поставлялась в разные уголки России – от Петербурга до Красноярска.

В советское время предприятие значительно расширило номенклатуру продукции и стало называться Талицким биохимическим заводом. Но не смогло пережить экономические трудности 1990-х годов и в 2000 году было признано банкротом.

Бывшие заводские постройки в центре Талицы долгое время пустовали. В 2022 году во время празднования 290-летия Талицы Александр Толкачев, в то время занимавший пост главы Талицкого ГО, а ныне – советник губернатора Свердловской области, выдвинул предложение: использовать территорию бывшего завода и создать исторический культурный квартал. Инициативные горожане подхватили идею, проекту дали название «300 лет на Талых Ключах», и началась работа над конкретным его наполнением.

Особенность проекта – в том, что он

предполагает комплексное развитие территории в центре города. К 300-летию Талицы планируется привести в порядок архитектурное наследие – здание бывшего винокурного завода и особняк семьи Поклевских-Козелл, расселить и снести аварийное жилье, построить на его месте новые дома, создать современную улично-дорожную сеть и общественные пространства.

Ранее комплексный подход к развитию территории был применен при создании в Талице микрорайона Южный, где вслед за появлением новых домов началось строительство современных

В городе проведены работы по благоустройству и модернизации существующей инфраструктуры: отремонтированы фасады зданий, установлены информационные стенды и таблички с текстом, дублированным шрифтом Брайля, появились торгово-ярмарочные павильоны, общественные санузлы, велопарковка, комфортные зоны отдыха и эффектная архитектурная подсветка зданий. А новые арт-объекты – скульптуры Купца и Дамы на скамье – мгновенно стали популярной фотозоной для жителей и гостей Талицы.

Главным объектом стал туристско-



спортивных объектов и формирование социальной инфраструктуры. Здесь введены в строй Центр бокса, ледовая арена, храм во имя святого Спиридона Тримифунтского, гостиница «Импульс», экологическая тропа «В гостях у леса» и многое другое.

В 2024 году таличане подали заявку на конкурс в рамках национального проекта «Туризм и гостеприимство». Проект «300 лет на Талых Ключах» стал победителем. В 2025 году Талицкий МО получил субсидию на реализацию проекта в размере 82 млн рублей. Средства были выделены из областного и федерального бюджетов.

информационный центр, открывшийся накануне 2026 года на благоустроенной территории бывшего винокурного завода Поклевских-Козелл. Он выступает как многофункциональная площадка для проведения мероприятий, а также служит отправной точкой для всех путешественников. Познавательные экскурсии в мемориальный музей легендарного разведчика Николая Кузнецова, активный отдых в национальном парке «Припышминские боры», история рода Поклевских-Козелл – здесь каждый найдет нужную ему информацию и откроет для себя Талицу. На площади у туристического центра появилась торговая зона,



где можно попробовать местную кухню и приобрести сувениры.

«Сохранить душу города, его уникальный характер, правильно показать это туристам – очень важно при реализации подобных проектов. В Талице удалось найти баланс между современными решениями и бережным отношением к истории. Это делает город по-настоящему особым и привлекательным для гостей», – сказал заместитель губернатора Свердловской области Дмитрий Ионин.

Отметил огромный потенциал округа, важность создания новых объектов и глава Талицкого МО Михаил Михайлов: «В Свердловской области есть удачные примеры сохранения и восстановления зданий, составляющих исторический облик городов. Но что касается одновременно выполнения этой задачи и обеспечения граждан новым жильем, то, полагаю, мы будем тут первопроходцами. Талица, перенимая опыт у соседей – Сысерти с её «Летом на заводе», уверенно движется по пути превращения в узнаваемый туристический центр. А это – развитие малого бизнеса, новые рабочие места и рост репутации муниципалитета. В конечном итоге территория станет новым местом притяжения для таличан и гостей нашего города, даст новый виток для развития внутреннего туризма».

## УРАЛ ПРИВЛЕЧЕТ ТУРИСТОВ С ПОМОЩЬЮ СУБСИДИРУЕМЫХ АВИАРЕЙСОВ

### ИНИЦИАТИВА

«Российская газета – Экономика  
Большого Урала»: №6(9842)

**Русское географическое общество обнародовало «Индекс туристической привлекательности регионов России – 2025». В десятку территорий, самых привлекательных для путешественников в нашей стране, вошла и Свердловская область, разделившая 6-е место с Калининградской.**

По данным исследователей, за 10 месяцев 2025 года на Средний Урал было совершено 2,9 млн поездок, турпоток по сравнению с аналогичным периодом 2024-го вырос на 33,2 процента.

Дальнейшему развитию межрегиональных связей будет способствовать

и региональная программа субсидирования авиаперевозок: в 2026 году по льготным расценкам из Екатеринбурга можно отправиться в 21 город России, и свыше половины направлений будут финансироваться из регионального бюджета – на это предусмотрено 250 млн рублей. Среди субсидируемых – маршруты в Абакан, Горно-Алтайск, Кемерово, Махачкалу, Нижний Новгород, Омск, Оренбург, Томск и так далее. Еще ряд рейсов, в том числе – в северные города Уральского федерального округа – Надым, Ноябрьск, Нягань, Салехард, Ханты-Мансийск и другие, станут доступнее благодаря поддержке из бюджетов принимающих регионов и РФ.

То, что субсидирование авиаперевозок работает как мера стимулирования спроса, сомнений у экспертов туротрасли не вызывает. Но не стоит забывать, что

турист увезет деньги на проживание, питание, экскурсии и сувениры в другие края.

В Свердловской области большую часть объема туруслуг занимает выездной туризм, когда отдыхающие тратят свои средства в других регионах и за рубежом. Чтобы привлечь серьезные деньги в регион, нужно развивать инфраструктуру и формировать имидж территории, повышать качество услуг и наращивать кадровый потенциал, – говорит завкафедрой туристического бизнеса и гостеприимства Уральского государственного экономического университета Евгения Радыгина. – Наибольший спрос на туруслуги формируется внутренним потребителем, обеспечивая стабильный турпоток внутри региона. Для этого необходима господдержка предпринимателей, в том числе – гранты и налоговые льготы.

По ее мнению, у Свердловской области есть высокий потенциал для развития делового, промышленного, экстремального, спортивного, образовательного, экологического туризма. Именно на них и следует нацелиться.

**Денис Паслер, губернатор Свердловской области:**

– У Свердловской области налажены крепкие деловые связи со многими регионами, наша область привлекает туристов со всей страны. Также и свердловчане много путешествуют. Для поддержания этого уровня активности мы субсидируем часть межрегиональных авиамаршрутов. Такое взаимодействие федерального центра и регионов расширяет туристические возможности, позволяет укреплять и устанавливать взаимовыгодные экономические связи.



# САМЫЙ МОЛОДОЙ, САМЫЙ БОЛЬШОЙ, САМЫЙ ВОСТРЕБОВАННЫЙ



## СПОРТ

Владимир Васильев  
Фото из открытых источников

**Крупнейшему спорткомплексу Свердловской области – екатеринбургскому «Калинину» – 19 января исполнилось 60 лет. Свой юбилей младший из пятёрки больших городских стадионов встретил в статусе самого востребованного спортивного объекта в уральской столице.**

### Родом с завода

«Калининец» – детище завода имени Калинина, история которого довольно витиевата. Предприятие было создано в 1866 году в Санкт-Петербурге. Тогда оно называлось оружейной мастерской. В 1882 году мастерская была преобразована в завод, а в 1918 году перебазируется

в подмосковные Подлипки, ныне – город Королёв. Когда началась Великая Отечественная война и фашисты стали приближаться к столице, завод перевезли ещё раз – на Урал, в Свердловск.

После Победы ЗиК начал отстраивать собственную социальную инфраструктуру – дома для сотрудников, детсады, поликлиники... В 1947 году дошла очередь и до стадиона. Его построили прямо на территории предприятия, и был он предельно скромным: футбольное поле, окружённое легкоатлетическими дорожками. Трибун как таковых не было, поскольку строили его не как объект зрелищной индустрии, чтобы смотреть на других, а как площадку для самостоятельных занятий.

В 1957 году директором ЗиКа стал Михаил Лавров, который смотрел на спорт шире: именно при нём на предприятии появились профессиональные команды – или, как тогда говорили, команды мастеров – по гандболу и футболу. Наиболее

успешно выступали гандболистки, которые в 1960-х годах трижды становились призёрами чемпионатов СССР.

Но и про массовый спорт Лавров тоже не забывал. В начале 1960-х годов на бывшем артиллерийском полигоне, расположенном по соседству с ЗиКом, начали возводить полноценный спортивный комплекс. Первым в 1961 году появился стрелковый тир. Затем последовали лыжная база (1962), спортивный павильон (1963), наконец, главное сооружение любого большого стадиона – футбольное поле с беговыми дорожками. Трибуны здесь уже были, и очень вместительные – на 20 тысяч зрителей.

Как видно из этого перечня, объекты появились в разное время. Так что годом рождения стадиона можно считать сразу несколько дат: 1947, 1961, 1969... Но исторически сложилось так, что день рождения на «Калининце» отмечают 19 января – в этот день в 1966 году физкультурному

коллективу ЗиКа было присвоено звание спортивного клуба.

Второй этап своего развития «Калининец» пережил на рубеже 70-80-х годов XX века, когда директором ЗиКа трудился Александр Тизяков. Тогда на стадионе появились 50-метровый бассейн – лишь второй в Свердловске, и спортивный манеж.

### В свободном плавании

После распада Советского Союза пути завода и его детища разошлись: ЗиК, как и многие другие предприятия страны, оказался в тяжелейшем финансовом положении и не мог более содержать спортивный объект. В 1994 году «Калининец» передали в муниципальную собственность. В таком статусе он пребывает и сейчас.

В 2010-х годах на стадионе прошла мощная модернизация: была полностью перестроена главная арена, которая стала сугубо легкоатлетической, построены отдельный футбольный кластер и ледовая арена для занятий хоккеем и фигурным катанием.

В результате «Калининец» превратился в самый большой спортивно-оздоровительный комплекс не только Екатеринбурга или Свердловской области, но и всего Уральского региона: площадь стадиона – 18,2 гектара.

Здесь регулярно проводятся всероссийские, окружные, областные, городские и районные соревнования по разным видам спорта. В 2024 году на «Калининце» прошёл чемпионат России по лёгкой атлетике – никогда раньше этот турнир столица Урала не принимала.

На объектах стадиона сегодня функционируют отделения 8 детско-юношеских спортивных школ, в которых культивируются 19 видов спорта. Среди воспитанников спорткомплекса – 4 олимпийских чемпионки: бегунья Ольга Минеева (1980), гимнастки-художницы Мария Нетёсова (2000) и Ольга Глазихина (2004), представительница синхронного плавания Анжелика Тиманина (2012).

Объекты «Калининца» доступны не только спортсменам – нынешним и будущим, но и жителям, гостям города. К услугам посетителей – бассейн, лыжная трасса, фитнес-залы, тропа здоровья, тир, каток, площадки для игры в футбол, волейбол, баскетбол.

