ТВ
ПРОГРАММА
с 26 октября
по 1 ноября

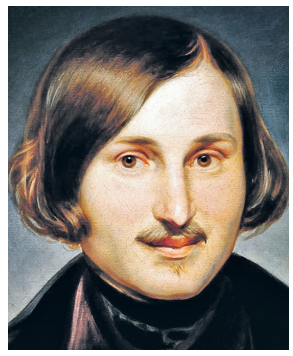
4 600848 566582 26043

ПенСионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

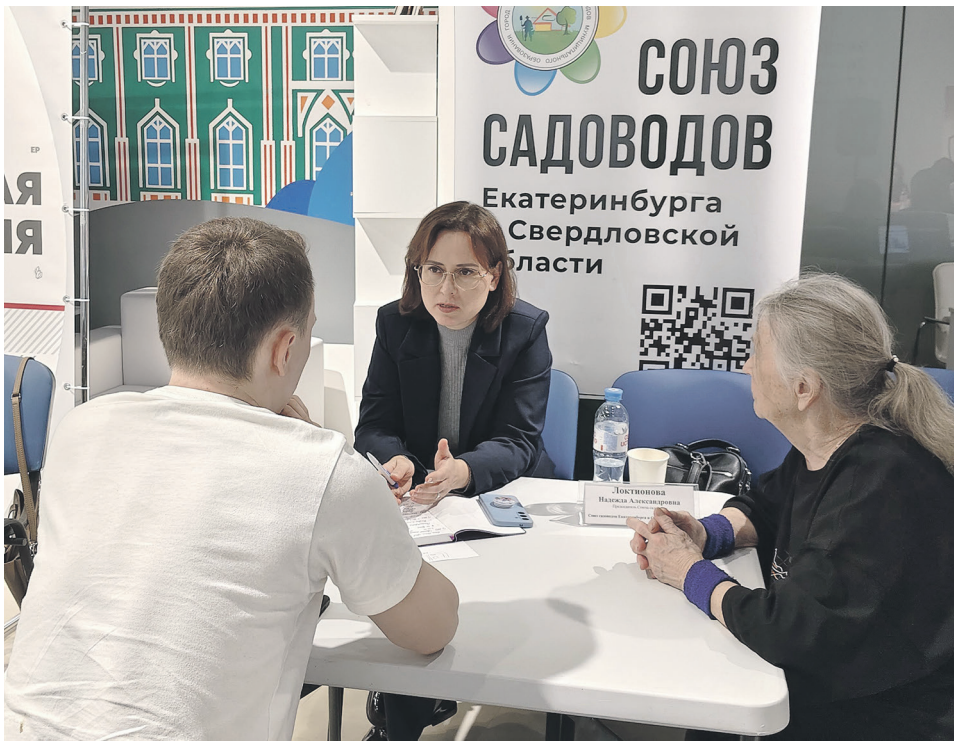
№ 43 (1325)
21 ОКТЯБРЯ 2026 г.

Человек, работающий на земле, чище, благороднее, выше и нравственнее...



Николай Гоголь

САДОВОДСТВО ПО ЗАКОНУ: СОВЕТЫ ЗНАТОКОВ



Подкаст «Территория СНТ» помогает садоводам навести порядок и разобраться в законодательстве.

У многих из нас есть свой уголок земли – шесть соток, где мы отдыхаем душой, выращиваем овощи, цветы и, честно говоря, проводим большую часть лета. А кто-то проживает на своей земле постоянно. Но за этой идиллией часто скрываются вопросы, от которых начинает болеть голова: то взносы непонятно куда ушли, то сосед забор сдвинул, то председатель новый, а порядка нет. Знакомо?

Вот об этом – о нашей жизни в садоводческих товариществах, о проблемах и радостях – теперь можно не просто поговорить на кухне, а послушать и посмотреть в уютном подкасте «Территория СНТ». Каждый выпуск – не сухая лекция, а живой разговор людей, которые знают дачную жизнь изнутри.

ОПЫТ, КОТОРЫЙ БЕСЦЕНЕН

Надежда Локтионова, председатель Союза садоводов Екатеринбурга и Свердловской области, как никто понимает чаяния садоводов: «В каждом товариществе много вопросов, которые требуют знаний – от правовых до сложных технических. Вопросы взаимоотношений сегодня также становятся во главу угла. Опыт, которым обладают некоторые председатели СНТ, очень востребован. Наша задача – дать широкому кругу садоводов возможность узнать об этом опыте, который на практике уже доказал свою эффективность».

И это правда. Нередко мы «варимся в собственном соку» и не знаем, как поступить правильно. А кто-то уже прошел этот путь и готов рассказать. Уникальная возможность!

СЕНТЯБРЬСКИЙ ВЫПУСК: ТЕПЛО РОДНОГО ДОМА

Особенно ценным получился один из последних выпусков. Надежда Локтионова приехала в гости к настоящей династии председателей – Наталье Евгеньевне и Нине Александровне Каргаполовым. Наталья Евгеньевна сейчас руководит товариществом «Керамик», а в 1990-х и начале 2000-х председателем была ее мама Нина Александровна.

Разговор шел не в студии, а за чашкой чая на даче. В неформальной обстановке, с искренними эмоциями и воспоминаниями, говорили о насущном: о том, как менялась жизнь в СНТ за эти годы, с какими трудностями садоводы сталкивались раньше и какие проблемы решают сейчас. Отдельно обсудили такую тему: как ревизионная комиссия может стать верным помощником председателя, а не источником конфликтов.

К СВЕДЕНИЮ

Федеральный закон «О ведении гражданами садоводства и огородничества для собственных нужд и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» от 29.07.2017 N 217-ФЗ, статья 20:

Контроль за финансово-хозяйственной деятельностью товарищества, в том числе – за деятельностью его председателя и правления товарищества, осуществляет ревизионная комиссия (ревизор).

К СВЕДЕНИЮ

Федеральный закон «О ведении гражданами садоводства и огородничества для собственных нужд и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации» от 29.07.2017 N 217-ФЗ, статья 20:

Ревизионная комиссия состоит не менее чем из трех членов товарищества. В состав ревизионной комиссии (ревизором) не могут быть избраны председатель товарищества и члены его правления, а также их супруги и их родители (усыновители), родители (усыновители), бабушки, дедушки, дети (усыновленные), внуки, братья и сестры (их супруги).

ВЗНОСЫ, СМЕТА И ДОВЕРИЕ

Поднимаются в подкасте и самые острые вопросы, которые волнуют каждого из дачников. Садоводы оплачивают взносы. Как убедить людей, что именно такая смета позволит сделать много полезного для товарищества? Как объяснить, что деньги не улетят на ветер, а пойдут на общее благо? Почему только сообща, всем миром, можно решить насущные вопросы – от ремонта дорог до подключения электричества? Гости студии говорят об этом и многом другом.

Союз садоводов Екатеринбурга при поддержке Фонда президентских грантов готовит выпуски подкастов один раз в месяц. Значит, у садоводов появляется постоянный источник полезных знаний и добрых советов.

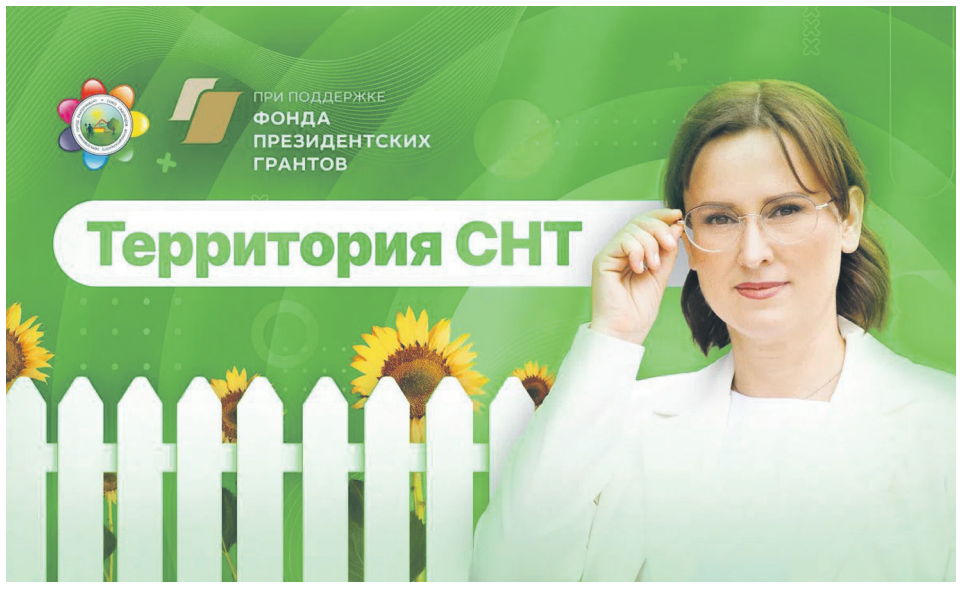
«Территория СНТ» – проект, который можно слушать или смотреть в любом удобном формате. Аудиоверсии доступны на Яндекс Музыке, видеоверсии – в социальной сети «ВКонтакте» в группе сообщества Союза садоводов Екатеринбурга и Свердловскойобласти: @sadovodekb. Это очень удобно: можно включить подкаст в дороге, когда готовишь обед или отдыхаешь после трудового дня.

Там же доступны записи выпусков первого сезона, где речь шла о юридических тонкостях и стратегии развития садоводческих товариществ, тогда гостями в студии были председатели СНТ Екатеринбурга и Свердловской области. Это настоящая «Школа управления СНТ», где учат не по учебникам, а по реальным историям и на жизненных примерах.

Не оставайтесь один на один со своими дачными заботами, берите лучшие практики на вооружение, делитесь опытом с соседями. Пусть ваш сад будет не только местом для труда, но и территорией мира, согласия и уюта.

Проект «Школа управления СНТ» реализуется Союзом садоводов Екатеринбурга и Свердловской области при поддержке Фонда президентских грантов.

Фото предоставлено автором



№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета

О финансах – просто: вебинары от Банка России

ИНИЦИАТИВА



... В прошлый вторник Анатолию Степановичу, 69-летнему пенсионеру из Первоуральска, позвонили из «службы безопасности банка». Голос в трубке был строгим. Молодой человек сообщил, что на имя Анатолия Степановича кто-то пытается оформить кредит. Чтобы не остаться в долгах, нужно было срочно перевести их на «безопасный счет». Пенсионер начал было собираться к банкомату, но его остановила внучка: «Это мошенники. Клади трубку».

Эта ситуация сегодня знакома почти каждому. Аферисты давят на страх за накопления и не дают времени подумать. Но обманывают не только по телефону. Ловушки прячутся в ярких рекламных баннерах, в заманчивых предложениях «выгодных вкладов», звонках от имени сотрудников Социального фонда или поликлиники.

Чтобы помочь старшему поколению чувствовать себя более уверенно, Банк России запускает бесплатные онлайн-занятия. С середины октября по 16 декабря пройдут 350 вебинаров в рамках проекта «Онлайн-занятия по финансовой грамотности для старшего поколения»: не скучные лекции, а короткие уроки по 30 минут, созданные специально для людей старшего возраста.

Подключиться можно из дома. Для участия нужны Интернет и электронная почта. Перед началом можно пройти опросник. Он подскажет, какой курс вам нужен. Базовый модуль подойдет новичкам. Продвинутый курс – для тех, кто уже уверенно пользуется смартфоном и онлайн-банком.

Темы занятий охватывают всю нашу финансовую жизнь. Слушатели узнают, как составить простой семейный бюджет, пользоваться кешбэком – банковским возвратом некоторой части потраченных средств, оформить наследство без чужих долгов и получить налоговый вычет за лечение. Отдельный блок посвящен безопасности: как переводить деньги по номеру телефона через систему быстрых платежей, что делать при ошибочном платеже, как распознать уловки телефонных мошенников. Чтобы получить сертификат от Банка России, достаточно присутствовать на уроке более 25 минут.

Записаться на вебинары Банка России можно на сайте: pensionfg.ru. Там размещено подробное расписание. Выбирайте тему, которая волнует именно вас, и нажимайте на кнопку регистрации.

Уральское ГУ Банка России
Фото: www.newsler.ru

Средства реабилитации выбирают сами

СОЦФОНД ИНФОРМИРУЕТ

Электронные сертификаты помогли свердловчанам приобрести уже более 75 тысяч средств реабилитации.

Сертификат позволяет гражданам самостоятельно выбирать и приобретать необходимые изделия с учетом индивидуальных потребностей и особенностей. С начала нынешнего года на эти цели отделение Соцфонда по Свердловской области направило свыше 2,5 млрд рублей.

Электронный сертификат – это платежный инструмент, привязанный к банковской карте «МИР». Он оформляется на технические средства реабилитации, предусмотренные индивидуальной программой конкретного гражданина. Он может использовать сертификат в магазинах и на онлайн-площадках, подключенных к системе, чтобы купить кресло-коляску, ортопедические изделия, слуховой аппарат, трость или любое другое средство реабилитации, предусмотренное программой.