## ПРОЕКТ «ЕДИНОЕ ОКНО САДОВОДАМ: ПРАВОВАЯ ПОМОЩЬ ОНЛАЙН»



Позвони на «горячую линию» для садоводов и получи бесплатную консультацию от юристов Союза садоводов Свердловской области

**8-800-222-41-84**

Каждую пятницу с 10.00 до 17.00

- Как провести общее собрание без ошибок
- Как зарегистрировать дом или оформить земельный участок
- Какие взносы и платежи

**ДОБРЫЕ СОВЕТЫ ПРИНЕСУТ ПОЛЬЗУ!**

ПРИ ПОДДЕРЖКЕ  
ФОНДА  
ПРЕЗИДЕНТСКИХ  
ГРАНТОВ

**Пансионат «Милый дом»**

Примет на временное и постоянное пребывание людей с ограниченными возможностями, восстановление после инсультов, переломов, с когнитивными и старческими изменениями и пр.

**+7(912)2040088**



# «КАК Я ОПОЗОРИЛ ПОРЯДОЧНУЮ СЕМЬЮ НА ВЕСЬ СОЮЗ»

## ОТКРОВЕННО

Олег Перанов, «Моя семья»  
Фото: moslenta.ru

Кинодраматург Александр Бородинский известен как автор сценариев к фильмам режиссёра Карена Шахназарова: «Мы из джаза», «Зимний вечер в Гаграх», «Курьер» и другие. Но он написал сценарии и для картин других режиссёров – «Афоня», «Дамы приглашают кавалеров», «Дежа вю», «Ворошиловский стрелок»... Всего более 60 кинокартин.

**– Александр Эммануилович, родились вы в Воркуте. Случайно, не из сыльных?**

– Когда я поступал во ВГИК, меня тоже об этом спросили. Нет, моя семья не была репрессирована. Мама жила в блокадном Ленинграде, а её сестра – в Воркуте. К ней маму и вывезли по «дороге жизни». А отец был военный, по службе оказался в тех местах. Но среди наших друзей было много сосланных по политической 58-й статье. Я жил рядом с заключёнными, видел реальную жизнь и думаю, на меня это очень повлияло.

**– Кто вам привил любовь к писательству?**

– В «Пионерской правде» мне нравились очерки про пограничника Карацулу и его собаку. По этому примеру я стал сочинять для младшего брата подобные рассказы. У всех детей есть фантазия, а мы, взрослые, часто её губим. Ребёнок что-нибудь придумает, а родители это пресекают: «Что ты ерунду выдумываешь? Такого не бывает!». У меня родители были замечательные, они моей фантазии не препятствовали.

**– Но сначала вы пошли учиться на строителя. Почему?**

– Странно звучит, но если бы не пошёл учиться на строителя, то, возможно, не стал бы кинодраматургом. После 7-го класса я на спор с друзьями поступил в Киевский строительный техникум – в первый попавшийся. Мы каждый год ездили на юг отдыхать, и часто – через Киев. Я уже тогда увлекался кино, но только как зритель. Что-то писал для себя, об этом знали лишь близкие друзья. И в общении при техникуме я познакомился с Севой Ивановым. Когда меня призвали в армию, он написал письмо, что поступил на сценарный факультет во ВГИК, и звал меня, мол, «ты же хорошо пишешь, давай

после армии тоже поступай».

**– Сценарий для фильма Георгия Данелии «Афоня» – первая ваша работа?**

– Это моя курсовая, которую я написал на 4-м курсе института. Она называлась «Про Борщова, слесаря-сантехника ЖЭКа №2». Честно скажу, не знаю, откуда у меня придумался этот герой. Он заговорил у меня в голове откуда-то из параллельного мира. При написании сценариев такое бывает... Я дал своему герою фамилию приятеля юности – Борщов. Ещё до фильма этот сценарий напечатали в журнале «Север», приятель прочитал и здорово обиделся. Забегая вперёд, скажу, что уже после выхода картины я получил письмо из Джезказгана от капитана горных спасателей Борщова, где он сообщил, что я «опозорил на весь Советский Союз фамилию целой порядочной семьи». К письму он приложил описание членов семьи, звания, награды, положительные характеристики. Сообщил, что в армии он даже с парашютом прыгал. Я ответил письмом, где просил прощения, написал, что не хотел обидеть такую хорошую семью. Вернулся к «Афоне». Я до ВГИКа успел поработать маляром, поэтому своему герою сначала дал эту профессию. А потом подумал: в кино эту работу показать сложно, он в кадре будет долго что-то красить. Скучно. А сантехник может быстро починить кран, например. Только из этих соображений я Афоне поменял профессию. Признаться, работая над сценарием, я представлял молодого Юрия Никулина. На эту роль пробовалось много артистов. Помню, Владимир Высоцкий приходил, Данелия предположил, что Афоня будет играть на гитаре... Леонид Куравлёв попробовался лучше всех и сыграл хорошо. Потом нашему герою памятники стали устанавливать, например, в Ярославле.

**– Но этот фильм ещё и критиковали!**

– Да-да, была рецензия в «Литературной газете». Я тогда расстроился, и даже не из-за себя. Подумал: прочитают эту публикацию мои родители, друзья, им будет неприятно. Кстати, в следующем номере той же газеты опубликовали положительный отзыв о фильме. С тех пор я не читаю статьи о своих работах – ни критические, ни хвалебные.

**– А как вы познакомились с Кареном Шахназаровым?**

– Я работал главным редактором на «Мосфильме», меня устроил на эту должность Данелия, чтобы я получил московскую прописку. На студии нас с Кареном познакомил кинорежиссёр

Вадим Абдрашитов. Потом Шахназарова забрали на год служить в армию. Он вернулся, приступил к работе и поинтересовался у Данелии насчёт хорошего сценариста. Георгий Николаевич посоветовал меня. С тех пор мы и начали работать. Помню, в 1989 году мы должны были совместно с итальянцами снимать фильм по Чехову «Палата №6». Играть главную роль доктора Рагина должен был Марчелло Мастоляни. В итоге по разным причинам совместная работа не состоялась. Но месяц мы с Кареном жили в Риме. Поначало было интересно: разные встречи, застолье с Мастоляни, прогулки по Риму... А потом так надоело. Тоска! И, находясь вместе круглосуточно целый месяц, мы с Кареном ни разу не поссорились!

**– Если вы пишете сценарий, где герой имеет незнакомую вам профессию, насколько глубоко вы изучаете тему?**

– Я обязательно должен досконально изучить то, о чём пишу. Взять, к примеру, фильм «Инспектор ГАИ». Это была заказная картина, чтобы показать хорошую работу советской автоинспекции. А я тогда машину не водил, если что-то и наблюдал, то только со стороны, как пассажир. Мы с режиссёром Эльдором Уразбаевым встречались с инспекторами ГАИ, разговаривали, слушали истории. У одного инспектора я заметил на погоне дырочку от звёздочки. Явно разжаловали. Спрашиваю: что случилось? Он рассказал, как за нарушение остановил машину сына тогдашнего председателя исполкома Моссовета Промышлова, сделал прокол в водительских правах. Потом к нему за что-то придрались и понизили в звании. И эта история дала мне толчок к созданию характера принципиального героя будущего фильма. Его сыграл Сергей Никоненко.

**– Правда, что вы восемь раз переписывали сценарий картины «Мы из джаза»?**

– Действительно, это в моей работе – единственный случай. Там такие глупые претензии были со стороны редакционной коллегии. Искали что-то антисоветское. Обидно было, но приходилось кое-что переделывать.

**– А как родилась идея фильма «Зимний вечер в Гаграх»?**



– Когда мы с Кареном закончили фильм «Мы из джаза», сели думать, что же делать дальше. А на «Джазе...» консультантом являлся некогда знаменитый чечёточник Алексей Быстров. Он когда-то был популярным, выступал на концертах у Сталина, даже получил Сталинскую премию. И мы подумали сделать картину о судьбе артиста. По плану съёмки нам поставили зимой. Вот тогда я и придумал назвать кино «Зимний вечер в Гаграх». И родился этот эпизод с девочкой – дочкой тогда молодого героя, помните, когда они выступают в Гаграх. Это и стало лейтмотивом фильма: уже в возрасте забытый артист вспоминает тот вечер в Гаграх и хочет туда вернуться.

**– Мало кто знает, но вас можно увидеть в фильме «Москва слезам не верит» в эпизоде, когда Гоша-Баталов вывозит всех на пикник. Вы – среди его друзей.**

– У меня была целая роль – профессор. Текст учил, тост произносил, говорил, какой гений этот Гоша. А режиссёр Володя Меньшов частично меня вырезал, голос убрал и наложил песню. Помню, в 1991 году вместе с другими кинематографистами я оказался в поездке по Америке и на приёме в Лос-Анджелесе решил пошутить. Мы стояли в компании американских работников кино, общались. И я как бы невзначай сказал, что снимался в советском фильме «Москва слезам не верит», который из-за моего участия получил «Оскар». Американцы долго перешёптывались. Оказалось, среди них присутствовали члены Американской киноакадемии, помнившие нашу картину. А потом один, извиняясь, говорит: «Саша, простите, но присудили награду не из-за вас». Я продолжаю играть: «Как не из-за меня? Вы что?» – «Мы просто впервые увидели в кино, как живут советские люди»...

## КОНВЕРТ «С ДОСТОЯНИЕМ»

### АКЦИЯ

Пресс-служба «Почты России»  
Фото Елены Ельцовой

Накануне празднования дня рождения Свердловской области в резиденции губернатора состоялась торжественная церемония специального гашения почтового конверта, посвящённого Историческому скверу Екатеринбурга, который стал одним из победителей народного конкурса «Достояние Среднего Урала».

На конверте изображён Музей архитектуры и дизайна Уральского государственного архитектурно-художественного университета – ключевое архитектурное достояние этой знаковой территории. Здание расположено в самом сердце сквера.

Специальным почтовым штемпелем «Достояние Среднего Урала» конверт погасили заместитель губернатора Свердловской области Василий Козлов, председатель Общественной палаты региона Александр Левин, директор группы регионов Урал «Почты России»

Наталья Алемасова и ректор УрГАХУ Александр Долгов. Наталья Алемасова подчеркнула символичность события: «Гашение – это официальное филателистическое признание музея как одного из символов Свердловской области. Памятный конверт навсегда свяжет почтовую историю региона с его культурным наследием».

Тираж памятного художественного конверта составляет 100 тысяч экземпляров. Он поступит в продажу во все почтовые отделения на территории Свердловской области.



## С днём рождения!

С днем рождения поздравляем!

Прцветания желаем,  
Счастья, радости, успеха,  
Доброты, улыбок, смеха.

**День рождения**

**Валентина Константиновна**

**БУГАЕВА,**

Екатеринбург

**Людмила Александровна**

**КУЗЕВАНОВА,**

Ирбитский район

**Надежда Африкановна**

**МАНУИЛОВА,**

Екатеринбург

**Владимир Ефимович МОСКАЕВ,**

Екатеринбург

**Маргарита Георгиевна СМЕРНОВА,**

Нижний Тагил

**Евгения Арсентьевна ЧИРКОВА,**

Богданович

**Валентина Афанасьевна ШКОДИЧ,**

Нижняя Салда

**Нина Михайловна ШУШАРИНА,**

Новоуральск

**Поздравляем с 70-летием**

**Геннадия Анатольевича**

**ТОРГАСОВА,**

**Надежду Николаевну ПОПОВУ,**

**Ирину Анатольевну МАКАРОВУ,**

**с днем рождения**

**Евгению Михайловну ХАРИНУ,**

**Елену Александровну ШУШАРИНУ**

В день рождения желаем

Счастья без конца и края,

Грандиозного успеха,

В каждом дне добра и смеха!

**Совет ветеранов,**

**с. Крылово, Красноуфимский район**

**Поздравляю с 55-летием**

**Валентину Михайловну ЗУЕВУ,**

**с днем рождения Александра**

**Игнатьевича СИБИРЦЕВА**

В семье пусть любят, берегут,

Доходы пусть всегда растут.

И всем невзгодам вопреки

В душе сияют огоньки!

**Почетный ветеран УВД**

**А.Н. Глушков, Березовский**

**Поздравляем с 70-летием**

**любимую маму, бабушку,**

**прабабушку**

**Зою Яковлевну АЛЕКСЕЕВУ**

Пусть этот славный день рождения

Несет удачу и везение.

Здоровье, радости, добра,

Любви, душевного тепла.

Наша дорогая и неповторимая! От

всей души поздравляем тебя с заме-

чательной красивой юбилейной датой

– с твоим семидесятилетием! Желаем

тебе крепкого здоровья, отличного

самочувствия, бодрого настроения

и долголетия. Пусть в твоей жизни

будет как можно больше интересных

событий и радостных встреч. Ты для

нас очень дорога. Береги себя.

**С любовью – шесть детей,**

**15 внуков и 3 правнука,**

**д. Марийские Ключики,**

**Красноуфимский район**

## Список болезней, которые обязаны лечить бесплатно

### К СВЕДЕНИЮ

Ирина Волобуева, ngzt.ru

**Знаете ли вы, что за некоторые процедуры в поликлинике с вас не имеют права требовать денег, а бесплатная таблетка по закону – это не милость врача, а ваше право?**

В 2026 году ключевые правила не меняются: государство гарантирует лечение десятков серьезных заболеваний. Но многие до сих пор платят за то, что должны получать по полису ОМС. Давайте разберемся, на что именно вы можете рассчитывать и как отстоять свои права.

**Что такое «бесплатная медицина» на самом деле?** Не абстрактное понятие, а конкретный документ – Программа государственных гарантий. Ее ежегодно утверждает Правительство РФ, и она действует на всей территории России. В 2026 году перечень заболеваний и видов помощи остаётся прежним и охватывает все уровни: скорая помощь при угрозе жизни; первичная помощь – участковый терапевт, педиатр; специализированная помощь – приём у кардиолога, онколога, гастроэнтеролога и других «узких» специалистов; высокотехнологичная помощь – сложные операции; паллиативная помощь – поддержка неизлечимо больных.

Ваш полис ОМС – это финансовый договор между вами и государством. Если ваше заболевание входит в программу, за лечение платит не больница, а страховая компания через систему ОМС.

**От каких болезней вас обязаны вылечить за счёт государства?** Перечень широк и включает более 20 групп заболеваний. Вот ключевые из них, о которых важно помнить:

- онкологические заболевания. От первой диагностики до курсов химиотерапии, лучевого лечения, операций и дорогостоящих препаратов;
- сердечно-сосудистые катастрофы. Инфаркты, инсульты, гипертонические кризы – вся неотложная и восстановительная помощь;
- эндокринные болезни. Сахарный диабет – обеспечение инсулином и тест-полосками включено, заболевания щитовидной железы;
- психические расстройства – в рамках оказания специализированной помощи.

Болезни, о которых часто забывают, но они тоже бесплатны: бронхиальная астма и ХОБЛ – хроническая обструктивная болезнь легких; язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки; ревматоидный артрит и остеоартроз; хроническая болезнь почек, включая гемодиализ; катаракта и глаукома; ВИЧ-инфекция и туберкулез.

Все острые хирургические патологии: аппендицит, переломы, ожоги.

**Где вас могут заставить заплатить незаконно?** Именно здесь и происходит большинство конфликтов. Бесплатно – не значит «абсолютно всё».

Вам могут предложить платную операцию или импортный препарат, аргументируя это тем, что «бесплатный вариант хуже». Ваше право – требовать оказания помощи по стандартам, утвержденным Минздравом РФ, в полном объеме.

Длительное ожидание плановой операции или приёма специалиста – самая частая проблема. В этом случае можно обратиться в свою страховую медицинскую организацию, её контакты указаны на полисе, с требованием организовать лечение в разумные сроки или направить в другую клинику.

Многие дорогие препараты для амбулаторного лечения при диабете, астме и других заболеваниях входят в федеральные и региональные льготные перечни. Их можно получить по рецепту, но врачи не всегда об этом информируют. Спрашивайте!

**Как получить то, что положено по закону.** Знайте свои права. Требуйте письменный отказ. Если вам говорят «это платно», попросите оформить отказ в оказании медицинской помощи с указанием причины и ссылкой на нормативный акт.

Звоните страховому представителю. Номер есть на вашем полисе ОМС. Его работа – защищать ваши интересы и разбираться в спорных ситуациях.

Пишите жалобы. Если на месте вопрос не решается – в Территориальный фонд ОМС, «Росздравнадзор» или через портал «Госуслуги».

В 2026 году базовая гарантия бесплатного лечения по-прежнему охватывает главные угрозы здоровью. Ваша задача – не быть пассивным пациентом, а знать перечень своих прав и уверенно на них настаивать.

### УСПЕВАЙТЕ!

Акция!  
Только до 28 февраля  
2026 г.!

**ДЛЯ ВСЕХ ПЕНСИОНЕРОВ**  
при предъявлении  
пенсионного  
удостоверения

Комплексная диагностика  
зрения (по направлению или  
с подтвержденным диагнозом) и  
прием врача-офтальмолога  
**БЕСПЛАТНО**

Лечение  
катаракты  
по выгодной цене  
**за 21 000 р.**  
включая операцию  
и сам хрусталик

Современное оборудование, опытные врачи

**КЛИНИКА МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ДОКТОРА ИГНАТЬЕВА**

Екатеринбург, ул. Ст. Разина, 2 (район Цирка) +7 (343) 227-12-34

## ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)

- Замки. Установка. Недорого. Не залезут! Гарантия. т.8-950-65-81-391
- РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ! ЛА-

МИНАТ. Тел. 8-902-87-16-750.

● Концерты группы «Доктор Ватсон» в Екатеринбурге 10.02.2026 и Нижнем Тагиле 11.02.2026. Билеты: [bilet96.ru](http://bilet96.ru) ПРИХОДИТЕ!

● Продаю 2-комн. квартиру, 57 м², в пгт, рядом сосновый лес, 100 км от Екатеринбурга. Тел.: 8-904-387-01-47

● Купим недорого метал. гараж. Тел.: 8-904-382-70-47

● Куплю землю или садовый участок. Тел.: 8-343-206-61-91

● Сниму недорого жилплощадь, не в городе, с отдельным входом. Важно наличие ФАПа, регулярность авто- или ж/д-сообщения. О себе: пенсионерка, без в/п. Тел.: 8-953-007-44-63

Только для пенсионеров

## Пенсионер Купон

на одно бесплатное объявление

Заполняйте разборчиво и печатными буквами

Текст объявления: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Телефон или адрес: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Заполните данные для редакции, иначе объявление не будет напечатано. Публикации не подписки

Фамилия \_\_\_\_\_ Телефон \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_ Подпись \_\_\_\_\_





ПЕРВЫЙ

05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+  
09.00, 11.00, 14.00 НОВОСТИ  
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+  
09.55 ХИТ ДОЗВОРО! 16+  
10.40, 11.25, 17.00 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+  
13.15, 14.15 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+  
15.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+  
16.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+  
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ  
18.40 ЧЕЛОВЕК И ЗАКОН 16+  
19.45 ПОЛЕ ЧУДЕС 16+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.45 ГОЛОС. НОВЫЙ СЕЗОН 12+  
23.30 Х/Ф «МАХОР В СОЧИ» 16+  
00.30 ПОДСКАЗ ЛАС 16+

РОССИЯ

05.00 УТРО РОССИИ 12+  
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ  
09.30, 11.30, 21.00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
ВЕСТИ-УРАЛ  
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ 12+  
10.00, 18.00 60 МИНУТ 12+  
14.30 Т/С «РАЙСКИЙ» 16+  
17.00 ПРЯМОЙ ЭФИР 16+  
21.30 ДУЭТЫ 12+  
00.50 Х/Ф «ЛЕГЕНДА №17» 6+  
03.15 ХИТ ТОРЖЕСТВЕННАЯ ЦЕРЕМОНИЯ  
ВРЧЕНИЯ НАЦИОНАЛЬНОЙ  
КИНОМАТОГРАФИЧЕСКОЙ ПРЕМИИ  
ЗОЛОТОЙ ОРЛ 16+

НТВ

04.45, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 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+  
16.50 ДНК 16+  
17.55 ХИТ МЕНЯ 12+  
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+  
22.15 Т/С «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ»  
16+  
20.20 СВОЯ ПРАВДА 16+  
02.10 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС  
0+  
03.05 Х/Ф «ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ»  
16+

СУББОТА, 31 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+  
09.00 УНИИШЫ И УНИИКИ 12+  
09.45 СЛОВО ПАСТЫРА 0+  
10.00, 12.00 НОВОСТИ  
10.15 Д/Ф «ПРОРОЧЕСТВА» 16+  
11.10 ВСПОМНИТЬ ВСЕ 12+  
12.15 ПОЕХАЛИ! 12+  
13.15 ПОДКАЗ ЛАС 16+  
13.45 Д/Ф «НЕСЛОМАННЫЙ СВЕТ» 12+  
14.50 Х/Ф «ВЫИТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА»  
12+  
16.35 Х/Ф «КОВЧЕГ» 12+  
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ  
18.20 ЛЕДИНКОВЫЙ ПЕРИОД 12+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.35 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ 16+  
00.00 Д/Ф «ГЕРОИ С ДУШОЙ КЛОУНА» 18+

РОССИЯ

06.00 УТРО РОССИИ. СБ 12+  
08.00 ВЕСТИ. СУББОТА  
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+  
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+  
09.25 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+  
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ  
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+  
12.00 Х/Ф «АНАТОМИЯ ГЕНОЦИДА» 16+  
13.00 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+  
14.30, 20.50 ВЕСТИ-УРАЛ  
14.50 ЮМОРИ ЮМОРИ! ЮМОРИ! 16+  
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+  
21.00 Х/Ф «ШОУ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ» 16+  
00.40 Х/Ф «ВЕРИТЬ И ЖДАТЬ» 12+

НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+  
07.20 СМОТРО 0+  
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ  
08.20 НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ  
16+  
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+  
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+  
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+  
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+  
13.00 САТЬЯ 16+  
14.00 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+  
15.00 СВОЯ ИГРА 0+  
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+  
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+  
19.00 ЦЕНТРАЛЬНЫЕ ТВ 16+  
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ! 16+  
21.20 СУПЕРТАК! 16+  
01.20 КВАРТИРНИК НТВ 16+