При оформлении электронного сертификата средства не зачисляются на личный баланс гражданина, а при покупке выбранного им средства перечисляются напрямую продавцу. Списание идет с электронной записи.

«Наша задача – сделать меры поддержки максимально удобными и адресными. Электронный сертификат дает человеку свободу выбора и экономит время: не нужно ждать поставки. Средства поступают быстро, покупка становится простой и понятной», – подчеркнула управляющий отделением СФР по Свердловской области Елена Альшиц.

Оформить электронный сертификат, получить средства реабилитации или другие меры социальной поддержки можно через портал «Госуслуги», лично в МФЦ или в любой клиентской службе отделения Социального фонда России.

Если у вас остались вопросы, вы можете обратиться в единый контакт-центр: 8 (800) 100-00-01 (звонок бесплатный, круглосуточно).

Отделение СФР
по Свердловской области

Новые автобусы отправляются в путь

ДОСТОВЕРНО



Свердловская область продолжает обновлять общественный транспорт. По программе льготного лизинга Минтранса России через Государственную транспортную лизинговую компанию в регион поступили 25 новых автобусов. Всего в 2026 году по этому механизму планируется поставить 132 машины в пять муниципалитетов.

Обновление общественного транспорта стало одной из тем недавней встречи губернатора Свердловской области Дениса Паслера с министром транспорта России Андреем Никитиным. По данным министерства транспорта и дорожного хозяйства Свердловской области на 1 октября, в Краснотурьинск поступили 3 автобуса, в Верхнюю Пышму – 6, в Екатеринбург – 16. Всего по этой программе уральская столица должна получить 105 машин. Еще 12 автобусов предусмотрены для Ревды и 6 – для Каменска-Уральского.

Параллельно Свердловская область обновляет транспорт по программе льготного лизинга Минпромторга России. В 2026 году предусмотрена поставка 55 автобусов: 25 уже поступили в Екатеринбург, Богданович, Заречный и Качканар; еще 30 машин до 1 ноября ожидают в Нижнем Тагиле.

Кроме того, по решению губернатора Свердловской области из областного бюджета на обновление автобусного парка в 2026 году направлено 300 млн руб., на эти средства закупают 47 автобусов для 16 муниципалитетов.

К 2030 году доля автобусов и другого общественного транспорта, срок эксплуатации которого не превышает нормативный, в регионе должна составить не менее 85%.

Департамент информполитики

Подписка на «Пенсионер»: и дома, и в редакции

ВАЖНО!

Друзья газеты активно пользуются современным способом подписки, который мы предложили освоить в предыдущих номерах издания. И удобно, и быстро, и экономия средств.

Спасибо всем, кто уже выписал «Пенсионер» на первое полугодие 2027 года с помощью QR-кода. Данные каждого подписчика поступают в редакцию, без свежих номеров не останется никто.

Тем, кто по какой-то причине не воспользовался этой возможностью, предлагаем присоединиться к акции. Пенсионерам, владеющим навыками оплаты услуг через приложение банка в личном смартфоне, сделать это будет нетрудно. А тем, у кого такой возможности нет, необходимо попросить помощи у родных и близких. Оплата услуги через смартфон займет у них не более минуты.

Подписка на газету «Пенсионер» с помощью смартфона на первое полугодие 2027 года составляет 900 рублей.

Последовательность действий:

• Зайти в онлайн-приложение вашего банка, открыть сканер QR-кода и навести на QR-код, который указан в этом тексте.

• Этот код переведет вас на страничку компании ООО «Истоки» – издателя нашей газеты. В назначении платежа ввести: за подписку газеты «Пенсионер» на первое полугодие 2027 года, указать свой адрес, куда будет доставляться издание, свои фамилию, имя, отчество. Нажать «продолжить».

• Ввести сумму – 900 рублей, нажать «оплатить».



После завершения электронной подписки желательно позвонить в редакцию и сообщить о том, что вы подписались. Это нужно, чтобы мы проконтролировали правильность данных, по которым будем доставлять свежие номера газеты. Звоните по тел. +7 995 743-10-48, в рабочие дни с 10 до 12 часов.

Внимание! По просьбам читателей из Екатеринбурга редакция организует и подписку за наличную оплату. Приходите в редакцию в понедельник-среду с 10 до 14 часов по адресу: ул. Антона Валека, 15, на лифте поднимайтесь на 5-й этаж и позвоните по указанному выше телефону. Вас встретят!

Редакция
Фото Анастасии Глобы

«ПРЕДБЕДНЫЕ»: новый статус или старая уловка?

МНЕНИЕ

Татьяна Ковалева

На днях в соцсетях вышла вроде бы аналитическая статья: «Предбедные в России: почему миллионы живут от зарплаты до зарплаты». Так столичные аналитики открыли для нас новый статус – «предбедные». Звучит, как диагноз. Давайте разберемся, что это такое? Что думают наши читатели? Действительно ли многие из нас стоят на пороге нищеты?



От свиньи-копилки ушки

Почитаем, что пишут об этом аналитики ресурса Finance Mail: «Десятки миллионов жителей страны вынуждены жить от зарплаты до зарплаты. В России по-прежнему велика доля людей, находящихся в состоянии «предбедности». Их заработок лишь формально превышает официальный прожиточный минимум, который, по данным Росстата, во втором квартале 2026 года достиг 17 816 рублей. Из-за отсутствия финансовой подушки безопасности такие граждане крайне уязвимы перед любыми экономическими потрясениями, будь то резкий рост цен или всплеск безработицы».

– Доход таких семей может незначительно превышать границу бедности, покрывая основные текущие нужды, но формировать подушку безопасности таким людям не из чего, – говорит психолог Татьяна Каштанова. – Потеря работы или необходимость оплатить лечение способны в одночасье перевести такую семью из категории небогатых в число малоимущих.

Заместитель генерального директора Ассоциации развития финансовой грамотности Ирина Маслова считает, что нельзя сводить разговор о финансовой уязвимости только к уровню доходов:

– Финансовая грамотность и финансовая культура сами по себе не компенсируют крайне низкую зарплату, рост обязательных расходов или потерю работы.

Точную численность «предбедных» назвать невозможно из-за отсутствия четких критериев. Для оценки можно взять граждан с доходами от одной до полутора величин прожиточного минимума и сопоставить эти данные со сведениями о накоплениях. По информации Центробанка, о наличии сбережений сообщают 51% домохозяйств. Однако оставшиеся 49 % нельзя автоматически считать «предбедными», ведь отсутствие накоплений встречается и у людей с довольно высокими доходами. Есть такая категория людей, которым деньги «жгут руки»: все, что попадает в кошелек или на банковскую карту, они тут же тратят. И сами не заметят, как от финансовой подушки останутся свиньи-копилки ушки.

А старшее поколение еще помнит, что случилось 35 лет назад с накоплениями их родителей. Инфляция, денежная реформа – и все сгорело. Так что жить от зарплаты до заплаты и от пенсии до пенсии нам, увы, не привыкать.

«От получки до получки мне выкручивали ручки»

– Так шутил мой муж-инженер, когда в 1990-е я сидела в декретном отпуске то с первым, то со вторым ребенком. Мы вчетвером жили на одну его зарплату в заводском поселке, куда уехали по распределению с дипломами УПИ, – вспоминает нынешняя пенсионерка из Нижнего Тагила Татьяна Валентиновна Сенина. – После студенческой стипендии этих денег на питание нам хватало. Но если захотелось мне, скажем, новую куртку купить, муж говорил: «Выйдешь на работу и купишь».

Считали мы себя тогда бедными? Да с какой стати! Жили, как все. Детей поднять, выучили. Мятежное было время, но не унылое. А кто такие «предбедные», не знаю, впервые слышу. Взрослые дети сейчас работают не от получки до получки, а на себя. У них семейный бизнес. Пенсию я получаю 27 тысяч, муж работает. По 10 тысяч рублей в месяц откладываем на билеты. Дождемся мирной жизни – проведаем младшую дочь с внучками в Греции.

«Я такого статуса не знаю»

***Елена Степановна Самохина**, 65 лет, Екатеринбург:*

– Предбедные? Нет, такого статуса не знаю. Много лет подрабатываю в Росстате. Могу провести ликбез, что такое «потребительская корзина», как рассчитывается прожиточный минимум. Одного не представляю – как на эту сумму можно прожить? Даже с учетом того, что прожиточный минимум пенсионера в 2026 году установлен на уровне 16125 рублей, а средняя пенсия по Свердловской области – около 26570 рублей. На десятку выше прожиточного минимума, но попробуйте в эту сумму уложитесь! А ведь у кого-то пенсия – всего 18 тысяч или меньше...

Знаете, что удивляет в наших людях? Да, они жалуются на плохое здоровье и высокие цены, ругают чиновников за маленькую пенсию. Отдают половину этой пенсии за услуги ЖКХ, потому что живут в просторных квартирах, при этом коммунальные льготы рассчитываются по нормативам. Многие с весны до осени горбатятся на дачах и с этого живут. Но никто не считает себя нищим! Кому-то гордость не позволяет. А кто-то считает, что экономить на всем – норма. Я их понимаю, но не представляю, как бы мы с мужем-пенсионером жили на одну пенсию. Оба по-прежнему работаем. И если сложить наши пенсии и заработок, получится около 80 тысяч на двоих в месяц. И жить можно, и детям с внуками помогаем.



Жизнь взаймы

Эксперты тревожатся: в первом полугодии текущего года реальные денежные доходы работающих россиян выросли всего на 1,2 %, для сравнения – в первой половине 2025 года они увеличились на 9 %. Что сейчас тормозит рост доходов? Ссылаются на низкую производительность труда, которая не позволяет бизнесу повышать зарплаты. И высокую закредитованность граждан, достигающую 28 % от их совокупных доходов.

Постойте! Давно ли нас с вами убеждали из каждого утюга: весь мир живет в кредит. Живите здесь и сейчас! А ныне авторы исследования сетуют: 60 % россиян не могут купить крупную бытовую технику без кредита. У них нет сбережений, многие с трудом дотягивают до очередной зарплаты. Их жизнь лишена простых радостей...

– Мы с женой, когда были помоложе, чуть не развелись из-за этих «простых радостей», – смеется Сергей Петрович Филиппов из Богдановича (67 лет, подрабатывает сторожем). – То ей холодильник новый подавай, хотя старый еще фурычит. То на мебель берет кредит. То на море, мол, давай все бросим и поедем. А если жаль на это денег, то я – скупой, а она – несчастная... Кому-то выгодно, чтобы мы чувствовали себя убогими? По мне, так это банкирам, которым нужно, чтобы мы им деньги на хранение несли, а они бы их кому-то в кредит давали. Я рассчитываю только на себя!

Вместо вывода

Никто из опрошенных читателей «Пенсионера» не признал себя ни бедным, ни предбедным. На вопрос о дальних поездках и походах в театр отвечали тоже вопросом: «А картошку кто копать будет, а закрутки делать? А внуки к кому на каникулы поедут?».

Правда – в том, что именно пенсионеры, которых статистика записывает в уязвимые категории, нередко живут стабильнее молодых. Не потому, что богаче, а потому, что умеют работать, жить по средствам, чинить вместо замены и выращивать вместо покупки.

А вы что об этом думаете, уважаемые читатели? Пишите нам! Рассказывайте о своей домашней бухгалтерии. Ваш опыт дороже золота.

Рис. Сергея Корсуна, Валентина Дружинина

№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета

ЕСЛИ ДОМ ВНЕЗАПНО СТАЛ КРЕПОСТЬЮ…

МИЛОСЕРДИЕ

Марина Блинова

Мы продолжаем серию публикаций о современных подходах к организации социальной работы. Судя по отзывам читателей, много из того, что мы уже обсудили на страницах газеты, было им неизвестно, хотя с соцработой все пенсионеры сталкиваются постоянно.



СИСТЕМА ДОЛГОВРЕМЕННОГО УХОДА – ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Система долговременного ухода (СДУ) была запущена в пилотном режиме в 2018 г. в шести регионах, с 2024 г. она действует во всех регионах России.

Суть СДУ – помочь пожилым людям или людям с инвалидностью, которые частично или полностью утратили способность к самообслуживанию, оставаться дома, а не в специализированном пансионате. Государство берет на себя организацию ухода за такими людьми: к человеку приходит социальный работник или сиделка, которые помогают с гигиеной, приемом пищи, покупкой продуктов и лекарств.

Оценка нуждаемости – самый важный этап. Специалисты комплексного центра социального обслуживания приходят домой к нуждающемуся в уходе человеку, оценивают, насколько человек самостоятелен: может ли сам встать с кровати, покушать, сходить в туалет… На основе этой оценки составляется индивидуальная программа ухода. Тем, чей доход ниже определенного уровня, для некоторых других категорий граждан услуги предоставляются бесплатно. Если доход человека выше, часть услуг для него может быть платной, но по государственным тарифам, которые гораздо дешевле помощи частных сиделок.