МАТЧ ТВ

08.00, 16.55 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+  
08.30, 05.25 ФОРМУЛА 1. ГАСНУТ ОГНИ  
12+  
09.00, 11.00, 14.55, 17.25 НОВОСТИ  
09.05, 13.35, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ!  
12+  
11.05 НЕБЕСНАЯ ГРАЦИЯ 6+  
11.25 КОМАНДА МЕТЧЫ 12+  
12.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+  
14.35 ЛИЦА СТРАНЫ 12+  
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР  
16.25 МАТЧ БОЛЬШОГО СПОРТА.  
ЛЫЖНЫЙ СПОРТ 12+  
17.30 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ONE  
F.C. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
21.25 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ  
КХЛ. СТАРТАК (МСК) - СКА (СПБ).  
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.  
«ЛАЦИО» - «ДЖЕНОВА». ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+  
07.20 ПОПЛАВКА ЛЕТОПИСЬ 16+  
07.45 Д/Ф «АКСИОЛОГИЯ. ИСТОРИЯ С  
ЛОТАРИЕЙ» 16+  
08.20 Т/С «МЕТРЗ» 16+  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.55  
НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+  
10.20 Х/Ф «БЛИЗНЕЦЫ» 12+  
11.45 Д/Ф «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО» 16+  
12.00 ОТКРЫТАЯ КНИГА 16+  
13.00 «ЗАПУТАННОЕ ДЕЛО САЛТЫКОВА-  
ЩЕДРИНА» 16+  
13.30 Х/Ф «НЕЖНОСТЬ К РЕВУЩЕМУ  
ЗВЕРЮ» 12+  
14.45 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ  
16+  
14.55 ЭНИГМА 16+  
16.30 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ  
16+  
17.15 Д/Ф «Я НЕ БОЮСЬ, Я МУЗЫКАНТ»  
16+  
17.50 Д/Ф «ПРЕДКИ НАШИХ ПРЕДКОВ»  
16+  
18.30 КРИСТАЛЛЬНЫЕ ИСТОРИИ 16+  
18.45 ЦАРСКАЯ ЛОЖА 16+  
19.45 ИСКАТЕЛИ 16+  
20.35 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+  
21.25 Х/Ф «ОДНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ  
ПОЗНАКОМИТЬСЯ» 0+  
22.55 2 ВЕРНИК 2 16+  
00.10 Х/Ф «ШАРАДА» 16+

МАТЧ ТВ

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА  
16+  
09.00, 11.00, 14.05 НОВОСТИ  
09.05, 14.10, 21.55, 00.30, 03.00 ВСЕ НА  
МАТЧ 12+  
11.05 М/Ф «ЧЕМПИОНЫ» 6+  
11.25, 11.55, 12.30, 13.00, 13.35 10 ЛЕТ  
В СПОРТЕ 12+  
15.20 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ  
КХЛ. СИБИРЬ (НОВОСИБ. ОБЛ.) -  
ТРАКТОР (ЧЕЛЯБИНСК). ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ  
17.55 БАСКЕТБОЛ. ФОНБЕТ КУБОК РФ.  
ЖЕН. ФИНАЛ ЧЕТЫРЕХ. ФИНАЛ.  
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
19.55 ВОЛЕБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РФ.  
СУПЕРЛИГА. МЧЖ. ЗЕНИТ-КАЗАНЬ  
«БЕЛОГОРЬЕ (БЕЛГОРОД).  
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
22.20 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ.  
ЛЕВАНТЕ - АТЛЕТИКО. ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ.  
ЭЛЬЧЕ - БАРСЕЛОНА. ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+  
07.00 М/Ф «КОНЕК-ГОРБУНОК» 16+  
08.30 Х/Ф «ОДНОКАЯ ЖЕНЩИНА  
ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ» 0+  
09.55 СТАРЕШИЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ  
КОЛЛЕКТИВЫ РОССИИ 16+  
10.25 Х/Ф «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА»  
12+  
11.55 ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 16+  
12.25 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА  
16+  
13.05 ЭРИМТАЖ 16+  
13.35, 00.35 Д/Ф «ВОДНЫЙ МИР  
ОСТРОВА КОМОДО» 16+  
14.25 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ  
ИСТОРИИ 16+  
15.40 ГОС. АКАДЕМ. РУССКИЙ  
НАРОДНЫЙ ХОР ИМ. М.Е.  
ПЯТНИЦКОГО. ЮБИЛЕЙНЫЙ  
ВЕЧЕР 16+  
17.10 Д/Ф «ВРАЧИ ПОБЕДЫ» 16+  
18.10 Х/Ф «О ТЕБЕ» 12+  
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+  
19.55 СПЕКТАКЛЬ «БАЛАЛАЙКИ И  
КО» 16+  
22.00 АГОРА 16+  
23.00 Х/Ф «НОВЫЕ АМАЗОНКИ» 12+  
01.25 ИСКАТЕЛИ 16+

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+  
12.55, 01.30 Т/С «ЗНАКАРКА» 16+  
13.30, 02.00 Т/С «ВЕРИ ЛЮБИМОГО» 16+  
14.05, 02.25 Т/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ  
ДУШ» 16+  
14.40 Х/Ф «ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ»  
16+  
19.00 Х/Ф «МАМИНО СЧАСТЬЕ»  
16+  
04.30 6 КАДРОВ 16+

ТНТ

07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 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 Т/С «САШАТАНЯ» 16+  
16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00,  
22.00 КОМЕДИ КЛАБ 16+  
23.00, 00.00, 01.00, 01.45, 02.40, 03.30  
ЖЕНСКИЙ СТЕПАНД 16+  
04.15, 05.00, 05.50, 06.40 ОДНАЖДЫ В  
РОССИИ 16+

ЗВЕЗДА

04.40 Т/С «ЖДИ МЕНЯ» 16+  
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+  
09.20 ИЩУ СВОИХ 12+  
10.05 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 16+  
10.20, 13.20 Х/Ф «ДАВРИЯ» 12+  
15.05, 17.10 Х/Ф «МАРШ-БРОССОК.  
ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» 16+  
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+  
19.40 Д/Ф «ЗАГЛАДИ ВЕКА С СЕРГЕЕМ  
МЕДВЕДЕВЫМ» 12+  
20.30 Д/Ф «БОЙНА МИРОВО» 16+  
21.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ. ЧТО  
РУССКОМУ СМЕШНО... 16+  
22.00 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ! 16+  
23.30 МУЗЫКА! 12+  
00.45 Х/Ф «МЫ ЖИЛИ ПО СОСЕДСТВУ»  
12+  
03.40 Д/Ф «ШЕДЕВРЫ ВОЕННЫХ МУЗЕЕВ»  
12+  
04.25 Д/Ф «ПОБЕДОНОСЦЫ» 16+  
04.45 Х/Ф «СВИНАРКА И ПАСТУХ» 12+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ  
08.20, 11.50 Х/Ф «ПИСЬМА ИЗ  
ПРОШЛОГО» 12+  
11.30, 14.30, 17.50 СОБЫТИЯ  
12.30, 15.00 Х/Ф «ЦВЕТ ЛИЛИИ» 12+  
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+  
16.55 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ.  
ИМПОРТНЫЕ ЛИЦА» 16+  
18.10 Х/Ф «КОГДА ПОЗОВЕТ СМЕРТЬ» 16+  
20.00 Х/Ф «НОЧНАЯ СМЕНА» 16+  
22.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 12+  
23.05 ХОРОШИЕ ПЕСНИ 12+  
00.30 Х/Ф «ИГРУШКА» 12+  
02.00 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС

05.00, 12.15, 01.15 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+  
05.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+  
06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+  
11.00 ПАЛОМНИЦА 12+  
12.25, 12.55, 13.20 МОНАСТЫРСКАЯ  
КУХНЯ 0+  
13.50 Х/Ф «САДИСЬ РЯДОМ, МИШКА!» 6+  
15.25 Х/Ф «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО» 6+  
17.10 Х/Ф «НА ВСЮ ОСТАВШУЮСЯ  
ЖИЗНЬ» 0+  
18.30 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+  
19.30, 01.25 Д/Ф «РОССИЯ-ПОЛЬША.  
ТЫСЯЧЕЛЕТНЯЯ ДУАЛЬ» 16+  
20.35 СЛЕДЫ ИМПЕРИИ 12+  
22.15, 04.10 РУССКИЙ КОВЧЕГ С ЯНОМ  
ТАКСЮКОМ 12+  
23.15, 23.45, 00.15, 00.45 ПОЛЕ БИТВЫ  
16+  
02.20 Д/Ф «АПОСТОЛ ПЕТР ЦИКЛ ДЕНЬ  
АНГЕЛА» 0+  
03.05 Д/Ф «ЖЕРТЫ ГОВОРЯТ...» 16+

5 канал

05.00, 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+  
05.25, 05.35, 06.15, 06.55, 07.45, 09.30,  
09.35, 10.25, 11.20, 12.05, 13.30,  
14.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ  
ПЯТЕРКА» 16+  
08.30 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+  
15.10, 16.00, 16.50, 17.30, 18.15, 19.00,  
19.45, 20.40, 21.45, 22.20 Т/С «СЛЕД»  
16+  
23.10 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+  
00.10, 01.00 ОНИ ПОТЯЯСЛИ МИР 16+  
01.50, 02.35, 03.15, 03.55, 04.35 Т/С  
«УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+

ТНВ

06.00, 13.05 ПАНОРАМА  
16+  
08.00, 19.10, 22.20 КОНЦЕРТ  
12+  
08.30, 18.20, 23.10, 04.20 ПЕСОЧНЫЕ  
ЧАСЫ 16+  
09.30, 15.20 НАСТАВЛЕНИЕ  
16+  
10.00, 02.00 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ  
6+  
10.30, 17.30, 19.35, 00.45 ТАТАРЫ  
16+  
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00  
НОВОСТИ  
11.30 ПЯТНИЧНАЯ ПРОПОВЕДЬ ИЗ  
ГАЛЕЕВСКОЙ МЕЧЕТИ Г. КАЗАНИ  
0+  
12.05, 01.10, 05.10 ОТ СЕРДЦА К  
СЕРДЦУ  
16+  
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЕЙ  
16+  
16.30 TATARSTAN TODAY. ОТКРЫТЫЙ  
МИРУ  
16+  
17.00, 21.55 В ДУШЕ МЕЛОДИИ  
ТАЛЫНКИ  
12+  
20.00 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ  
16+  
20.30 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ  
6+  
21.25, 00.15 КОТО МЫ ТАТАРЫ?  
12+  
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ  
16+

ОТВ

ТЕЛЕПРОГРАММА НЕ ПРЕДОСТАВЛЕНА  
ТЕЛЕКОМПАНИЕЙ

СТС

06.00 М/Ф «ТРИ КОТА»  
0+  
06.30 М/Ф «МАША И МЕДВЕДЬ»  
0+  
08.20, 04.55 УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ.  
СМЕХОВОК  
16+

СТС

13.20, 21.00 ШОУ УРАЛЬСКИЕ  
ПЕЛЬМЕНИ  
16+  
19.30 ШОУ УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ.  
ГЕОГРАФИЯ ПЕЛЬМЕНИ  
16+

ТВ3

06.00, 05.45 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+  
08.15, 09.00 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-  
КОТ» 6+  
09.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00,  
12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.45  
Т/С «ПОРЧА» 16+  
15.15, 15.45, 16.15, 17.00, 17.30, 18.00,  
18.30 Т/С «СЛЕПАЯ»  
16+  
19.00 Х/Ф «АРТУР, ТЫ КОРОЛЬ»  
16+  
21.15 Х/Ф «САНКТУС» 16+  
23.30 Х/Ф «ИЗВЕРЖЕНИЕ»  
16+  
02.00, 02.15, 02.45, 03.00, 03.30, 04.00,  
04.15, 04.45, 05.00, 05.30 Т/С  
«ЗНАКИ СУДЬБЫ»  
16+

РЕН ТВ

05.00, 04.50 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ  
ГИПОТЕЗЫ 16+  
06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ  
16+  
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ  
16+  
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+  
11.00 КАК УСТРОИЛ МИР С ТИМОФЕЕМ  
БАКЕНОВЫМ 16+  
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ  
ПРОГРАММА 12 16+  
13.00, 17.00 ТАЙНЫ ЧАПЛИНА 16+  
18.00 ГЛАВНЫЕ ТАЙНЫ МИРА 16+  
20.00 Х/Ф «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ»  
16+  
21.45 Х/Ф «ДРУГОЙ МИР. ГОД ВОЛКА»  
16+  
23.30 Х/Ф «ПАЦАН ПРОТИВ ВСЕХ»  
18+  
01.30 Х/Ф «НОЧЬ С ДЖОЗИ» 18+  
02.50 Х/Ф «МЕТРО» 16+

ПЕРВЫЙ

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СБ 12+  
09.00 УНИИШЫ И УНИИКИ 12+  
09.45 СЛОВО ПАСТЫРА 0+  
10.00, 12.00 НОВОСТИ  
10.15 Д/Ф «ПРОРОЧЕСТВА» 16+  
11.10 ВСПОМНИТЬ ВСЕ 12+  
12.15 ПОЕХАЛИ! 12+  
13.15 ПОДКАЗ ЛАС 16+  
13.45 Д/Ф «НЕСЛОМАННЫЙ СВЕТ» 12+  
14.50 Х/Ф «ВЫИТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА»  
12+  
16.35 Х/Ф «КОВЧЕГ» 12+  
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ  
18.20 ЛЕДИНКОВЫЙ ПЕРИОД 12+  
21.00 ВРЕМЯ  
21.35 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ 16+  
00.00 Д/Ф «ГЕРОИ С ДУШОЙ КЛОУНА» 18+

РОССИЯ

06.00 УТРО РОССИИ. СБ 12+  
08.00 ВЕСТИ. СУББОТА  
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 12+  
09.00 ФОРМУЛА ЕДЫ 12+  
09.25 ПЯТЕРО НА ОДНОГО 12+  
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ  
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+  
12.00 Х/Ф «АНАТОМИЯ ГЕНОЦИДА» 16+  
13.00 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 12+  
14.30, 20.50 ВЕСТИ-УРАЛ  
14.50 ЮМОРИ ЮМОРИ! ЮМОРИ! 16+  
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+  
21.00 Х/Ф «ШОУ ЗОЛОТОЙ РЫБКИ» 16+  
00.40 Х/Ф «ВЕРИТЬ И ЖДАТЬ» 12+

НТВ

06.20 ЖДИ МЕНЯ 12+  
07.20 СМОТРО 0+  
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ  
08.20 НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ  
16+  
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+  
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+  
11.00 ЖИВАЯ ЕДА 12+  
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+  
13.00 САТЬЯ 16+  
14.00 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+  
15.00 СВОЯ ИГРА 0+  
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+  
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+  
19.00 ЦЕНТРАЛЬНЫЕ ТВ 16+  
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ! 16+  
21.20 СУПЕРТАК! 16+  
01.20 КВАРТИРНИК НТВ 16+

МАТЧ ТВ

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА  
16+  
09.00, 11.00, 14.05 НОВОСТИ  
09.05, 14.10, 21.55, 00.30, 03.00 ВСЕ НА  
МАТЧ 12+  
11.05 М/Ф «ЧЕМПИОНЫ» 6+  
11.25, 11.55, 12.30, 13.00, 13.35 10 ЛЕТ  
В СПОРТЕ 12+  
15.20 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ  
КХЛ. СИБИРЬ (НОВОСИБ. ОБЛ.) -  
ТРАКТОР (ЧЕЛЯБИНСК). ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ  
17.55 БАСКЕТБОЛ. ФОНБЕТ КУБОК РФ.  
ЖЕН. ФИНАЛ ЧЕТЫРЕХ. ФИНАЛ.  
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
19.55 ВОЛЕБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РФ.  
СУПЕРЛИГА. МЧЖ. ЗЕНИТ-КАЗАНЬ  
«БЕЛОГОРЬЕ (БЕЛГОРОД).  
ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ  
22.20 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ.  
ЛЕВАНТЕ - АТЛЕТИКО. ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ  
00.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ.  
ЭЛЬЧЕ - БАРСЕЛОНА. ПРЯМАЯ  
ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+  
07.00 М/Ф «КОНЕК-ГОРБУНОК» 16+  
08.30 Х/Ф «ОДНОКАЯ ЖЕНЩИНА  
ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ» 0+  
09.55 СТАРЕШИЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ  
КОЛЛЕКТИВЫ РОССИИ 16+  
10.25 Х/Ф «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА»  
12+  
11.55 ЗЕМЛЯ ЛЮДЕЙ 16+  
12.25 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА  
16+  
13.05 ЭРИМТАЖ 16+  
13.35, 00.35 Д/Ф «ВОДНЫЙ МИР  
ОСТРОВА КОМОДО» 16+  
14.25 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ  
ИСТОРИИ 16+  
15.40 ГОС. АКАДЕМ. РУССКИЙ  
НАРОДНЫЙ ХОР ИМ. М.Е.  
ПЯТНИЦКОГО. ЮБИЛЕЙНЫЙ  
ВЕЧЕР 16+  
17.10 Д/Ф «ВРАЧИ ПОБЕДЫ» 16+  
18.10 Х/Ф «О ТЕБЕ» 12+  
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+  
19.55 СПЕКТАКЛЬ «БАЛАЛАЙКИ И  
КО» 16+  
22.00 АГОРА 16+  
23.00 Х/Ф «НОВЫЕ АМАЗОНКИ» 12+  
01.25 ИСКАТЕЛИ 16+

Домашний

06.30, 04.00 6 КАДРОВ  
16+  
06.55 Х/Ф «ВСЕ СРЕДСТВА ХОРОШИ»  
16+  
11.00 Х/Ф «ИГРА С ОГНЕМ»  
16+  
00.30 Х/Ф «БУМРАНГ»  
16+  
04.25 Д/Ф «ПРЕДСКАЗАНИЯ. 2026»  
16+  
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 05.05, 05.50,  
06.15 ОДНАЖДЫ В РОССИИ 16+  
11.00, 13.25, 15.55, 18.25  
21.00, 00.40 КОНФЕТКА 16+  
23.40, 02.45, 03.30, 04.20 ЖЕНСКИЙ  
СТЕПАНД 16+

ТНТ

06.05 Х/Ф «НА ЗАПЛАТОМ КРЫЛЬЕ  
СИДЕЛИ...» 6+  
07.20 Х/Ф «ОТРАДЬ ОСОБОГО  
НАЗНАЧЕНИЯ» 12+  
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ  
16+  
09.45 СССР. ЗНАК КАЧЕСТВА 12+  
10.35 НЕ ФАКТ 12+  
11.05 МУЖИКИ 16+  
11.35 ЛЕГЕНДЫ ИСКУССТВА  
12+  
12.05 Д/Ф «МОСКВА ФРОНТУ»  
16+  
12.30 ЛЮБОВЬ НА ЛИНИИ ОГНЯ  
16+  
13.15 Д/Ф «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИ





## ПУТЕШЕСТВИЕ В «СОВЕТСКОЕ ДЕТСТВО»

### ВПЕЧАТЛЕНИЯ

Любовь Фёдорова,  
г. Екатеринбург

**Расскажу о том, как я поступала в первый класс и как одна книга оживила смешной эпизод из моего советского детства.**

### Сразу вспоминаешь себя

В этом году среди множества приятных и полезных подарков на Новый год я получила замечательную книжку Евгении Двоскиной «А Саша выйдет?» с короткими историями и веселыми иллюстрациями из нашего советского детства. Читаешь и сразу вспоминаешь себя: как пили квас из крышки бидона, как надкусывали корочку хлеба по дороге из булочной, как собирали макулатуру, чтобы затем купить на выданный талон «Трёх мушкетера» Александра Дюма или «Робинзона Крузо» Даниеля Дефо...

Начинать читать эту книгу можно, откуда угодно. Главное, что сразу по твоему лицу расплывается улыбка: «Точно! Так и было!». Сразу же всплывает в памяти и своя схожая история. Коротенький рассказ «Игра в карты» унес меня в моё далёкое детство – в начало 1970-х.

### «Валет, дама, король, туз!»

Июнь. Мне 6 лет. Мама ведёт меня записывать в первый класс. Мы заходим в класс, где сидят три серьёзные тётеньки. Мама отдаёт мои документы. Пока одна рассматривает их, другая начинает беседу со мной.

- Сколько тебе лет?
- Шесть.
- А семь когда будет?
- Уже скоро, через месяц.
- Ты хочешь в школу?
- Очень.

- А почему?
- Моя сестра уже учится, и я хочу.
- Ты умеешь считать до десяти?
- Умею.
- Считай!
- 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.
- Что больше, 9 или 7?
- Конечно, 9!
- А что меньше, 6 или 8?
- 6.
- Какая умница! Ты только до 10 считаешь или можешь дальше?

- Могу: валет, дама, король, туз! – радостно продолжила я.

Тётки чуть со стула не грохнулись! А я гордо стояла перед ними и не понимала, почему они смеются до слёз.

Здесь нужно дать небольшое пояснение. Сестра старше меня почти на два года, она как раз закончила первый класс. Она была для меня примером, я всё за ней повторяла. Всё, что умела делать она, умела и я. Она училась писать – и я за ней, она читала – и я старалась.

Мама с сестрой иногда по вечерам играли в карты, а меня не брали. «Мала ещё», – говорила мама. Я всегда сидела рядом и внимательно следила за их игрой. А потом сама научилась считать, главное – понимать, какая карта какую «бьёт» и почему. Так вот, тётки посмеялись от души, мама смутилась, а я расслабилась: «Смеются – значит, всё хорошо».

### «Кто такие слог?»

Затем другая тётенька спросила у мамы, умею ли я читать. Мама, вытирая слёзы, ответила: «Даже не знаю», боясь моего нового «выступления».

Я заверила, что умею. Мне дали знакомый букварь, я быстро начала читать подписи под картинками: «Мама мыла раму» и тому подобное,



Любовь Фёдорова (справа)

ведь всё это я давно прочла вместе с сестрой. Одна была сложность: я не понимала, что значит читать по слогам. Введливая тётка твердила:

- Читай по слогам.
- Как это?
- Дели слова на слоги.
- Кто такие слоги? Тут только слова и буквы, – недоумевала я, так как умела читать только целыми словами.

В общем, тётки оказались недовольны моим чтением, но в школу взяли.

Мама потом рассказывала соседям, как я лихо считала до 10 «с продолжением», а все смеялись. А я искренне не понимала, почему всем так весело.

Вот так один коротенький рассказ из подаренной мне удивительной книги разматал целый клубок ярких детских впечатлений. Наверное, в этом и есть главная магия таких книжек: они приносят ощущение детской радости, поднимают настроение и вызывают ностальгию по нашему не очень благоустроенному, но, несомненно, счастливому детству.

Спасибо моему сыну за такой неожиданный и тёплый подарок. Он подарил мне не просто книгу, а целое путешествие в страну под названием «Советское детство».

## О НЕОЖИДАННЫХ ЗВОНКАХ В СЛУЖБУ ПОДДЕРЖКИ

### ДОСТОВЕРНО

**Большинство государственных ведомств давно организовали работу колл-центров, куда граждане могут позвонить по самым разным поводам. Есть такая служба и в Социальном фонде России. И звонки туда порой поступают весьма неожиданные.**

По данным речевой аналитики, в 2025 году единый контакт-центр (ЕКЦ) Социального фонда России принял порядка 37 миллионов обращений. Общая продолжительность консультаций за всё время работы центра – более 500 млн минут. Наряду с ежедневными вопросами о пособиях и пенсиях операторы регулярно сталкиваются с обращениями, которые выходят за рамки социальной сферы.