НЕ ПУТАТЬ С ПОМОЩЬЮ СОЦРАБОТНИКА

Соцработников, которые помогают пенсионерам и инвалидам, никто не отменял. Система долговременного ухода – иная структура. В программу входят социально-бытовые услуги: помощь в приеме и приготовлении пищи, передвижении, выполнении санитарно-гигиенических процедур – купание, смена подгузников и прочее; социально-медицинские услуги: помощь в приеме лекарств, выполнении медицинских рекомендаций, проведении лечебной физкультуры; коммуникативные услуги: общение с человеком, обучение его пользоваться техническими средствами реабилитации, содействие общению с родственниками.

Важный момент – в перечне СДУ нет услуг, которые обычно выполняют социальные работники: уборка жилья, покупка продуктов и так далее. И настаивать на том, чтобы сиделка, которая ухаживает за немощным человеком в рамках СДУ, регулярно мыла пол, нельзя. Бесплатные услуги по программе долговременного ухода ограничены. Максимальный пакет – 28 часов в неделю. Он предоставляется тем, кому установлен 3-й уровень нуждаемости. Максимум при 2-м уровне нуждаемости – 21 час, при 1-м – 14 часов.

С ЧЕГО НАЧАТЬ

Если вы понимаете, что вам требуется помощь именно в рамках СДУ, алгоритм действий таков: подать заявление в комплексный центр соцобслуживания населения по месту жительства, позвонив по телефону. Это может сделать сам нуждающийся или его родственник. Повторю, специалисты КЦСОНа должны прийти к вам домой, чтобы оценить состояние вашего здоровья и бытовые условия.

Если родственники сами ухаживают за лежачими больными, они могут бесплатно пройти обучение: как правильно переворачивать человека, чтобы не было пролежней, как пользоваться техническими средствами реабилитации – ходунками, функциональными кроватями, как не «выгореть» самому…

Если вы не знаете, в какой именно центр следует вам обратиться, можно уточнить по Единому социальному телефону Свердловской области:

8 (800) 300-81-00

ПОДДЕРЖКА НА КАЖДОМ ЭТАПЕ

Если соцработник замечает, что подопечному стало хуже, он оперативно передает информацию в поликлинику. Медики могут направить пациента в систему ухода, если видят, что после выписки из больницы человек не сможет справляться с бытовыми вопросами самостоятельно. Специалисты оценивают не диагноз, а реальные возможности: может ли человек самостоятельно держать ложку, пересаживаться с кровати на стул, контролировать свои действия.

Плюсы программы СДУ очевидны, но система еще находится в стадии становления. Главная проблема – нехватка квалифицированных кадров. Профессия помощника по уходу требует и терпения, и специальных знаний, поэтому государство активно инвестирует в обучение персонала. Расширяется и перечень технических средств реабилитации, которые можно получить во временное пользование через пункты проката при КЦСОНах.

Система долговременного ухода – попытка изменить отношение общества к старости и инвалидности. Переход от «дожития» к «активному долголетию», когда и при серьезных ограничениях здоровья человек сохраняет достоинство, возможность оставаться частью социума, находясь в безопасности и комфорте собственного дома. Для многих семей это единственный способ сохранить привычный уклад жизни, не превращая уход за близким в непосильную ношу, разрушающую здоровье всех членов семьи.



КАМНИ ПРЕТКНОВЕНИЯ

Процесс внедрения СДУ по территориям идет неравномерно. В сельской местности или в малых городах за одним соцработником могут числиться 5-6 подопечных. Не ко всем он может зайти каждый день.

По регламенту СДУ сиделка должна проводить гигиенические процедуры. На деле: «Я не буду его мыть, у меня спина болит, я не умею, это не входит в мои обязанности». В итоге лежачий больной остается неухоженым, а соцработник просто приносит продукты из магазина, что формально закрывает «уходовую» отчетность.

К сожалению, встречается и имитация ухода. Если у пожилого человека есть прописанные с ним взрослые дети, соцзащита нередко отказывает в услугах сиделки. Аргумент: «Есть родственники, которые и должны ухаживать».

Согласно СДУ, таким подопечным должны выдавать средства реабилитации – функциональные кровати, противопролежневые матрасы. Часто их «нет в наличии» годами. Семья покупает все сама, а когда через два-три года подходит очередь, больному это, увы, уже может не требоваться…

Фразы «в пределах выделенного финансирования», «с учетом кадрового состава» позволяют органам соцзащиты отказывать в помощи. Нет сиделок – не нарушение закона, а «отсутствие технической возможности».

Сказывается и отсутствие персональной ответственности соцработника: если он не пришел или оказал услугу некачественно, максимум, что ему грозит, – выговор от руководства. Уволить его сложно, так как кадров нет. Суды по поводу нарушений договора СДУ – редкость, у людей, ухаживающих за больными, просто нет времени на суды.

СДУ – не сервис, который «приходит и спасает», а ресурс, который нужно «отвоевывать». Система настроена на обслуживание тех, кто знает свои права и готов их отстаивать. Надеемся, что разъяснения помогут нуждающимся в подобной помощи государства отстаивать свои права.

фото: egov-buryatia.ru

ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00, 17.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.25 ПОДКАСТ.ЛАБ 16+
11.45 Д/Ф «СПАРТАК МИШУЛИН. «ОН ОБЕЩАЛ ВЕРНУТЬСЯ» 12+
12.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
13.45, 14.15, 16.45, 17.15, 22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ 16+
21.45 Т/С «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» 16+

РОССИЯ 1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ 12+
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 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ХУДОЖНИК» 16+
23.35 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЁВЫМ 12+

НТВ

08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 12+
08.25, 10.35 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ТВЕРСКАЯ» 16+
22.15 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+

МАТЧ ТВ

09.00, 11.00, 14.40 НОВОСТИ
09.05, 21.00 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05 ПО ДОМАМ. С. ПЕСЬЯКОВ 12+
11.25 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС. Э. МОРАЛЕС ПРОТИВ И. Д. ЧИ. БОЙ ЗА ТИТУЛ ЧЕМПИОНА МИРА. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ США 16+
12.40 ФУТБОЛ. АЛЬФА-БАНК РОССИЙСКАЯ ПРЕМЬЕР-ЛИГА. ОБЗОР ТУРА 6+
13.45 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА. ОЛИМПИЙСКОЕ НАСЛЕДИЕ 12+
14.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
14.45 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
15.55 БОКС. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. ЖЕНЩИНЫ. ФИНАЛЫ.
17.55 ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
20.00 СПОРТ.ДОК. А. КАРЕЛИН 12+
21.25 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. «ЗЕНИТ» (САНКТ-ПЕТЕРБУРГ) - «ЕНИСЕЙ» (КРАСНОЯРСК).

КУЛЬТУРА

07.20 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 16+
07.50 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
08.30 Д/С «ПЕРВЫЕ В МИРЕ» 16+
08.50 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТ КОЖУ» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15, 00.50 XX ВЕК 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. АРТ 16+
13.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
13.30 ОСТРОВА 16+
14.10, 22.30 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
15.30 АГОРА 16+
16.30 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+
17.15 БОЛЬШЕ, ЧЕМ ЛЮБОВЬ 16+
18.00 ФАКУЛЬТЕТ ИСТОРИИ 16+
19.00 УРОКИ РУССКОГО. ЧТЕНИЯ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.05 М 16+
21.00 ПОД КРЫШЕЙ 16+
21.45 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА. 16+

Домашний

06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 16+
08.20, 02.50 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.30 Д/С «ПРОСТИ МЕНЯ…» 16+
11.40 Д/С «БЕДУ ОТВЕДУ» 16+
12.50 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.25 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.00 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.35 Х/Ф «СНЕЖНЫЙ ПАПА» 16+
19.00 Х/Ф «В ПЛЕНУ ЗАПРЕТНЫХ ЧУВСТВ» 16+
23.20 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+

МИР

06.15 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+
07.05, 10.20 Т/С «КРИК СОВЫ» 16+
10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
10.10 БЕЛОРУССКИЙ СТАНДАРТ 12+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
14.10 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ 16+
15.05, 20.35 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ 16+
16.15, 18.20 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ЯБЛОКО РАЗДОРА 16+
18.50 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ДЕНЬГИ ВЕРНИТЕ! 16+
21.25 Х/Ф «ВОР» 16+
23.20 Х/Ф «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ» 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15 Д/С «БИТВА ОРУЖЕЙНИКОВ» 16+
11.15 Д/С «АРХИВЫ ПОЛИТБЮРО» 16+
13.40, 15.40, 17.10 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
19.10 СКРЫТЫЕ УГРОЗЫ 16+
20.50 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
22.35 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.05 ГЕРОИ СРЕДИ НАС 16+
23.45 Х/Ф «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША» 12+

ТВ Центр

08.20 СМЕХ, ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
08.55 Х/Ф «РОМАН С СЕКРЕТОМ» 16+
10.55 ГОРОДСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 СОБЫТИЯ 12+
11.55 Х/Ф «МОИ ЗВЕРИ» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 12+
16.55 АКТЁРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.10, 20.05 Х/Ф «ЦЫГАНОЧКА» 16+
22.40 10 САМЫХ… 16+

СПАС

07.00, 14.10, 02.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10, 01.30 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
08.40 ГЛАВНОЕ. С АННОЙ ШАФРАН. НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+
10.05 ЦЕРКОВЬ И МИР 0+
10.30, 11.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
11.30, 21.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
12.00 РУССКОЕ КЛАДБИЩЕ ПОД ПАРИЖЕМ. К. КОРОВИН 12+
13.05 ПАЛОМНИЦА 12+
14.20 Д/Ф «ИВЕРСКАЯ ИКОНА БОЖИЕЙ МАТЕРИ» 0+
14.55 СВЕТ НЕУГАСИМЫЙ. АНИМАЦИОННЫЙ ФИЛЬМ 0+
15.25 СЕМЕЙНАЯ ЛИНИЯ С НАТАЛЬЕЙ МОСКВИТИНОЙ 12+
16.05 Х/Ф «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ» 0+
17.25 Х/Ф «АЗБУКА МОРЗЕ» 16+
19.15 Х/Ф «РОСА» 0+
21.30 Д/Ф «ИОАНН ИМЯ ЕМУ» 12+
23.35 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 0+

5 канал

09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
06.20 Т/С «ЗАКОН ТАЙГИ» 16+
07.05, 08.00, 09.30, 10.15, 11.10, 12.05 Х/Ф «ЗАКОН ТАЙГИ-2» 16+
08.05 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
08.40 ДАВАЙ РАЗБЕРЕМСЯ! 12+
13.30, 14.20, 15.15, 16.05, 17.30 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+
18.20, 19.15, 20.00 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+
23.05 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+

ТНВ

08.00, 17.00, 19.10, 22.20 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 19.35 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
09.50 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00 НОВОСТИ 16+
12.05, 23.10, 04.20 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». РАУШАН ШАРИПОВ 16+
13.05 «ПАНОРАМА» ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
17.30 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
18.20 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». РУСТЕМ ВАЛИЕВ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
21.55 «ГОРЯЧИЙ КАЗАН» 6+

ОТВ

06.00, 09.00, 10.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 23.30 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
11.00 ЗАВТРА НЕ УМРЁТ НИКОГДА 16+
11.30, 16.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
12.00 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
12.20 НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
12.40 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
13.00, 16.30 ДНК РОССИИ 12+
13.30 ЛЕКЦИИ П. КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА» 12+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «БАЛЛАДА О ЛЮБВИ» 16+
15.00 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
15.25 НОВОСТИ ТМК 12+
15.45 ВЕСТНИК КОРПОРАЦИЙ 16+
17.10 Д/Ф «СОВЕТСКИЕ МАФИИ. ПИРАТЫ ЮЖНОГО ПОРТА» 16+
18.00, 21.30 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2 16+
18.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
18.50 КХЛ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ. АВТОМОБИЛИСТ (ЕКБ)-БАРЫС (АСТАНА) 16+
22.30 СОБЫТИЯ 16+

ОТР

06.30 РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ 12+
07.15 ПОЧИТАЕМ! 16+
07.25 Х/Ф «ИГРА В ПРАВДУ» 16+
09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
09.30 СВЕТ И ТЕНИ 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35, 18.40 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05, 14.10, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ 18+
13.00 Д/Ф «ДРЕВНИЕ ЦИВИЛИЗАЦИИ АЗИИ» 16+
17.10 Х/Ф «СДАЕТСЯ ДОМ СО ВСЕМИ НЕУДОБСТВАМИ» 12+
19.00 ОЧЕВИДНО. ВЕРОЯТНО 12+
19.40 НОВОСТИ СОВЕТА ФЕДЕРАЦИИ 12+
22.15 Х/Ф «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» 16+
23.50 Х/Ф «ПЕЙЗАЖ ПОСЛЕ БИТВЫ» 16+