К примеру, нашли отражение в вопросах граждан современные тренды. Многие интересовались, можно ли получить пенсию в криптовалюте? Специалисты вежливо пояснили, что все выплаты от СФР производятся исключительно в рублях. В новогодние праздники в ЕКЦ стали звонить граждане, представившиеся Дедом Морозом и Снегурочкой. Они интересовались графиком работы и с юмором спрашивали о «подарке» в виде дополнительного январской выплаты. Операторы с улыбкой объясняли, что выплата за начало января традиционно была произведена в декабре. Всего зафиксировано около сотни подобных праздничных звонков, в которых абоненты также поздравляли сотрудников Соцфонда с праздником.

Однако самыми запоминающимися стали диалоги с абонентами, представившими историческими личностями. Абсолютным рекордсменом стал один гражданин, совершивший за год около 1000 звонков, каждый раз представляясь новым известным персонажем.

Среди других нестандартных обращений – просьба помочь вспомнить ФИО любимого музыканта, использованное в качестве пароля, но забытое; душевный рассказ мужчины из Мариуполя о красотах родного края, а также вопросы: «Если жена терпит мой скверный характер, положена ли ей доплата к пенсии?» и «Можете ли вы подарить одинокому пенсионеру кошку?».

Ежедневно операторы СФР принимают десятки звонков с просьбами, далёкими от компетенции фонда: от запроса телефонов других ведомств и организаций – налоговой службы, банков, поликлиник – до просьб подписать на газету, дать медицинскую консультацию или убрать гололёд у подъезда.

Ключевой частью работы остаётся помощь в противодействии мошенничеству. За год поступило 67 тысяч звонков от граждан, сообщивших о подозрительных звонках, СМС или письмах. Специалисты подробно инструктировали звонивших о том, как действовать в таких ситуациях, чтобы обезопасить свои средства.

Терпение и профессионализм операторов высоко ценятся гражданами. За 2025 год сотрудники ЕКЦ получили 77 тысяч благодарностей прямо во время разговоров. Абоненты отмечают чёткость объяснений, вежливость и искреннее желание помочь.

Единый контакт-центр СФР продолжает работать в штатном режиме, его номер в Свердловской области: **8 (800) 100-00-01**. Специалисты готовы ответить на самые разные вопросы, сохраняя доброжелательность и стремление помочь каждому позвонившему.

Социальный фонд России

## КАК ТРАНСФОРМИРОВАЛАСЬ МОЯ ПРОФЕССИЯ

### ИЗ ПОЧТЫ РЕДАКЦИИ

Юлия Кудрина, г. Екатеринбург

**По профессии я – санитарный фельдшер. В этой сфере я трудились почти 30 лет, поэтому у меня была возможность проследить за ее трансформацией.**

Отрасль, в которой я работала, относится к профилактической медицине. В далекие 1980-1990-е годы эти учреждения назывались «Санитарно-эпидемиологическая станция». Их в тогдешнем Свердловске было несколько: областная, районная, городская и железнодорожная. Можно сказать, что я успела поработать в разных подразделениях нескольких из них. И везде труд казался мне однообразным, скучным и монотонным. И не приносящим удовлетворения.

Особенно это касалось контроля за санитарным состоянием предприятий общественного питания, детских дошкольных учреждений и школ. Дело в том, что эти учреждения

финансировались недостаточно. Поэтому исправляли только мелкие нарушения, а в целом все оставалось без изменений. Вот и казалось: сколько ни прилагай усилий, результат будет минимальным.

Да и возможностей налагать штрафные санкции у нас, санитарных специалистов, как правило, не было. За исключением одной организации – санитарно-контрольного пункта на железнодорожной станции. Там решением по штрафным санкциям принимались быстро и были эффективными. Например, при проверке санитарного состояния пассажирского поезда в пути следования я составила протокол о нарушении, начальника поезда в результате лишили премии и отстранили от должности.

В начале 2000-х была проведена реорганизация санитарно-эпидемиологической службы, в результате которой появились две организации – «Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека» («Роспо-

требнадзор») и «Центр гигиены и эпидемиологии».

«Роспотребнадзор» – государственный надзорный орган федерального значения, наделенный большими полномочиями. Он занимается и плановыми проверками объектов надзора, и экстренными – по жалобам населения, а также в случаях отравления или возникновения инфекционных заболеваний в различных учреждениях. «Центр гигиены и эпидемиологии» обеспечивает лабораторный контроль.

Сейчас практически все предприятия общественного питания являются частными, их владельцы сами обеспечивают соблюдение санитарного режима и несут ответственность за это. В случае нарушения этого режима применяются очень действенные штрафные санкции, так как суммы штрафов внушительны.

Можно сделать вывод, что проведенная реорганизация помогла трансформации в лучшую сторону и в целом всей санитарно-эпидемиологической профессии – в частности.

## ПОЧЕМУ СТОИТ ПОПРОБОВАТЬ ЧАЙ ИЗ ГИБИСКУСА

### НАРОДНАЯ АПТЕКА

stolichki.ru

**Чай из гибискуса, или каркаде – настоящая находка для тех, кто внимательно относится к своему здоровью. Экстракт гибискуса известен множеством свойств, способных принести пользу вашему здоровью.**

Чай из гибискуса – травяной напиток, который производят из высушенных цветков суданской розы. Имеет яркий красный

цвет и терпкий кислый вкус, напоминающий ягоды. Подается горячим и холодным, добавляется в десерты. Много веков этот чай использовался в Африке и Азии в медицинских целях – для заживления ран, в качестве мочегонного, жаропонижающего и успокоительного средства.

Этот вкусный и освежающий напиток содержит витамины и антиоксиданты, защищающие клетки от повреждений. В его состав входят токоферолы, флавоноиды, органические кислоты – лимонная, яблочная, а также витамин С, кальций и железо.

Каркаде может помочь снизить артериальное давление. Эффект практически идентичен препаратам для лечения гипертонии. Снижает уровень сахара в крови натощак, что может быть актуально для людей с сахарным диабетом. Регулирует липидный обмен в крови, снижая уровень «плохого» и повышая уровень «хорошего» холестерина в крови. Вещества, содержащиеся в гибискусе, способствуют снижению веса и препятствуют образованию новых жировых клеток.

Побочными реакциями употребления чая из гибискуса могут быть расстройство пищеварения, вздутие, запор.

Приготовить чай из гибискуса просто: налейте кипящую воду в кружку, добавьте 1-2 чайные ложки цветков гибискуса; настаивайте 5-10 минут; процедите чай; подавайте горячим или охлажденным. По вкусу можно добавить сахар, мед и дольку лимона. Суточная норма потребления не должна превышать трех чашек в день.

Чай из гибискуса может стать отличным дополнением к вашему повседневному меню. Он позволяет совместить приятный вкус с пользой для здоровья.

## КОГДА ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ ПРИ ЦИАНОЗЕ

### ПРОФИЛАКТИКА

«Красота и здоровье»

**Некоторые пациенты обращают внимание на синеватый оттенок своих ногтей. О каких сбоях в работе организма это может свидетельствовать?**

Для этого симптома существует множество вероятных причин, некоторые указывают на серьезные заболевания. В некоторых случаях ногти становятся синюшной окраски из-за цианоза, который может распространиться на губы, зону вокруг них и кожу конечностей. Цианоз возникает, если кровь не переносит достаточного количества кислорода к кончикам пальцев или в организме в целом нарушено кровообращение. Это также может быть результатом проблем с гемоглобином – белком в эритроцитах, который отвечает за перенос кислорода тканям. И другие проблемы, влияющие на дыхательную и сердечно-сосудистую системы, также могут вызывать цианоз.

Поэтому, заметив у себя посинение ногтей, обязательно обратитесь к врачу, чтобы он исключил или подтвердил определенное заболевание.

Цианоз также может возникать в обстоятельствах, при которых кровеносная система не переносит кровь по всему телу. К примеру, холодная погода способна временно вызвать ограниченное кровообращение, так как кровеносные сосуды сужаются из-за пониженной температуры. И если причиной цианоза является низкая температура, то нормальный цвет ногтей должен вернуться, когда человек согреет руки. Но если к посинению ногтей присоединяются другие симптомы – одышка, боль за грудиной, обильное потоотделение и головокружение, немедленно позвоните 103 или 112: такие признаки могут свидетельствовать о том, что вам необходима скорая медицинская помощь.

Цианоз ногтей может возникать в случае хронического заболевания легких. Одно из таких состояний – ХОБЛ (хроническая обструктивная болезнь легких). Другой причиной цианоза может стать астма, вызывающая сужение и отек дыхательных путей. Цианоз возникает и при остром респираторном дистресс-

синдроме. Люди с ОРДС испытывают трудности с дыханием: частота дыхания и сердцебиения у них активнее, чем обычно, что приводит к снижению содержания кислорода в крови.

Тромбоз эмболии легочной артерии тоже сопровождается посинением ногтей: к такому состоянию приводит блокировка тромбом одной или нескольких артерий в легких.

Некоторые случаи посинения ногтей могут быть вызваны болезнями сердца. Некоторые из таких проблем протекают бессимптомно, другие вызывают опасные для жизни осложнения. Цианоз часто сопровождается такими патологиями, как синдром Эйзенменгера и застойная сердечная недостаточность. Синдром Эйзенменгера – редкое заболевание, которое провоцирует высокое кровяное давление и образует аномальный поток крови, проходящий через сердце.

Застойная сердечная недостаточность вызывает проблемы с сердцем, в результате чего оно не может перекачивать кровь должным образом. Симптомы включают одышку, сильную усталость и отек конечностей.

Обычно врач диагностирует цианоз, проводя осмотр и обращая внимание на ногти, а также проверяя, нет ли проблем со сгибанием и разгибанием пальцев.

Так называемые пальцы Гипократа – с утолщением на фаланге и образованием ногтя в форме часового стекла – наряду с цианозом могут указывать на врожденные пороки сердца и проблемы с легкими.

Анализ газового состава артериальной крови является важным дополнением при диагностике заболевания, сопровождаемого цианозом: с его помощью определяют уровень насыщения гемоглобина кислородом. При такой диагностике используют специальное устройство в форме прищепки – пульсоксиметр: его размещают на палец пациента, чтобы оценить насыщение тканей кислородом.

Поскольку цианоз является симптомом определенного заболевания, в зависимости от причины лечение может включать либо хирургическую операцию по коррекции врожденных пороков сердца, либо поддерживающую кислородную терапию, либо назначение препаратов, помогающих расслабить гладкую мускулатуру сосудов и улучшить кровоснабжение тканей.

## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПРОДУЛО СПИНУ?

### СОВЕТЫ ВРАЧА

«Болезни от А до Я»

**Боль в спине может возникнуть внезапно, после прогулки в холодную ветреную погоду или долгого нахождения на сквозняке. В медицине не существует диагноза «продуло спину». При каких заболеваниях может возникнуть боль в пояснице или области лопаток после переохлаждения? Какие меры можно предпринять в домашних условиях, если застудил спину, а в каких случаях для лечения лучше обратиться к врачу?**

Продуть спину в области лопаток или другого отдела позвоночника может после направленного воздействия потока холодного воздуха. На улице это сильный, пронизывающий ветер, в помещении – сквозняк от кондиционера.

Обычно, если продуло спину, острая боль появляется на следующий день. В основе ее возникновения лежит рефлекторная реакция тканей на воздействие холода. В результате происходит спазм сосудов и мышц спины, который и вызывает неприятные ощущения вплоть до боли. Если было интенсивное и длительное влияние холода, то может возникнуть воспаление мышц – миозит. Это заболевание иногда приводит к возникновению невралгии, что сопровождается усилением боли.

Иногда человек не замечает, что простудил спину, если он одет не по погоде. На солнце ему становится жарко, он потеет, одежда становится влажной. Затем дует холодный ветер, происходит переохлаждение, приводящее к воспалению мышц.

Если продуло спину, симптомы проявляются болью, которая усиливается при любой попытке движения. В случае переохлаждения верхнего отдела позвоночника она возникает в области лопаток и шеи. Если продуло поясницу, то болезненные ощущения могут локализоваться не только по задней поверхности спины, но и отдавать в ногу или в бока. По характеру боль может быть тянущей или ноющей. Ее интенсивность уменьшается в состоянии покоя, при попытке движения боль приобретает острый, простреливающий характер.

При развитии миозита могут развиваться следующие симптомы: слабость в пораженной мышце спины; утренняя скованность движений; появление болезненных очагов в мышцах спины; покраснение и отечность кожи в месте локализации боли; повышение температуры тела.

Иногда боль в мышцах спины, возникающая после переохлаждения, может быть начальным симптомом ОРВИ. Если развивается вирусная инфекция, человека «ломает», мышцы тянет, что объясняется интоксикацией при проникновении вируса в организм.

Если продуло спину, рекомендуется обратиться к терапевту. Врач соберет анамнез и внимательно изучит жалобы. Особое внимание во время приема занимает пальпация болезненной области спины. Обязательно проверяется возможный объем движений в позвоночнике.

Иногда для уточнения диагноза могут назначить: общеклинические анализы крови, так как по уровню лейкоцитов и СОЭ можно определить активность воспалительного процесса; УЗИ мышц спины – для оценки состояния мягких тканей и исключения очагового процесса; ревматологические исследования крови.

Специалист при остром миозите назначит соблюдение постельного режима на протяжении 2-7 дней; использование ортопедических изделий для защиты воспаленной мышцы от неудачных движений – корсет, специальный пояс или воротник Шанца на шею; местное нанесение обезболивающих мазей или гелей – это препараты комплексного действия, в состав которых могут входить нестероидные противовоспалительные средства или местнораздражающие компоненты. Перед применением следует ознакомиться с инструкцией и изучить противопоказания. При сильной боли дополнительно могут назначать противовоспалительные средства в таблетках или в форме инъекций.

Чем лечить спину в домашних услови-

ях? Основной принцип первой помощи в домашних условиях – покой и сухое тепло на больное место. Для снятия избыточного напряжения можно применить легкий массаж с эфирным маслом. Движения должны быть очень осторожными и щадящими, без применения силы. Обезболивающий эффект существует у масел лаванды, можжевельника, мяты и шалфея. Для укрепления иммунитета рекомендуется обильное теплое питье, например, клюквенный или брусничный морс.

Не рекомендуется принимать горячую ванну; посещать баню или сауну; лечиться горячими компрессами; выполнять упражнения оздоровительной гимнастики или йоги. В острый период это может привести к усилению боли и развитию осложнений. Если через 1-2 суток лечения в домашних условиях вы не почувствуете эффекта, не затягивайте с посещением врача.

Для уменьшения риска переохлаждения и развития воспаления мышц спины рекомендуется одеваться с учетом погоды; не находиться в помещениях под направленным потоком воздуха из кондиционера или вентилятора; не ходить во влажной одежде: если вы вспотели после работы в жаркую погоду, желательно быстрее переодеться; «тренировать» мышцы и сосуды путем закаливания водой с постепенным снижением температуры, для этого подходить контрастный душ; периодически проводить курсы массажа мышц спины.



## КАКИЕ ТОВАРЫ ВЕРНУТЬ НЕЛЬЗЯ?

### ГРАМОТНЫЙ ПОТРЕБИТЕЛЬ

«Роскачество»

**Покупатель нередко сталкивается с ситуацией, когда товар приобретен, но пользоваться им по какой-то причине не хочется, или он объективно не отвечает задуманному применению. Что можно вернуть обратно в магазин?**

Если вы передумали, можно вернуть или обменять большинство качественных непродовольственных товаров, но при соблюдении нескольких условий: если упаковка не нарушена; с момента покупки прошло не более двух недель или товар сезонный; товар не является невозвратным.

Существует официальный Перечень непродовольственных товаров надлежащего качества, не подлежащих обмену, утвержденный постановлением Правительства РФ от 31 декабря 2020 г. №2463. В частности, в него входят товары для профилактики и лечения заболеваний в домашних условиях – предметы санитарии и гигиены из металла, стекла, резины, пластика, текстиля, включая лечебный трикотаж, и других материалов, инструменты, приборы и аппаратура медицинские, средства гигиены полости рта, линзы очковые, контактные линзы, предметы по уходу за детьми, лекарственные препараты, включая БАДы и витамины. Также не получится вернуть предметы личной гигиены – зубные щетки, расчески, заколки, бигуди для волос, парики, бритвенные принадлежности, инструменты для маникюра, педикюра, прочих косметологических процедур; парфюмерно-косметические товары – мыло, духи, лосьоны, дезодоранты, кремы, помады и другие средства по уходу за телом и декоративную косметику.

Не примут в магазинах текстильные товары – различные ткани, товары из нетканых материалов – ленты, тесьма, кружево и другие, отпускаемые на метраж;

кабельную продукцию – провода, шнуры, кабели; строительные и отделочные материалы – линолеум, пленку, ковровые покрытия и другие товары, отпускаемые на метраж.

Не подлежат возврату швейные и трикотажные изделия, относящиеся к группе бельевых; чулочно-носочные изделия; изделия и материалы, полностью или частично изготовленные из полимерных материалов и контактирующие с пищевыми продуктами – посуда и принадлежности столовые и кухонные, емкости и упаковочные материалы для хранения и транспортирования пищевых продуктов; товары бытовой химии – моющие средства, стиральные порошки, пятновыводители; пестициды и агрохимикаты.

Ювелирные изделия из драгоценных металлов и драгоценных камней, автомобили и мотовелотовары, прицепы; мобильные средства малой механизации сельскохозяйственных работ; технически сложные товары бытового назначения, на которые установлены гарантийные сроки не менее одного года, – электробытовые машины и приборы; бытовая радиоэлектронная аппаратура; бытовая вычислительная и множительная техника; телефонные аппараты; бытовое газовое оборудование и устройства также назад не примут. Полный перечень «невозвратных» товаров закреплен в указанном выше документе.

На возврат непродовольственного товара надлежащего качества, не внесенного этот список, покупателю дается 14 календарных дней, не считая дня покупки, при наличии документов, подтверждающих покупку, – чеков, квитанций, банковских выписок.

## САЛАТ ИЗ КУРИНЫХ ЖЕЛУДКОВ

### ВКУСНО ПОЕДИМ!

www.botanichka.ru

**Потребуется:** 1 кг куриных желудков; 150 г лука репчатого; 150 г моркови; 100 г соленых огурцов; пучок петрушки; растительное масло для жарки; коренья и специи для бульона.

**Для соуса:** 1 яичный желток; 100 г растительного масла без запаха; 1 ч. ложка лимонного сока; 1 ч. ложка горчицы; по 0,5 ч. ложки соли и сахара.

Для приготовления салата меньшего объема количество продуктов пропорционально уменьшаем.

**Приготовление:** тщательно промываем куриные желудки. Срезаем грубые пленки, жир. Промытые желудки кладем в большую кастрюлю, заливаем холодной водой – примерно 2 литра. Добавляем коренья и специи для бульона – чеснок, лук, морковь, лавровый лист, немного перца, солим по вкусу. Нагреваем до кипения. Готовим на тихом огне около двух часов. Но через час попробуйте, возможно, этого времени будет достаточно.

Пока варятся желудки, приготовим овощи. Морковь чистим, нарезаем тонкой соломкой. В сковороду наливаем 3 столовые ложки растительного масла для жарки, бросаем морковку, посыпаем солью. Обжариваем на небольшом огне до мягкости примерно 10 минут.

Репчатый лук нарезаем тонкими колечками. Жарим лук на растительном масле до прозрачного цвета. Можно посолить и добавить немного сливочного масла, лук приобретет карамельный цвет и получится очень вкусным.

Когда желудки сварятся до полной мягкости, откидываем их на дуршлаг. Остужаем и нарезаем мелкими кусочками. Перекладываем измельченное мясо в глубокую миску. Добавляем к нарезанным желудкам остывшие обжаренные лук и морковь.

Соленые или маринованные огурцы нарезаем небольшими кубиками, добавляем к остальным ингредиентам.

**Готовим соус.** В отдельную миску кладем сырой куриный желток, чайную ложку горчицы, насыпаем соль и сахар. По капле вливая рафинированное растительное масло, взбиваем до загустения. В конце добавляем лимонный сок и еще раз все хорошенько взбиваем. Получится густой соус-майонез – идеальная заправка для домашних салатов. Приправляем салат мелко нарезанной петрушкой и соусом.

Хорошо перемешиваем ингредиенты, даем салату настояться в течение часа в холодильнике.

Выкладываем салат в салатник, украшаем листиком петрушки, посыпаем молотым черным перцем и подаем на стол. Этот салат может быть и основным блюдом, он очень сытный и вкусный.

## ДЕЗИНФЕКЦИЯ ВАШЕГО ДОМА

### ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

cgon.rosпотреbnadzor.ru

**Зимой люди нередко болеют вирусными инфекциями. Домашние животные большую часть времени проводят в жилище. Значит, необходимо обеззараживать жилые помещения. Как правильно использовать дезинфицирующие средства в домашних условиях, чтобы гарантировать их эффективность и безопасность?**

Дезинфицирующие средства целесообразно использовать в туалете, ванной, на кухне для обеззараживания поверхностей, инвентаря, сантехоборудования, бытовых предметов.

Прежде всего, убедитесь, что средство действительно может быть использовано для дезинфекции. Для этого найдите номер свидетельства о государственной регистрации на этикетке. Убедившись в том, что средство является дезинфицирующим и его можно использовать, внимательно прочитайте этикетку, размещенную на упаковке. Обратите внимание на меры предосторожности и на способ его применения. От этого зависит безопасность и эффективность использования средства!

Чтобы обезопасить себя при применении средства, пользуйтесь влагонепроницаемыми перчатками, при необходимости, если об этом сказано в этикетке, – защитными очками. Во время

дезинфекции хорошо проветривайте помещение – откройте окна, включите вентиляцию в ванной комнате, на кухне. При неправильном использовании дезинфицирующего средства можно отравиться!

Чтобы средство было эффективно, применяйте его в соответствии со способом, указанным в этикетке. Способы применения могут быть разными: в виде готового раствора, в виде водного раствора определенной концентрации, с экспозицией 5 минут, 30 минут и так далее. Например, обработка твердых незагрязненных поверхностей и мебели требует меньшего времени дезинфекционной выдержки, чем обработка сантехники. Заниженные концентрации и экспозиции при дезинфекции приводят к неэффективному обеззараживанию, формированию возбудителей инфекций, устойчивых к действию антимикробных средств. Завышенные концентрации и экспозиции могут вызвать отравления, повреждение обрабатываемых объектов.

Если средство перед использованием нужно разводить водой, используйте воду комнатной температуры, слишком теплая или холодная вода может привести к инактивации действующих веществ либо к образованию токсичных газов.

Храните средство в недоступном для детей и домашних животных месте. При попадании средства на кожу, слизистые оболочки немедленно промойте их большим количеством воды.