РЕН ТВ

08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО 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+
15.00 ДИКИЙ, ДИКИЙ МИР 16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
20.40 Х/Ф «ЗАПАДНЯ» 16+
23.25 Т/С «СПЕЦЫ» 16+

ВТОРНИК, 27 ОКТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00, 17.00 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 16+
21.45 Т/С «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» 16+

РОССИЯ 1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ 12+
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 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ХУДОЖНИК» 16+
23.35 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЁВЫМ 12+

НТВ

06.25 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 12+
08.25, 10.35 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ТВЕРСКАЯ» 16+
22.15 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+

МАТЧ ТВ

08.00 ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТА 12+
09.00, 11.00, 14.40 НОВОСТИ
09.05, 19.05, 22.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 11.05, 14.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. АСА. ГЛЕБ ХАБИБУЛИН ПРОТИВ АЛЕКСАНДРА ГРОЗИНА. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ОМСКА 16+
12.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. ОБЗОР ТУРА 6+
13.45 ГЕРОИ МЕЛЬБУРНА. А. ВОРОБЬЁВ 12+
14.45 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
15.55 ТЯЖЁЛАЯ АТЛЕТИКА. ЧМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КИТАЯ
18.00 Д/Ф «СПАРТАКИАДА СИЛЬНЕЙШИХ. ПУТЬ К ОЛИМПУ» 12+
19.45 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «ФАКЕЛ» (ВОРОНЕЖ) - «АХМАТ» (ГРОЗНЫЙ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
22.15 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «КРАСНОДАР» - «ДИНАМО» (МОСКВА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

07.20 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 16+
07.50 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.50 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТ КОЖУ» 16+
10.00, 12.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15 XX ВЕК 16+
11.50 Х/Ф «ПАССАЖИР» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КНИГИ 16+
13.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
13.30, 20.05 М 16+
14.10, 22.30 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
15.30 КРИСТАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.45 САТИ. НЕСКУЧНАЯ КЛАССИКА 16+
16.30 Д/С «КОЛЛЕКЦИЯ» 16+
17.15 КОНЦЕРТ У СТЕН КАЗАНСКОГО ХРАМА В ВЫРИЦЕ 16+
18.15 Д/Ф «ИСТОРИЯ ОДНОГО ДОМА. МАСТЕРСКАЯ ВРЕМЕНИ» 16+
19.00 УРОКИ РУССКОГО. ЧТЕНИЯ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.45 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 12+
21.00 ИСКУССТВЕННЫЙ ОТБОР 16+
21.45 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+

Домашний

06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.05 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 16+
08.05 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.20 Д/С «ПРОСТИ МЕНЯ…» 16+
11.30 Д/С «БЕДУ ОТВЕДУ» 16+
12.40 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.15 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
13.50 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.25 ТВОЙ ДОМАШНИЙ ДОКТОР 16+
14.40 Х/Ф «ВЕРНУТЬ ЖИЗНЬ» 16+
19.00 Х/Ф «В ПЛЕНУ ЗАПРЕТНЫХ ЧУВСТВ» 16+
23.30 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+

МИР

06.15 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+
07.20, 10.10 Т/С «КРИК СОВЫ» 16+
10.00, 13.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
14.10 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ 16+
15.05, 20.35 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ 16+
16.15, 18.20 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ЯБЛОКО РАЗДОРА 16+
18.50 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ДЕНЬГИ ВЕРНИТЕ! 16+
21.25 Х/Ф «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ» 16+
23.20 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ» 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 20.50 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.15, 12.05 Д/С «ТАЙНЫЕ АРХИВЫ» 16+
13.40, 15.45, 17.10 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
19.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
22.35 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.05 ГЕРОИ СРЕДИ НАС 16+

ТВ Центр

08.10 ДОКТОР И… 16+
08.35 Х/Ф «РОМАН С СЕКРЕТОМ» 16+
10.35, 05.15 Д/Ф «КАБАЧОК» ЭПОХИ ЗАСТОЯ» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 СОБЫТИЯ 12+
11.55 Х/Ф «МОИ ЗВЕРИ» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 12+
16.55 АКТЁРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.15, 20.05 Х/Ф «ЦЫГАНОЧКА» 16+
22.35 ЗАКОН И ПОРЯДОК 16+
23.05 Д/Ф «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ» 16+

СПАС

07.00, 13.55 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
07.25, 14.05 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
09.25, 11.30, 21.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
10.30, 11.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
12.00 РУССКОЕ КЛАДБИЩЕ ПОД ПАРИЖЕМ. МАТЬ МАРИЯ (СКОБЦОВА), ФИЛОСОФ НИКОЛАЙ БЕРДЯЕВ 12+
12.55 ОТЕЦ И ДЕТИ 0+
15.25 СЕМЕЙНАЯ ЛИНИЯ С НАТАЛЬЕЙ МОСКВИТИНОЙ 12+
16.05 Х/Ф «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ» 0+
17.30 Х/Ф «МОРЕ ЗОВЕТ» 6+
19.25 Х/Ф «ДЕЛО № 306» 12+
21.30 Д/Ф «ЗАПУСТЕВШАЯ ОБИТЕЛЬ АПОСТОЛА» 0+
22.55 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 0+
23.55 ПОЛЕ БИТВЫ 16+

5 канал

07.00, 07.35 СТРОЙНАДЗОР 16+
08.05 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
08.40 ДАВАЙ РАЗБЕРЕМСЯ! 12+
09.00, 13.00, 17.00, 00.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Х/Ф «ЗАКОН ТАЙГИ-2» 16+
13.30, 14.20, 15.15, 16.05, 17.30 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+
18.20, 19.15, 20.00 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+
23.05 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+

ТНВ

08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20, 23.10 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+
09.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
10.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
10.30, 17.30, 19.35 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05, 21.25 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
13.05 «ПАНОРАМА». ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
20.00 НАРОД МОЙ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+

ОТВ

07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.30, СОБЫТИЯ 16+
09.00, 10.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
12.30, 15.30, 20.30, 23.00, СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
08.30 ЗАВТРА НЕ УМРЁТ НИКОГДА 16+
11.00, 16.30, 21.00 ДНК РОССИИ 12+
11.30, 16.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 18.00, 23.20 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «ВЯЧЕСЛАВ ТИХОНОВ. ДО ПОСЛЕДНЕГО МГНОВЕНИЯ» 16+
17.10 Д/Ф «СОВЕТСКИЕ МАФИИ. ПИРАТЫ ЮЖНОГО ПОРТА» 16+
19.00, 21.30, 00.30 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2 16+
20.55 ВЕСТИ НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА 12+

ОТР

09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.30 НА ПРИЁМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 16+
07.30 ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ 16+
08.10 Д/Ф «ДРЕВНИЕ ЦИВИЛИЗАЦИИ АЗИИ» 16+
09.30 Д/Ф «ГОРОД С ИСТОРИЕЙ» 12+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05, 14.10, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ 18+
13.00 Д/Ф «В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО ИСКУССТВА. ИСЧЕЗАЮЩИЙ ВЕРМЕЕР» 16+
13.45 ПЕСНЯ ОСТАЁТСЯ С ЧЕЛОВЕКОМ 12+
17.10 Х/Ф «АНКОР, ЕЩЁ АНКОР!» 16+
19.00 ОТЧИЙ ДОМ 12+
19.15 ЧЕЛОВЕК И СУДЬБА 16+
19.40 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
22.15 Х/Ф «ФУТБОЛИСТ» 16+
23.40 Х/Ф «ГОСПОДИН ОФОРМИТЕЛЬ» 16+

РЕН ТВ

08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО 16+
10.00 СОВБЕЗ 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 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 100 ВОПРОСОВ ОБО ВСЕМ 16+
21.00 Х/Ф «ИГРА ГАННИБАЛА» 16+
23.25 Т/С «СПЕЦЫ» 16+

ЗА СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И ВОЗМОЖНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В НЕЙ РЕДАКЦИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ НЕ НЕСЕТ

ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00, 17.00 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 16+
21.45 Т/С «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» 16+

РОССИЯ 1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ 12+
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 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ХУДОЖНИК» 16+
23.35 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЁВЫМ 12+

НТВ

08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00,
08.25, 10.35 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ТВЕРСКАЯ» 16+
22.15 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТА 12+
09.00, 11.00, 14.40 НОВОСТИ
09.05 ВСЕ НА МАТЧ! ПРЯМОЙ ЭФИР
11.05, 14.20 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. А. ГОТЬЕ ПРОТИВ Т. ВАЙНСА. 16+
12.40 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. ОБЗОР ТУРА 6+
13.45 ВИД СВЕРХУ 12+
14.45 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.05 ЖЕНСКАЯ БОРЬБА. ЧМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
17.45 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «ОРЕНБУРГ» - «РОДИНА» (МОСКВА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
20.00 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «РОСТОВ» (РОСТОВ-НА-ДОНУ) - «АКРОН» (ТОЛЬЯТТИ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
22.15 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «СПАРТАК» (МОСКВА) - «РУБИН» (КАЗАНЬ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

07.20 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 16+
07.50 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.50 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТ КОЖУ» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15 XX ВЕК 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КИНО 16+
13.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
13.30, 20.05 М 16+
14.10, 22.30 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
15.30 КРИСТАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.45 БЕЛАЯ СТУДИЯ 16+
16.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
17.15 ЮРИЙ БАШМЕТ И ВСЕРОССИЙСКИЙ ЮНОШЕСКИЙ СИМФОНИЧЕСКИЙ ОРКЕСТР. КОНЦЕРТ В БУДАПЕШТЕ 16+
19.00 УРОКИ РУССКОГО. ЧТЕНИЯ 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.45 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 12+
21.00 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 16+
21.40 Д/Ф «ТЕАТР МОЕЙ ЖИЗНИ» 16+

Домашний

06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.20 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 16+
08.20 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.30 Д/С «ПРОСТИ МЕНЯ…» 16+
11.40 Д/С «БЕДУ ОТВЕДУ» 16+
12.45 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.20 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
13.55 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.30 КРАСИВАЯ И СЧАСТЛИВАЯ 45+
14.45 Х/Ф «ВРЕМЯ ПРОЩАТЬ» 16+
19.00 Х/Ф «НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ» 16+
23.20 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+

МИР

07.15 Х/Ф «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА» 16+
10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
10.10, 18.50 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ДЕНЬГИ ВЕРНИТЕ! 16+
11.00, 14.10 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ 16+
12.05, 15.05, 20.35 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ 16+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
16.15, 18.20 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ЯБЛОКО РАЗДОРА 16+
21.25 Х/Ф «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ» 16+
23.15 Х/Ф «ПРЕФЕРАНС ПО ПЯТНИЦАМ» 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 20.50 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.35 Д/С «ТАЙНЫЕ АРХИВЫ ПОЛИТБЮРО. ПОД ГРИФОМ «СЕКРЕТНО» 16+
13.20, 15.40, 17.10 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
19.10 Д/С «СЕКРЕТНЫЕ МАТЕРИАЛЫ» 16+
22.35 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.05 ГЕРОИ СРЕДИ НАС 16+
23.45 Х/Ф «БЕЗ СРОКА ДАВНОСТИ» 12+

ТВ Центр

08.20 ДОКТОР И… 16+
08.45 Х/Ф «РОМАН С ХИЩНИКОМ» 16+
10.40 Д/Ф «РУССКИЙ ШАНСОН» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 СОБЫТИЯ 12+
11.55 Х/Ф «МОИ ЗВЕРИ-2» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 16+
17.00 АКТЁРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.10, 20.05 Х/Ф «ЦЫГАНОЧКА» 16+
22.35 ХВАТИТ СЛУХОВ! 16+
23.05 ХРОНИКИ МОСКОВСКОГО БЫТА 16+

СПАС

07.10 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
07.25, 14.05 ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
09.25, 11.30, 21.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
10.30, 11.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
12.00 РУССКОЕ КЛАДБИЩЕ ПОД ПАРИЖЕМ. ПРОТОИЕРЕЙ СЕРГЕЙ БУЛГАКОВ 12+
12.55 ПРОСТЫЕ ЧУДЕСА 12+
13.55, 02.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
15.25 СЕМЕЙНАЯ ЛИНИЯ С НАТАЛЬЕЙ МОСКВИТИНОЙ 12+
16.05 Х/Ф «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ» 0+
17.30 Х/Ф «ДЕЛО № 306» 12+
19.05 Х/Ф «КАТЯ-КАТЯ» 6+
21.30 Д/Ф «СОТНИК ЛОНГИН И ПЕРВЫЕ ВОИНЫ-МУЧЕНИКИ» 6+
22.05 Д/Ф «АФАНАСИЙ И ФЕОДОСИЙ ЧЕРЕПОВЕЦКИЕ. ПОДВИЖНИКИ РУССКОГО СЕВЕРА» 0+
22.55 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 0+
23.55 ПОЛЕ БИТВЫ 16+

5 канал

07.35, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05, Х/Ф «ЗАКОН ТАЙГИ-2» 16+
08.25 СТРОЙНАДЗОР 16+
09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
13.30, 14.20, 15.15, 16.05, 17.30 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+
18.20, 19.10, 19.55, Т/С «СЛЕД» 16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+
23.05 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+

ТНВ

08.00, 17.00, 22.45 КОНЦЕРТ 12+
08.30 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». ШАУКАТ БИКТИМЕРОВ 16+
09.30 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ 12+
10.00 НАРОД МОЙ 16+
10.30, 17.30 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.30 НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
13.05 «ПАНОРАМА». ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00, СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
18.20 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
19.00 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК БАРС» (КАЗАНЬ) - «АВАНГАРД» (ОМСК) 0+
21.55 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». МАРС МАКАРОВ 16+
23.10 «КЭМИТ ЖЭВИТ». ЮМОРИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА 16+

ОТВ

07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.00, 12.00, 15.00, 20.00, 22.45 СОБЫТИЯ 16+
09.00, 10.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
08.30, 11.00 ЗАВТРА НЕ УМРЁТ НИКОГДА 16+
11.30, 16.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
12.30, 15.30, 18.25, 20.30, 23.15 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 16.30 ДНК РОССИИ 12+
13.30, 20.45 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «ЮРИЙ ЯКОВЛЕВ. ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МОГИКАН» 16+
17.10 Д/Ф «СОВЕТСКИЕ МАФИИ. ПИРАТЫ ЮЖНОГО ПОРТА» 16+
18.00, 23.35 ЛЕКЦИИ ПАВЛА КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА. ВЛАДИМИР НАБОКОВ» 12+
18.50 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
19.00, 21.45 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2 16+

ОТР

07.30 ПРЕОДОЛЕНИЕ 16+
08.10 Д/Ф «В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО ИСКУССТВА. ИСЧЕЗАЮЩИЙ ВЕРМЕЕР» 16+
09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
09.30 КОНСТРУКТОРЫ БУДУЩЕГО. ПОСЛЕСЛОВИЕ 12+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05, 14.10, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ 18+
13.00, 01.15 Д/Ф «ИСТОРИЯ ДВУХ СЕСТЕР. СЕСТРЫ ПАНКХЁРСТ» 16+
13.45 КОНСТРУКТОРЫ БУДУЩЕГО 12+
17.15 Х/Ф «ГОСПОДИН ОФОРМИТЕЛЬ» 16+
19.00 НА ПРИЁМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 16+
22.15 Х/Ф «ВОРЫ В ЗАКОНЕ» 16+
23.45 Х/Ф «ЖЕНА УШЛА» 16+

РЕН ТВ

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 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 ДИКИЙ, ДИКИЙ МИР 16+
20.30 Х/Ф «КОД 355» 16+
23.25 Т/С «СПЕЦЫ» 16+

ЧЕТВЕРГ, 29 ОКТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00, 17.00 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+
11.45, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
15.00 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ 16+
21.45 Т/С «ПОЛНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ» 16+

РОССИЯ 1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ 12+
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, 02.10 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
21.30 Т/С «ХУДОЖНИК» 16+
23.35 ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЁВЫМ 12+

НТВ

08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 12+
08.25, 10.35 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ТВЕРСКАЯ» 16+
22.15 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТА 12+
09.00, 11.00, 14.40 НОВОСТИ
09.05, 17.45 ВСЕ НА МАТЧ!
11.05, СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.25 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. А. ВОЛКАНОВСКИ ПРОТИВ М. ЕВЛОЕВА. П. ЯН ПРОТИВ М. ДВАЛИШВИЛИ. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ОАЭ 16+
13.45 ГЕРОИ МЕЛЬБУРНА. АНАТОЛИЙ ПАРФЁНОВ 12+
14.45 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16.05 ВОЛЬНАЯ БОРЬБА. ЧМ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
18.45 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «КРЫЛЬЯ СОВЕТОВ» (САМАРА) - «ДИНАМО» (МАХАЧКАЛА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
21.00 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. ЦСКА - «ЛОКОМОТИВ» (МОСКВА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
23.30 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. «БАЛТИКА» - «ЗЕНИТ» ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

07.20 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 16+
07.50 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.45 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТ КОЖУ» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.50 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 16+
11.15 XX ВЕК 16+
11.40 Х/Ф «УЧИТЕЛЬ СЛОВЕСНОСТИ» 16+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. ТЕАТР 16+
13.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
13.30, 20.05 М 16+
14.10, 22.30 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
15.35 2 ВЕРНИК 2 16+
16.30 ПРЯНИЧНЫЙ ДОМИК 16+
17.15 КОНЦЕРТ МЕЖДУНАРОДНОГО ФЕСТИВАЛЯ ИСКУССТВ П.И. ЧАЙКОВСКОГО 16+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 16+
20.45 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ! 12+
21.00 Д/Ф «МИХАИЛ ЛАВРОВСКИЙ. ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ…» 16+
21.50 ЭНИГМА. БОЯН СУДЖИЧ 16+

Домашний

07.25 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 16+
08.25 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.40 Д/С «ПРОСТИ МЕНЯ…» 16+
11.45 Д/С «БЕДУ ОТВЕДУ» 16+
12.55 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.30, 02.05 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.05 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.40 Х/Ф «УРОКИ ЛЮБВИ» 16+
19.00 Х/Ф «НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ» 16+
23.30 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+

МИР

06.15 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+
07.05, 10.10, 18.50 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ДЕНЬГИ ВЕРНИТЕ! 16+
08.00, 11.00, 14.10 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ 16+
09.05, 12.05, 15.05, 20.35 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ 16+
10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
16.15 ОБМАНУ. НЕТ 16+
16.35, 18.20 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ЯБЛОКО РАЗДОРА 16+
21.25 Х/Ф «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ» 16+
23.25 Х/Ф «ОТВЕТНЫЙ ХОД» 16+

ЗВЕЗДА

07.00 СЕГОДНЯ УТРОМ 12+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 20.50 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.35 Д/С «ТАЙНЫЕ АРХИВЫ ПОЛИТБЮРО. ПОД ГРИФОМ «СЕКРЕТНО» 16+
13.20, 15.40, 17.10 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ПЕРВЫЙ УДАР» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
19.10 КОД ДОСТУПА 12+
22.35 МЕЖДУ ТЕМ 12+
23.05 ГЕРОИ СРЕДИ НАС 16+
23.45 Х/Ф «КОМИССАР» 12+

ТВ Центр

08.10 ДОКТОР И… 16+
08.40 Х/Ф «РОМАН С ХИЩНИКОМ» 16+
10.35 Д/Ф «РУССКИЙ ШАНСОН» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, СОБЫТИЯ 12+
11.55 Х/Ф «МОИ ЗВЕРИ-2» 16+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
15.05 Х/Ф «КОЧЕВНИЦА» 16+
16.55 АКТЁРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.10 Х/Ф «КРАСНЫЙ ЖЕМЧУГ» 16+
22.35 10 САМЫХ… 16+
23.10 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+

СПАС

07.00, 13.55, 02.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10, 01.25 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
07.25, 14.05 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
09.25, 11.30, 21.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
10.30, 11.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
12.00, 05.20 РУССКОЕ КЛАДБИЩЕ ПОД ПАРИЖЕМ. ГЕНЕРАЛЫ МИЛЛЕР, КУТЕПОВ, ЭРДЕЛИ 12+
12.55 ГЛОБУС ПРАВОСЛАВИЯ 12+
15.25 СЕМЕЙНАЯ ЛИНИЯ С НАТАЛЬЕЙ МОСКВИТИНОЙ 12+
16.05 Х/Ф «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ» 0+
17.30 Х/Ф «ЧУЖОЙ ЗВОНОК» 0+
18.50 Х/Ф «ПЕРВЫЙ ЭШЕЛОН» 12+
21.30 Д/Ф «БУТОВСКИЕ НОВОМУЧЕНИКИ» 0+
22.05 Д/Ф «КТО ЗАПЛАТИЛ ЛЕНИНУ. ТАЙНА ВЕКА» 0+
23.00 Х/Ф «СВЯТОЙ ПАИСИЙ. ИЗ ФАРАСЫ НА НЕБЕСА» 0+

5 канал

07.25, 08.15, 09.30, 10.15, 11.05, 12.00 Х/Ф «ЗАКОН ТАЙГИ-2» 16+
08.25 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+
09.00, 13.00, 17.00, 00.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
13.30, 14.20, 15.15 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-2» 16+
16.05, 17.30 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+
18.20, 19.15, 20.00, 20.45 Т/С «СЛЕД» 16+
22.20 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-8» 16+
23.05 Т/С «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-7» 16+

ТНВ

08.00, 17.00, 19.10, 22.15 КОНЦЕРТ 12+
08.30 «КЭМИТ ЖЭВИТ». ЮМОРИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА 16+
09.30 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
10.30, 17.30, 19.35 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
13.05 «ПАНОРАМА». ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА 16+
15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
18.20, 23.10 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
21.25 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». ГАЗИЗ АЙДАРСКИЙ 16+

ОТВ

08.00, 12.00, 15.00, 22.30 СОБЫТИЯ 16+
12.30, 15.30, 18.30, 23.00 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
09.00, 10.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55, 13.55, 15.55, 17.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.30 ЛЕКЦИИ ПАВЛА КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА. ВЛАДИМИР НАБОКОВ» 12+
11.00, 16.30 ДНК РОССИИ 12+
11.30, 16.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 23.20 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «ПУШКИН. ГЛАВНАЯ ТАЙНА ПОЭТА» 16+
17.10 Д/Ф «СОВЕТСКИЕ МАФИИ. ПИРАТЫ ЮЖНОГО ПОРТА» 16+
18.00, 21.30 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2 16+
18.50 КХЛ. РЕГУЛЯРНЫЙ ЧЕМПИОНАТ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ. АВТОМОБИЛИСТ (ЕКАТЕРИНБУРГ)-ТОРПЕДО (НИЖНИЙ НОВГОРОД) 16+

ОТР

07.30 ОЧЕВИДНО. ВЕРОЯТНО 12+
08.10 Д/Ф «ИСТОРИЯ ДВУХ СЕСТЕР. СЕСТРЫ ПАНКХЁРСТ» 16+
09.30 ВСПОМНИТЬ ВСЁ 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35, 18.45 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05 ОТРАЖЕНИЕ 18+
13.00 Д/Ф «ИСКУССТВО АРХИТЕКТУРЫ» 16+
13.45 ОТЧИЙ ДОМ 12+
14.10, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ. СВЕРДЛОВСКАЯ ОБЛАСТЬ 12+
17.15 Х/Ф «ЖЕНА УШЛА» 16+
19.00 РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ 16+
19.45 ПЕСНЯ ОСТАЁТСЯ С ЧЕЛОВЕКОМ 12+
22.15 Х/Ф «УТРЕННИЙ ОБХОД» 12+
23.50 Х/Ф «ВОДКА ЛИМОН» 16+

РЕН ТВ

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, 14.00 НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЕ ИСТОРИИ 16+
17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 МОМЕНТ В ИСТОРИИ 16+
20.55 Х/Ф «ПЫЛАЮЩЕЕ МОРЕ» 16+
23.25 Т/С «СПЕЦЫ» 16+

ЗА СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И ВОЗМОЖНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В НЕЙ РЕДАКЦИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ НЕ НЕСЕТ

РАБОТАЮЩИЙ ПЕНСИОНЕР: КАК РАСТЁТ ЕГО ПЕНСИЯ?

ЛИЧНЫЕ ФИНАНСЫ

Многие работающие пенсионеры знают сумму своей пенсии, но не понимают, почему она именно такая и почему почти не растет, пока человек продолжает работать?

На самом деле формула расчета пенсии довольно простая. Если разобраться, становится понятно, что именно влияет на размер выплат, какие прибавки возможны, стоит ли рассчитывать на рост пенсии в будущем.

Из чего состоит пенсия работающего пенсионера, как считаются пенсионные баллы, что происходит с индексацией и какими способами можно увеличить выплаты? Давайте разбираться!

Как устроена пенсия работающего пенсионера

Работающим пенсионером считается человек, который получил право на страховую пенсию по старости, но продолжает работать официально.

Пенсия формируется из двух частей: фиксированной выплаты, пенсионных баллов.

Фиксированная выплата – базовая часть пенсии. Она одинакова для всех пенсионеров одного вида и ежегодно увеличивается за счет индексации. С 1 января 2026 года после индексации на 7,6% фиксированная выплата к страховой пенсии по старости составляет 9 584,69 рубля в месяц.