## ЖИВАЯ ИЗГОРОДЬ

### СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

Римма Врубель

Эл. почта: WrubellRimma@mail.ru

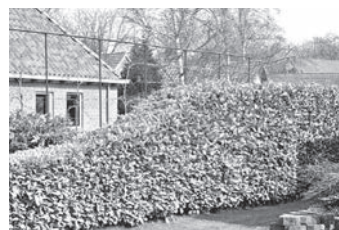
Тел.: 8-904-980-30-77

**Продолжаем обсуждать темы, которые будут актуальными в предстоящий садовый сезон. Несколько читателей задали вопрос о том, как обустроить изгородь садового участка. Зима – самое время выбрать подходящий вариант решения проблемы, чтобы весной приступить к работам.**

В последние годы стало модным каждый садовый участок обнести забором. Они бывают разными – дощатыми, из поликарбоната, высокими, чтобы не видеть соседей, и не очень, чтобы только обозначить границы. И незаметно ушли в прошлое живые изгороди, хотя они придавали участкам природную красоту. Так из каких же растений можно сделать живую изгородь?

Прежде всего, из боярышника. Этот кустарник достигает 2–3-метровой высоты, обильно цветет в конце весны – начале лета, обильно плодоносит. Плоды его имеют ярко-красную окраску, кисло-сладкого вкуса, обладают лечебными свойствами.

Этот кустарник – зимостойкий, засухоустойчивый и совершенно неприхотливый. Может расти и в тени, только плодоносить будет не так обильно, как на солнечной стороне. Прекрасно



переносит стрижку, а его колючие побеги создают непроходимую преграду для непрошенных гостей.

Идеально подходит для живой изгороди и барбарис – очень ветвистый кустарник высотой до 2,5 м с мощными, длиной до 2 см, колючками. Светло-желтые цветы собраны в свисающие кисти. Этот кустарник хорошо переносит уральские зимы, а также затенение, устойчив к заболеваниям и не поражается ржавчиной. Для создания плотной однородной живой изгороди высаживают 3–4 куста на 1 кв. метр, а при двухрядной посадке они располагаются в шахматном порядке с расстоянием между рядами в 45–50 см.

Ну, а разве можно обойтись без шиповника? Он также идеально подходит для живой изгороди. Куст способен быстро разрастаться в ширину, поэтому растения в качестве ограды высаживают на расстоянии 50 см друг от друга. Куст согласен на минимальный уход – удаление старых, слабых и поломанных веток. На их месте быстро появляются новые побеги, на которых формируются цветочные почки.

## СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Как молодцы  
мы были»

По просьбе читателя Сергея Анатольевича из Каменска-Уральского печатаем слова известной песни.

**Музыка Александры Пахмутовой,  
слова Николая Добронравова**

Оглянись, незнакомый прохожий,  
Мне твой взгляд неподкупный знаком.  
Может, я это, только моложе,  
Не всегда мы себя узнаем.

Припев:

Ничто на земле не проходит бесследно,  
И юность ушедшая все же бессмертна.  
Как молодцы мы были,  
Как молодцы мы были,  
Как искренне любили,  
Как верили в себя.

Нас тогда без усмешек встречали  
Все цветы на дорогах земли.  
Мы друзей за ошибки прощали,  
Лишь измены простить не могли.

Первый тайм мы уже отыграли  
И одно лишь сумели понять:  
Чтоб тебя на земле не теряли,  
Постарайся себя не терять.

В небесах отгорели зарницы,  
И в сердцах утихает гроза.  
Не забыть нам любимые лица,  
Не забыть нам родные глаза.

## О ПОДГОТОВКЕ К ПАВОДКАМ 2026 ГОДА

## ОФИЦИАЛЬНО

По поручению губернатора Свердловской области Дениса Паслера профильные министерства региона, подведомственные учреждения и руководители управленческих округов готовятся к прохождению паводков без последствий.

В Свердловской области определены 7 паводкоопасных направлений: бассейны рек Нейва-Синячиха-Реж-Ница, Пышма-Рефть, Тагил-Чёрная-Выя-Салда, Уфа-Серга-Артя-Ачит-Сарана, Чусовая-Ревда-Билимбай-Сухая-Утка-Дикая Утка, Исеть-Сысерть, Сосьва-Лозьва-Тавда-Тура. В зависимости от погодных условий начало паводков в регионе ожидается с последних чисел марта до первых дней июня. В зоне разлива рек могут оказаться населённые пункты 9 муниципальных образований.

В период предстоящего весеннего половодья главная задача – обеспечить безопасность людей, предупредить возможные чрезвычайные ситуации. К прохождению паводков специалисты готовятся заранее: проводят мониторинг паводкоопасных направлений, формируют необходимые резервы. Особое внимание будет уделено защите транспортной инфраструктуры и объектов жизнеобеспечения. Там, где это необходимо, проведут взрывные работы для предотвращения образования ледовых заторов и подтопления населённых пунктов.

Региональное министерство агропромышленного комплекса и потребительского рынка будет держать на контроле наличие продовольственных запасов в населённых пунктах, которые могут оказаться отрезанными из-за подтопления. Специалисты областного минздрава отвечают за формирование запаса лекарств и медицинских изделий, а также за круглосуточное дежурство в медорганизациях на паводкоопасных территориях. Управление автодорог Свердловской области обеспечит защиту мостов: от проведения взрывных и механических работ по ослаблению льда до дежурства бригад инженерно-технических работников.

КУДА ДЕВАТЬ  
НОВОГОДНЮЮ ЕЛЬ?

## К СВЕДЕНИЮ

Жители Свердловской области оформили в территориальных лесничествах покупку почти 13 тысяч елей и сосен, чтобы украсить дома к Новому году. После завершения праздников важно правильно утилизировать хвойные деревья.

«Прежде, чем отнести дерево на контейнерную площадку, с него нужно снять игрушки, мишуру, гирлянды. Важно не выбрасывать хвойные деревья в контейнеры для бытового мусора, их нужно оставлять в отсеке для крупногабаритных отходов», – сказал министр природных ресурсов и экологии Свердловской области Денис Мамонтов.

Региональные операторы готовы вывозить ели и сосны на перерабатывающие площадки, где деревья измельчают с помощью шрёдеров, а получившуюся щепу используют для различных технических нужд. Хвою используют для повышения кислотности почвы, улучшения аэрации грунта, а сухой хвойный покров на грядках эффективно защищает культурные растения от сорняков и вредителей.

Ещё один экологичный вариант – передача хвойных растений на фермы, в приюты для животных или зоопарки. Там деревья могут использовать в качестве корма или материала для обустройства вольеров.

Такая переработка и дальнейшее использование отходов соответствует задачам нацпроекта «Экологическое благополучие».

Департамент информполитики

ДИП

МИФЫ И ПРАВДА О ВАРИКОЗЕ.  
РАССКАЗЫВАЕТ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «АНГИО ЛАЙН»**Миф 1. Капсулы и таблетки могут избавить от варикоза.**

Современные препараты помогают снять симптомы болезни, но не направлены на избавление от варикозных вен. Пораженные вены не исчезают, а с течением времени увеличиваются и вызывают неприятные симптомы и тяжёлые осложнения.

**Миф 2. Мази и гели помогут вылечить варикоз.**

Использование всех «чудодейственных» мазей и гелей оказывает лишь легкое массажное действие на больные ноги. В них содержится ментол, который придает охлаждающий эффект, снижая выраженность симптомов. От прогрессирования и осложнений заболевания мазей нет.

**Миф 3. Вылечить варикоз можно с помощью пиявок.**

Гирудотерапия не может помочь в случае с варикозной болезнью. Основа слюны пиявки – гирудин, вещество, снижающее свертываемость крови. А она у вас повышенная? Более того, гирудотерапия опасна риском развития тяжёлых осложнений.

**Миф 4. Варикозные вены являются только косметической проблемой.**

Наличие варикозных вен приводит к тяжёлым нарушениям кровообращения, вплоть до некроза (омертвения) кожи и подкожных клетчатки, что называется трофической язвой. Ещё более опасными являются такие осложнения, как кровотечение из варикозных вен, тромбоз глубоких вен и др.

**Миф 5. Устранить варикозные вены можно только операцией в виде разрезов под наркозом с обязательной госпитализацией.**

Современные методы позволяют избавить человека от варикозных вен не прибегая к разрезам, выполняя только уколы. При этом не нужно не только ложиться в больницу, но и никаких постельных режимов – человек живёт обычной жизнью, иногда даже не требуется ношение компрессионного чулка. При этом эффективность таких методов абсолютная.

**Миф 6. Без операции можно устранить только маленькие венки.**

На самом деле, хирургу легче устранить вены большого диаметра – вплоть до 2-3 см. Самая большая вена, которую устранили без разрезов, имела диаметр 44 мм.

**Миф 7. За таким лечением нужно ехать далеко и надолго.**

Екатеринбург – один из лидирующих во флебологии городов нашей страны. Мы знаем и за рубежом благодаря традициям и современному опыту. Так, сотрудниками многопрофильного медицинского центра «Ангио Лайн», впервые в России проведены такие вмешательства, как радиочастотная облитерация (2007 г.), VenaSeal (2017 г.), у нас самый большой опыт в России применения Эхо-склеротерапии. В нашем арсенале все методы лечения варикоза, сертифицированные в нашей стране. Это значит, что хирург может подобрать сугубо индивидуальный эффективный вариант лечения.

Кроме того, до конца января в клинике действует спецпредложение: если после консультации флеболога вы решите пройти лечение варикозной болезни, вам вернется стоимость первичного приема! Эта сумма будет учтена в качестве скидки на операцию.

Если вы чувствуете тяжесть в ногах, отеки, судороги по ночам – не откладывайте визит к флебологу на потом. Записывайтесь на консультацию уже сегодня! Успейте воспользоваться выгодным предложением!

Запись на прием +7 (343) 304-63-46 [www.mc-angio.ru](http://www.mc-angio.ru)  
Екатеринбург, ул. 8 Марта, 86 (ост. Большакова), ул. Сиреневый бульвар, 8

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА

НАШ САЙТ: [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)  
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

подписной индекс: **П3196**

Подписаться можно в почтовых отделениях области с любого месяца  
Платеж через ПАО СБЕРБАНК – ИНН 6659037532

Общественно-политическое издание. Учредитель ООО «Исток», г. Екатеринбург, ул. Шуваловская, 2. Газета зарегистрирована 29.10.1999 г. в Уральском региональном управлении Госоценчаты РФ, рег. №Е-3276. Газета выпускается при финансовой поддержке Министерства цифрового развития РФ.

При перепечатке материалов ссылка на «Пенсионер» обязательна. В соответствии с законом РФ «О средствах массовой информации» редакция имеет право не отвечать на письма и не пересылать их в инстанции. Редакция может публиковать материалы, не разделяя точки зрения автора. Все товары и услуги, рекламируемые в номере, подлежат обязательной сертификации, цена действительна на момент публикации. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Решение о публикации или об отказе в ней принимается редакцией.

Адрес редакции и издателя: Россия, 620000,  
Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, оф. 602.  
Телефон: 8 977-211-21-00. E-mail: [ps@mediakrug.ru](mailto:ps@mediakrug.ru).

Сайт: [газетапенсионер.рф](http://газетапенсионер.рф)

Газета распространяется по подписке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена – договорная. Газета отпечатана в АО «Прайм Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. Н. Сдана номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 20.01.2026 г. Дата производства 20.01.2026 г.

Выход в свет 21.01.2026 г. Тираж 6 000 экз. Заказ 3806.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,

E-mail: [ps@mediakrug.ru](mailto:ps@mediakrug.ru)

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргиева

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки тел. 8 995-743-10-48

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