Пенсионные баллы, или индивидуальный пенсионный коэффициент (ИПК), – количество баллов, которое человек накопил за годы официальной работы. Баллы появляются из страховых взносов: работодатель перечисляет их в систему обязательного пенсионного страхования, из этих взносов формируется будущая пенсия. Пока человек работает и еще не вышел на пенсию, его баллы начисляются: чем выше официальная зарплата и чем дольше стаж, тем больше баллов удается накопить. При назначении пенсии все накопленные баллы переводятся в рубли по стоимости одного пенсионного балла, установленной на соответствующий год.

Работающий пенсионер – такой же сотрудник, как и остальные. По закону он имеет право на зарплату не ниже установленной, полноценный отпуск, больничные, охрану труда и все положенные компенсации. Нельзя понизить оклад, перевести на менее выгодные условия или навязать срочный трудовой договор только из-за возраста или статуса пенсионера.

Стоимость пенсионного балла и индексация

Стоимость одного пенсионного балла ежегодно увеличивается вместе с фиксированной выплатой. Это и есть ежегодная индексация страховых пенсий.

Важно помнить:

неработающие пенсионеры получают индексацию полностью;

для работающих пенсионеров действует особый порядок выплаты индексации.

Для понимания масштаба изменений:

- в 2021 году один пенсионный балл стоил 98,86 рубля;
- в 2025 году – 145,69 рубля;
- с 1 января 2026 года после индексации на 7,6% его расчетная стоимость составляет 156,76 рубля.

Чем больше баллов накоплено до выхода на пенсию, тем выше ее первоначальный размер.

Сколько баллов можно заработать

Чтобы получить страховую пенсию по старости в 2026 году, необходимо:

не менее 15 лет страхового стажа;

не менее 30 пенсионных баллов. Если хотя бы одного из этих условий не хватает, страховую пенсию по старости не назначат.

До выхода на пенсию человек может заработать до 10 пенсионных баллов в год при достаточно высокой официальной зарплате. После назначения пенсии баллы тоже могут добавляться, если пенсионер продолжает работать. Работодатель по-прежнему платит страховые взносы, за счет них формируются новые коэффициенты.

Раз в год Социальный фонд России делает перерасчет пенсии и немного увеличивает выплату. Это не индексация, а отдельный механизм, который касается только работающих пенсионеров. Работающие пенсионеры участвуют в индексации, но не получают ее полностью на руки.

Индексация для работающих пенсионеров ежегодно начисляется, учитывается при расчетах, но выплачивается не полностью, пока человек работает. Проще говоря, часть повышения «учитывается на бумаге» и будет выплачена позже.

После увольнения все накопленные индексации восстанавливаются автоматически, без заявлений. Соцфонд пересчитывает пенсию на основании сведений от работодателя.

Если не хватает стажа или баллов для назначения страховой пенсии, их можно докупить, уплатив добровольные страховые взносы. Стоимость одного пенсионного балла в 2026 году составляет около 65 600 рублей.

Важно не путать: это цена добровольной уплаты взносов, а не стоимость балла при расчете пенсии. Максимально в 2026 году можно докупить 8,7 пенсионного балла.

Как еще растет пенсия у работающих пенсионеров

Ежегодно 1 августа проводится автоматический перерасчет пенсий работающим пенсионерам с учетом страховых взносов, которые были уплачены за предыдущий год. Это небольшой перерасчет за стаж, который не является индексацией.



Есть несколько способов увеличить пенсию работающего пенсионера. У каждого есть свои минусы: где-то придется потерять часть дохода, где-то – время, где-то – возможный стаж.

Уволиться, чтобы получить все индексации. После увольнения Социальный фонд пересчитывает пенсию и начинает выплачивать ее в полном размере с учетом всех индексаций, которые не выплачивались во время работы. Новая сумма начинает приходить обычно через 1-3 месяца, но разницу доплачивают задним числом с момента увольнения.

С 2025 года смысл увольнения изменился. Раньше работающие пенсионеры вообще не получали индексацию, приходилось увольняться, чтобы ее получить. Теперь индексация применяется и к работающим, но не полностью. При увольнении вы получаете только оставшуюся разницу, которая накопилась за время работы.

Минус способа в том, что на время между увольнением и новой работой у человека остается только пенсия без зарплаты. А когда он снова выходит на работу, новые индексации снова начинают применяться частично, полную сумму с учетом всех индексаций вы будете получать только после окончательного увольнения.

Продолжать работать ради ежегодного перерасчета. Пока пенсионер работает, работодатель платит страховые взносы, из которых формируются новые пенсионные баллы. Каждый год 1 августа СФР автоматически пересчитывает пенсию. За счет этого размер пенсии понемногу растет, но действует ограничение – учитывается не более трех баллов в год.

Важно! Размер новой пенсии считают так: количество учтенных баллов умножают на стоимость одного пенсионного коэффициента, которая действовала на момент выхода на пенсию. Рассмотрим примеры.

Если пенсия назначена в 2025 году: стоимость балла – 145,69 рубля; максимум – 3 балла; прибавка – около 437 рублей в месяц.

Если пенсия была назначена в 2019 году: стоимость балла тогда составляла 87,24 рубля, значит, прибавка будет около 262 рублей в месяц.

Оформить пенсию позже, чтобы увеличить ее размер. Если человек уже имеет право на пенсию, но не подает заявление и продолжает работать, при более позднем обращении применяются повышающие коэффициенты: увеличивается фиксированная выплата; увеличивается балльная часть пенсии. Минус в том, что за период отсрочки пенсия не выплачивается вовсе, получить ее задним числом тоже нельзя.

my-pension.ru Фото: www.fpur.ru

№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета

В ДОРОГУ ЗА РЕЦЕПТАМИ, С ВНУКОМ – НА АНГЛИЙСКИЙ

АКТИВНОЕ ДОЛГОЛЕТИЕ

Наталья Березнякова



Ежегодно в Свердловской области проходит региональный конкурс лучших практик школ пожилого возраста, которые действуют в территориальных комплексных центрах социального обслуживания населения. И раз за разом участники конкурса доказывают делом тот факт, что «серебряный» возраст – это время для раскрытия неожиданных талантов, освоения нового, обретения друзей и реализации собственных надежд.

Да, цель конкурса у всех, кто представляет на суд профессионального жюри свои «школьные» наработки, звучит одинаково – преодоление социального одиночества пенсионеров, оторванности от привычной жизни в обществе, профилактика деменции и так далее. Но вот способы достижения этой цели – самые разные. И каждый по-своему уникален.

В этом мы вновь убедились на примере идей, которые удалось реализовать социальным работникам КЦСОНов Екатеринбурга. Отборочный этап проходил на базе комплексного центра Ленинского района. Газета «Пенсионер» традиционно участвует в работе жюри, чтобы получше узнать возможности школ пожилого возраста и рассказать о них своим читателям.

Профессиональные навыки авторов увлекательных проектов оценивали Николай Хомец – председатель Свердловской ООО ветеранов учреждений и организаций системы соцполитики Свердловской области; Марина Николаева – кандидат педагогических наук, доцента кафедры педагогики Института общественных наук УрГПУ; Наталья Елфимова – заведующая филиалом «Библиотека №1» библиотечного центра Екатеринбурга; Анжелика Виноградова – секретарь политсовета Ленинского местного отделения г. Екатеринбурга партии «Единая Россия».

Уникальность предложенной идеи, возможность тиражирования практики в других организациях социального обслуживания – вот лишь часть критериев, по которым жюри оценивало участников. Все представленные практики востребованы, на все занятия пожилые екатеринбуржцы ходят с большим удовольствием. Но самыми интересными по единодушному мнению тех, кто знакомился с предложенными проектами, стали три.

Нередко в разговорах с нашими читателями мы слышим сожаления пенсионеров о том, что они не знают всех возможностей своих смартфонов, а ведь цифровая среда – атрибут наших дней. Именно освоению таких полезных навыков и посвящена практика, которую реализует Лилия Меркучева по направлению «Компьютерная грамотность». Попасть на ее занятия «Смартфон – весь мир в твоем кармане» в КЦСОН Ленинского района стремятся многие. Здесь – и полноценное использование всех возможностей собственного гаджета, и навыки работы в сети Интернет, и умение успешно противостоять уловкам мошенников.

Уже несколько лет с аншлагом проходят встречи участников практики «Готовим. Узнаем. Путешествуем», которую ведет Евгения Саканцева в КЦСОН Октябрьского района. Здесь можно не только познакомиться с кухней разных народов Урала, не только научиться самостоятельно их готовить, но и побывать в разных уголках родной Свердловской области, воочию увидев, как производятся продукты питания. Так что эта практика – и разнообразие личного меню, и познавательные путешествия.

Очень полезную идею воплощает в жизнь автор практики It is never too late! «Никогда не поздно!» Наталья Мизюгина из КЦСОН Чкаловского района. Часто говорят, что изучение иностранного языка в зрелом возрасте – великолепная тренировка ума. Но не только этим ценны курсы: судя по отзывам участников, освоение английского языка позволяет им общаться на бытовом уровне во время путешествий за границу, но главное – помогать внукам делать домашние задания. Прекрасный пример связи поколений!



Если вы, друзья, захотите прийти на эти и другие занятия школы пожилого возраста, обращайтесь в комплексные центры социального обслуживания населения по месту жительства. На каждой территории есть замечательные идеи и те, кто с радостью поделится знаниями со всеми желающими!

Фото КЦСОн Ленинского района, г. Екатеринбург

Десять лет «Хорошего настроения»

ВЕСТИ С МЕСТ

Анна Лубникова
методист КЦСОН Верх-Исетского района, г. Екатеринбург

В центре социального обслуживания населения Верх-Исетского и Железнодорожного районов Екатеринбурга в 2016 году возник творческий коллектив любителей пения «Хорошее настроение», руководит которым Татьяна Владимировна Маратканова.



На протяжении десяти лет наши певицы - так ласково мы их называем - каждый вторник собираются на репетиции. Они - постоянные участники всех творческих конкурсов, которые проводят областное министерство социальной политики и другие организации.

Кроме того, в составе клуба в 2019 году образовалась и группа любителей бардовской песни «Мозаика», его возглавила Наталья Григорьевна Кузнецова, которая аккомпанирует на гитаре. «Мозаика» тоже выступает в творческих конкурсах.

У коллектива есть постоянные слушатели, которые приходят на все концерты хора «Хорошее настроение» и «Мозаики». Трижды участницы творческого коллектива становились победителями фестиваля «Клубное движение» КЦСОНов Екатеринбурга.

Юбилейный концерт «Хорошего настроения» и «Мозаиии» прошел в середине октября в актовом зале администрации Верх-Исетского района. Зрители дружно подпевали, громко аплодировали и просили повторить любимые номера на «бис»!

Мы говорим нашим певицам спасибо! Желаем им дальнейших успехов и творческих достижений!

«УРАЛ» ЗАБУКСОВАЛ

ФУТБОЛ

Владимир Васильев



В 14-м туре чемпионата России по футболу среди команд подэлитного дивизиона состоялся один из центральных матчей сезона. Екатеринбургский «Урал» на своем поле принимал лидера турнира – «Нижний Новгород». Игра закончилась победой гостей со счетом 2:1.

«Урал» третий сезон подряд ставит перед собой задачу выйти в Российскую премьер-лигу. Для этого надо занять одно из двух первых мест или стать третьим-четвертым и попробовать обыграть в переходных матчах аутсайдера элитного дивизиона. Второй путь сильно маловероятный: екатеринбуржцы в последние два сезона испытали это на себе, проиграв в стыках сначала «Тереку», а через год – махачкалинскому «Динамо». Поэтому в нынешнем чемпионате перед командой поставлена задача попасть в топ-2.

Пока с ее выполнением есть большие проблемы. Первое место с самых первых туров уверенно удерживает «Нижний Новгород», который перед матчем в столице Свердловской области опережал ближайших соперников на восемь очков. «Урал» находится в группе претендентов на второе место. Их сразу пять, екатеринбуржцы среди них пока не лучшие. Поэтому терять очки, а тем более – проигрывать, и тем более – на своем поле, «шмелям» крайне опасно.

Встречу с лидером «Урал» начал очень активно: уже к 8-й минуте он «посадил» двух защитников соперника на желтые карточки, что вынудило их играть более осторожно. На 18-й минуте хозяева открыли счет: прострел Виталия Бондарева замкнул Мартин Секулич – лучший бомбардир «Урала» в этом сезоне. Это был его шестой мяч в текущем сезоне.

После забитого гола екатеринбуржцы сбавили давление, за что тут же поплатились. На 25-й минуте лидер снайперской гонки первого дивизиона Вячеслав Грулев выиграл верховую борьбу в штрафной «Урала» и головой забил свой 17-й мяч в нынешнем чемпионате. Этот гол вызвал бурю возмущения у тренера «Урала» Сергея Юрана. «Там же в положении «вне игры» были аж четыре человека!» – заявил он после матча.

Во втором тайме соперники долго играли «без ворот», а все основные события развернулись в последние 15 минут. На 76-й минуте Грулев с шести метров бил в оставленные голкипером ворота, но защитник «Урала» Дмитрий Прищепа в падении отразил удар. Екатеринбуржец при этом коснулся мяча рукой, но судья Данил Набока посчитал, что положение руки было естественным, и пенальти не назначил.

Зато на 80-й минуте арбитр дал подряд две желтые карточки защитнику «Урала» Сильвие Бегичу, причем, не за фолы, а за разговоры. Так екатеринбуржцы остались в меньшинстве… И уже через две минуты гости им воспользовались: после навеса в штрафную «Урала» защитник хозяев Итало неудачно выбил мяч головой прямо на набегавшего Глеба Шильникова, и тот мощнейшим ударом с левой ноги едва не порвал сетку ворот…

В концовке встречи молодой полузащитник «шмелей» Илья Ишков едва не сравнял счет: мяч уже проскочил вратаря, но угодил в штангу.

Екатеринбуржцы после 11-матчевой беспроигрышной серии уступили во втором поединке подряд. И снова дома, и снова со счетом 1:2… После 14 туров «Урал» имеет в своем активе 25 очков и занимает в турнирной таблице шестое место. Отставание от второй строчки – 4 очка.

Следующий тур состоится в ближайшее воскресенье, 25 октября. Екатеринбуржцы играют на выезде с «Челябинском». А потом – гостевой поединок с командой «Сочи», которая сейчас идет на втором месте…

Фото с сайта ФК «Урал»

УРАЛЬСКАЯ ШАХМАТИСТКА ОЗОЛОТИЛАСЬ

ШАХМАТЫ

Владимир Васильев

Впервые в истории независимой России чемпионкой страны по шахматам стала представительница Свердловской области. Успеха добилась 21-летняя екатеринбурженка Лея Гарифуллина.



Лея Гарифуллина, г. Екатеринбург чемпионка России по шахматам

Нынешний чемпионат страны среди женщин был 76-м по счету. Он прошел в Ростове-на-Дону в первой половине октября. В соревнованиях участвовали 12 спортсменок, которые сыграли друг с другом в один круг.

Лея Гарифуллина набрала в 11 партиях 8,5 очков: 7 побед, 3 ничьих и одно поражение, – столько же, сколько гроссмейстер из Нижегородской области Екатерина Гольцева. В их личной встрече победа была на стороне уралочки, но, согласно правилам турнира, был назначен тай-брейк из двух партий в быстрые шахматы. Лея Гарифуллина вновь победила соперницу, причем в обеих партиях, и завоевала золото.

Ранее лучшим результатом шахматистки из Екатеринбурга было второе место, занятое ею в прошлом году. В решающей партии екатеринбурженка тогда проиграла оренбурженке Анне Шухман, которая сейчас стала лишь четвертой.

Лея Гарифуллина – всего третья представительница Свердловской области, выигравшая чемпионат страны по женским шахматам. До этого таким достижением могли похвастать лишь Валентина Борисенко и Юлия Демина. Борисенко становилась чемпионкой СССР три раза – в 1957, 1960 и 1962 годах, Демина – один, в 1988-м.

Дорога длиной в 15 лет

Лея Гарифуллина родилась 5 ноября 2004 года в Екатеринбурге. В пять лет начала заниматься художественной гимнастикой и балетом, но через год сломала руку, тренировки пришлось остановить. Пока девочка лечилась, ее старший брат Родион научил сестру играть в шахматы, вскоре новое увлечение вытеснило все остальные.

Серьезно заниматься Лея начала в клубе «Радуга» Чкаловского района. Ее первый тренер – Юлия Смирнова. Сейчас шахматистка тренируется в Уральской шахматной академии и в Гроссмейстерском центре им. Анатолия Карпова.

Лея Гарифуллина неоднократно побеждала в чемпионатах России по своей возрастной группе. В 2019 году в Мумбаи (Индия) она стала чемпионкой мира по классическим шахматам среди девушек до 16 лет. Весь турнир уралочка прошла без поражений, одержав шесть побед и завершив пять партий вничью.

В 2020 году Лея получила звание международного гроссмейстера среди женщин, в 2022-м – звание международного мастера среди мужчин. В 2023 году она выиграла чемпионат России среди взрослых по блицу.

В 2023 году шахматистка окончила колледж УрГЭУ и поступила в Уральский горный университет на факультет геологии и геофизики, где сейчас и учится. В этом году в составе сборной своего вуза она стала победительницей первого командного чемпионата мира среди университетов.

Пропуск на Кубок мира

Завоевав золото чемпионата России, Лея Гарифуллина получила право выступить на одном из самых крупных международных шахматных турниров – женском Кубке мира. В 2021 году спортсменка, которой было всего 16 лет, уже выступала в этих соревнованиях и тогда сумела дойти до третьего круга, где в упорной борьбе уступила опытной Полине Шуваловой. На этот раз, считают в руководстве Федерации шахмат Свердловской области, ее шансы на выход в решающий раунд Кубка гораздо выше.

Фото: Федерация шахмат России

№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета

Поздравляем с днём рождения!

Совет ветеранов Ленинского района поздравляет с днем рождения

Дьячкову Татьяну Ивановну,
Мифтахову Анну Михайловну,
Баженову Людмилу Николаевну
Мельник Ларису Николаевну,
Катарину Алевтину Ивановну,
Приданникова Николая Александровича

Желаем здоровья, семейного благополучия и дальнейшей плодотворной работы в совете ветеранов!

Ковязина Галина Мефодиевна
г. Лесной
Волкова Тамара Владимировна
г. Екатеринбург
Филиппова Галина Константиновна
г. Среднеуральск
Щекотова Раиса Ивановна
г.Среднеуральск
Свистунов Владимир Иванович
г. Нижний Тагил
Кондрашова Людмила Васильевна
г. Екатеринбург
Дерябочкин Михаил Павлович
г. Березовский, пос. Монетный
Бережной Николай Владимирович
г. Березовский, пос. Лосиный

УСПЕВАЙТЕ!
Акция!
Только до 30 ноября 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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА.

Современное оборудование, опытные врачи
КЛИНИКА МИКРОХИРУРГИИ ГЛАЗА ДОКТОРА ИГНАТЬЕВА
Екатеринбург, ул. Ст. Разина, 2 (район Цирка) +7 (343) 227-12-34

Реклама. Медлицензия №Л041-01021-66/00358956

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте **газетапенсионер.рф**

- **Замки. Установка. Недорого. Не залезут! Гарантия. Тел.: 8-950-65-81-391**
- **РЕМОНТ ПОЛОВ. СКРИПЫ! ЛАМИНАТ. Тел. 8-902-87-16-750**
- **Ищу помощницу по дому. Добропорядочную, без вредных привычек, с проживанием, с дальнейшим обеспечением жильем. Тел. 8-950-65-87-447**
- Продам жилой дом 6м × 8м и садовый участок с насаждениями, площадь 13 соток, теплица, скважина. Близко магазин, медицинский центр. Село Покровское, Артемовский район. Тел. 8-953-60-88-038
- **Продам: взрослые ходунки, прикроватную тумбочку 70×70, настольную электроплиту, электробатарею с масляным радиатором, коврик прикроватный, шапку норковую 56 размер. 8-904-54-70-134**
- **Продаю 1/2 дома 40 кв. м. Верхняя Пышма. Вода, канализация, газовое отопление, баня, гараж. Участок 3 сотки, 3 миллиона рублей. Тел. 8-919-37-33-480**
- Куплю дом в деревне или саду. Помогу с оформлением. Тел. 8-902-15-02-704
- **Продам канистры 2 шт. по 20 л. Металл, хрусталь, посуда, свитера, кроссовки, куртки. Тел. 8-919-369-04-18**
- **Продам большой дом из бруса на фундаменте за 300 тыс. руб. В доме свет, мебель, огород 12 соток, хорошие соседи, 150 км по ж/д около Шали. Тел. 8-904-177-89-28**
- **Продаются два садовых участка на Елизавете по 6 соток. На 1 участке – дом 2 этажа, баня, яма, две теплицы, 2,5 млн руб. На 2 участке – дом, скважина, беседка, теплица, место для машины, 2,5 млн руб. Тел. 8-919-373-74-39**
- **Продаем концентратор недорого. Тел. 8-950-190-40-24**
- **Продам цветы: орхидея, каланхоэ, алоэ, золотой ус, и др. Тел. 8-982-622-68-04**
- **Продам ножную электрическую швейную машинку «Зингер». Есть запасные детали, а также кроличью шубу с воротником из енота, шубу с воротником из чернобурки. Тел. 8-982-622-68-04**

Пенсионер областная газета — Только для пенсионеров
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 подлежит

Фамилия _____ Телефон _____

Адрес _____ Подпись _____

Отец – наша крепкая опора



ИЗ ПОЧТЫ РЕДАКЦИИ

Читатели часто пишут в редакцию о своих родных и близких, которые поддерживают их на всем жизненном пути. Такие строки пронизаны теплом, любовью и безграничным уважением. Вот еще одно такое послание.

Совсем скоро, 25 октября, нашему дорогому папе, дедушке и прадедушке Игорю Алексеевичу Панову исполнится 87 лет. Мы благодарны судьбе, что он всегда рядом с нами.

В его трудовой книжке – единственная запись: более полувека он трудился на заводе «Промсвязь», освоил несколько рабочих специальностей. «Золотые руки» – так до сих пор зовут его и бывшие коллеги, и соседи по дому, дачному участку. Наш папа умеет практически все, ему по силам ремонт любой домашней техники, потому и идут к нему за помощью все, кто наслышан о его мастерстве.

Папа до сих пор уверенно водит автомобиль, сам его ремонтирует и обслуживает, его водительский стаж – свыше 60 лет! А еще он освоил электросамокат. Конечно, всем, что вырастил на участке, он щедро делится с нами.

Дома папа тоже не скучает: он – продвинутый пользователь Интернета, увлеченно общается с нами в соцсетях, ищет на сайтах интересующую его информацию. Это помогает ему постоянно оставаться с нами на связи, где бы мы ни находились.

С супругой Зинаидой Николаевной они прожили более полувека, вырастили двоих сыновей, помогали поднимать четырех внуков.

Спасибо, папа, за то, что ты по-прежнему – наша крепкая опора! будь здоров, бодр духом! Желаем тебе оптимизма, ярких, насыщенных интересными событиями дней, долгих лет жизни!

Дети, внуки, правнуки,
г. Екатеринбург

Дополнительные средства на догазификацию

ДОСТОВЕРНО

С начала года объем финансирования работ по догазификации достиг 4,6 млрд. Средства предназначены для 42 муниципальных образований региона.

«Деньги будут направлены в муниципалитеты, где уже построены или ведется строительство сетей, в том числе – в Асбестовский, Талицкий, Сысертский, Кировградский муниципальные округа, Лесной, Алапаевск, Горноуральский, МО Первоуральск, Камышловский ГО, Екатеринбург и другие территории», - сообщил губернатор Денис Паслер.

В регионе в стадии строительства находится 2,7 тысячи газопроводов общей протяженностью почти 1,6 тысячи километров. Их возведение позволит подключить к газу порядка 20 тысяч домовладений.

Напомним, Свердловская область предоставляет жителям меры соцподдержки при газификации домовладений. Максимальный размер частичной компенсации затрат или частичного освобождения от них составляет от 100 до 250 тыс. руб. В 2025 году такими мерами поддержки воспользовались более 7,6 тысяч человек.

Департамент информполитики

Клуб одиноких сердец

- Мужчина 68 лет. Простой русый, без в/п, познакомится с женщиной от 60 и старше, для дружеских отношений. Согласен на переезд, можно из с/м, 8-952-144-09-41
- Познакомлюсь с женщиной 60-65 лет для жизни. Тел. 8-950-65-32-769
- Познакомлюсь с мужчиной от 65 лет, желательно из Ирбитского района. О себе – по телефону. Тел. 8-963-85-29-419
- Желаю познакомиться с мужчиной для создания семьи. Мне 76 лет, вдова, не обременена детьми и внуками. Согласен на переезд или готов меня принять. Тел. 8-912-67-83-521
- Если вы женщина и очень одиноки, вам уже 65-67 лет, то вас ждет такой же одинокий человек. О себе: 70 лет, жилье благоустроено, без вредных привычек. Подробности по телефону. Тел. 8-982-689-48-66
- Женщина среднего роста, в/о познакомится с мужчиной от 72-80 лет, без в/п, для дружеских отношений. Тел. 8-904-988-41-89

ПЕРВЫЙ

09.00, 11.00, 14.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.25, 18.40 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+
13.20, 14.15 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ 16+
16.15 ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ! 16+
17.05 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
19.45 ПОЛЕ ЧУДЕС 16+
21.00 ВРЕМЯ 16+
21.45 «ГОЛОС. ДЕТИ». НОВЫЙ СЕЗОН 0+
23.25 «НАША НОВАЯ МУЗЫКА». НОВЫЙ СЕЗОН 12+

РОССИЯ 1

09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00 ВЕСТИ 12+
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 Т/С «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» 16+
17.00 МАЛАХОВ 16+
19.15 НЕ ГОВОРИ «ДА» 12+
21.30 НУ-КА, ВСЕ ВМЕСТЕ! 12+
23.55 ИСТОРИИ БОЛЬШОЙ СТРАНЫ 12+
00.55 Х/Ф «КОМИТЕТ СПАСЕНИЯ» 12+

НТВ

06.00, 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 12+
06.25 УТРО. САМОЕ ЛУЧШЕЕ 16+
08.25 Д/С «МОИ УНИВЕРСИТЕТЫ. БУДУЩЕЕ ЗА НАСТОЯЩИМ» 6+
09.25 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
10.35 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
11.10 Т/С «ЛЕСНИК» 16+
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ 16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ 16+
16.50 ДНК 16+
17.55 ЖДИ МЕНЯ 16+
20.00 Т/С «ТВЕРСКАЯ» 16+
22.15 Т/С «АУТСАЙДЕР» 16+
00.20 СВОЯ ПРАВДА 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 ЭВОЛЮЦИЯ СПОРТА 12+
09.00, 11.00, 15.00 НОВОСТИ
09.05, 15.05, 23.45 ВСЕ НА МАТЧ! ПРЯМОЙ ЭФИР
11.05 НЕБЕСНАЯ ГРАЦИЯ 6+
11.25 ФУТБОЛ. FONBET КУБОК РОССИИ. ОБЗОР 6+
12.35 ТЯЖЁЛАЯ АТЛЕТИКА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КИТАЯ
16.05 ВОЛЬНАЯ БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
20.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. АСА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ТАДЖИКИСТАНА
00.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ. «ВИЛЬЯРРЕАЛ» - «ЭСПАНЬОЛ». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
07.20 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 16+
07.50 СТУПЕНИ ЦИВИЛИЗАЦИИ 16+
08.50 Х/Ф «ЧЕЛОВЕК МЕНЯЕТ КОЖУ» 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.40 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
10.15 Х/Ф «ОГНИ НА РЕКЕ» 16+
11.30 ВЛАСТЬ ФАКТА 16+
12.10 Д/С «ПЕРВЫЕ В МИРЕ» 16+
13.00, 01.40 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
13.30 М 16+
14.10, 22.20 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 16+
15.30 КРИСТАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ 16+
15.45 ЭНИГМА. БОЯН СУДЖИЧ 16+
16.30 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ 16+
17.15 ЮРИЙ БАШМЕТ 16+
18.45 ЦАРСКАЯ ЛОЖА 16+
19.45 ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
20.45 ИСКАТЕЛИ 16+
21.30 2 ВЕРНИК 2 16+
23.55 ПОРТРЕТ ПОКОЛЕНИЯ 16+

Домашний

06.30 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.25 ДАВАЙ РАЗВЕДЁМСЯ! 16+
08.25, 03.55 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.40 Д/С «ПРОСТИ МЕНЯ…» 16+
11.45 Д/С «БЕДУ ОТВЕДУ» 16+
12.50 Д/С «ЗНАХАРКА» 16+
13.25 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО» 16+
14.00 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
14.35 Х/Ф «МАМА ВСЕГДА ПРАВА» 16+
19.00 Х/Ф «МОЙ МИЛЫЙ ДОКТОР» 16+
23.25 УЮТНОЕ УТРО 16+
00.00 КРАСИВАЯ И СЧАСТЛИВАЯ 45+
00.15 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ» 16+
01.25 Т/С «ПОРЧА» 16+

МИР

06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
06.15 Х/Ф «ПРЕФЕРАНС ПО ПЯТНИЦАМ» 16+
07.55 ИГРА В КИНО 16+
09.20, 10.10 МИЛЛИОН ЗА 5 МИНУТ 16+
13.15 МИРОВОЕ СОГЛАШЕНИЕ 16+
14.10 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. БИТВА ЗА БУДУЩЕЕ 16+
15.05 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. НОВЫЕ ИСТОРИИ 16+
16.15, 18.20 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ЯБЛОКО РАЗДОРА 16+
18.40 ДЕЛА СУДЕБНЫЕ. ДЕНЬГИ ВЕРНИТЕ! 16+
19.35 Х/Ф «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА» 16+
21.25 Х/Ф «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА» 16+

ЗВЕЗДА

06.05 Т/С «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА» 16+
08.40 Д/Ф«МАСТЕР ТАНКОВЫХ ЗАСАД» 12+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.25 Х/Ф «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ» 6+
12.25, 13.25, 17.10 Х/Ф «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ» 12+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
17.20, 18.05 Т/С «ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ» 16+
22.00 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ! 16+
23.30 Х/Ф «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА» 12+

ТВ Центр

06.00 НАСТРОЕНИЕ 12+
08.20, 11.50 Х/Ф «КРАСНЫЙ ЖЕМЧУГ» 16+
11.30, 14.30, 17.50 СОБЫТИЯ 12+
12.30, 15.05 Х/Ф «ДЕВУШКА И ДЕЛЬФИН» 16+
14.50 ГОРОД НОВОСТЕЙ 16+
17.00 АКТЁРСКИЕ ДРАМЫ 16+
18.15 Х/Ф «ВЕЗУЧАЯ СМИРНОВА» 16+
20.00 Х/Ф «СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ» 16+
22.00 В ЦЕНТРЕ СОБЫТИЙ 16+
23.05 Д/Ф «90-Е» 18+
00.00 Д/Ф «РУССКИЕ ТАЙНЫ» 16+
00.40 Х/Ф «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ» 12+
02.10 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС

07.00, 14.10 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
07.25, 14.20 ПРЯМАЯ ЛИНИЯ. ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
08.40 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+
09.25, 11.30, 21.00, 22.55 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
10.30, 11.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
12.00 Д/Ф «БУТОВСКИЕ НОВОМУЧЕНИКИ. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+
12.35 СЛЕДЫ ИМПЕРИИ 12+
15.30 Х/Ф «ЛИЧНОЕ СЧАСТЬЕ» 0+
16.55, 18.15 Х/Ф «ЖДУ И НАДЕЮСЬ» 12+
19.35, 21.30 Х/Ф «СТО ПЕРВЫЙ» 0+
01.30 МЕТАНОЙЯ 12+

5 канал

09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
06.05, 06.50, 07.35, 09.30, 10.20, 11.15, 12.05 Х/Ф «ЗАКОН ТАЙГИ-2» 16+
08.30 ВАШЕ ЗДОРОВЬЕ! 12+
13.30, 14.20, 15.15, 16.05, 17.30 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ-3» 16+
18.20, 19.15, 20.00, 20.45, 21.35, 22.20 Т/С «СЛЕД» 16+
23.10 СВЕТСКАЯ ХРОНИКА 16+
00.10, 01.00 ОНИ ПОТРЯСЛИ МИР 16+
01.50 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+

ТНВ

06.00, 13.05 «ПАНОРАМА». ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА 16+
08.00, 22.50 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 23.10 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
09.30, 15.20 НАСТАВЛЕНИЕ 16+
10.00 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
10.30, 17.30, 00.45 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.30 НОВОСТИ 16+
11.30 ПЯТНИЧНАЯ ПРОПОВЕДЬ ИЗ ГАЛЕЕВСКОЙ МЕЧЕТИ Г. КАЗАНИ 0+
12.05 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». ГАЗИЗ АЙДАРСКИЙ 16+
16.00 СЕМЬ ДНЕЙ+ 16+
16.30 «TATARSTAN TODAY» 16+
17.00, 22.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
18.20 ЗЕРКАЛО ВРЕМЕНИ 6+
19.00 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК БАРС» (КАЗАНЬ) - «АМУР» (ХАБАРОВСКИЙ) 0+
21.55 РОДНАЯ ЗЕМЛЯ 12+
00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
01.10 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». МИРХАЙДАР ФАЙЗИ 16+

ОТВ

08.00, 12.00, 15.00, 20.00 СОБЫТИЯ 16+
12.30, 15.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
06.00, 09.00, 10.00 СВЕРДЛОВСКОЕ УТРО 12+
07.55, 09.55, 11.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.30 ЗАВТРА НЕ УМРЁТ НИКОГДА 16+
11.00 ЛЕКЦИИ П. КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА. В. НАБОКОВ» 12+
11.30, 16.00 РАССЕКРЕЧЕННАЯ ИСТОРИЯ 16+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00, 16.30 ДНК РОССИИ 12+
13.30, 20.45, ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
14.00, 17.00 НЕЙРОНОВОСТИ 16+
14.10 Д/Ф «БОРИС МОКРОУСОВ. «ОДИНОКАЯ БРОДИТ ГАРМОНЬ» 16+
17.10 Д/Ф «ДЕНЬ, КОГДА ПРИШЁЛ «ИРТЫШ» 16+
18.00 НОВОСТИ ТМК 12+
18.20 ВЕСТНИК КОРПОРАЦИЙ 16+
18.50 НОВОСТИ РЕГИОНА 12+
19.00, 21.45 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2 16+

ОТР

06.00, 09.00 КАЛЕНДАРЬ 12+
06.30 НА ПРИЁМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 16+
07.20 ПЕСНЯ ОСТАЁТСЯ С ЧЕЛОВЕКОМ 12+
07.35 МОЯ ИСТОРИЯ 16+
08.15 Д/Ф «ИСКУССТВО АРХИТЕКТУРЫ» 16+
09.30 ЧЕЛОВЕК И СУДЬБА 16+
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.50, 14.00, 15.00, 17.00, 20.00, 22.00 НОВОСТИ
10.05, 10.35 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
11.05, 11.35, 12.05, 14.10, 15.10, 20.20 ОТРАЖЕНИЕ 18+
13.00 ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ 16+
13.40 НЕСКУЧНОЕ ДЕЛО 12+
17.15 Х/Ф «УТРЕННИЙ ОБХОД» 12+
19.00 РЕКТОРАТ 12+
19.40 ПОЧИТАЕМ! 16+
22.15 Х/Ф «ГАРАЖ» 16+
23.55 Х/Ф «PRO ЛЮБОВЬ» 18+
01.40 Х/Ф «ЖЕЛЕЗНАЯ ДОРОГА» 18+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР С ТИМОФЕЕМ БАЖЕНОВЫМ 16+
12.00, 16.00, 19.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+
13.00, 17.00 ТАЙНЫ ЧАПМАН 16+
18.00 ГЛАВНЫЕ ТАЙНЫ МИРА 16+
20.00 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
20.50 Х/Ф «АНТИТЕЛА» 16+
22.35 Х/Ф «СФЕРА БУДУЩЕГО» 16+
01.05 Х/Ф «ЖАЖДА СКОРОСТИ» 18+

СУББОТА, 31 ОКТЯБРЯ

ПЕРВЫЙ

06.00 ДОБРОЕ УТРО. СУББОТА
09.00 УМНИЦЫ И УМНИКИ 12+
09.45 СЛОВО ПАСТЫРЯ 0+
10.00, 12.00 НОВОСТИ
10.20 Д/Ф «ИВАН ЛУБЕННИКОВ. ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ» 16+
12.20 ПОЕХАЛИ! 12+
13.20 СЛОВО НЕ ВОРОБЕЙ 12+
14.25 «ГОРЯЧИЙ ЛЕД». ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ. ГРАН-ПРИ РОССИИ-2026 0+
15.50 Т/С «ФОРМУЛА ПРЕСТУПЛЕНИЯ» 12+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.20 СЕГОДНЯ ВЕЧЕРОМ 16+
21.00 ВРЕМЯ 16+
21.35 ЧТО? ГДЕ? КОГДА? 16+
22.45 КОМАНДЫ 16+
23.50 Х/Ф «110» 18+

РОССИЯ 1

08.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ 12+
08.35 ПО СЕКРЕТУ ВСЕМУ СВЕТУ 16+
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 12+
11.30 НАШИ. ВОЕНКОРЫ 12+
12.00 ДОКТОР МЯСНИКОВ 12+
13.00 БОЛЬШИЕ ПЕРЕМЕНЫ 16+
14.30, 20.50 ВЕСТИ-УРАЛ
14.50 «ЮМОР! ЮМОР! ЮМОР!!!» 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.00 Х/Ф «МЕЖДУ НЕБОМ И ЗЕМЛЁЙ» 16+

НТВ

06.00 ЖДИ МЕНЯ 16+
06.55 ПЕРВАЯ ПЕРЕДАЧА 16+
07.25 СМОТР 16+
08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ 12+
08.20 ПОЕДЕМ, ПОЕДИМ! 16+
09.20 ЕДИМ ДОМА 0+
10.20 ГЛАВНАЯ ДОРОГА 16+
11.00 «ЖИВАЯ ЕДА» 12+
12.00 КВАРТИРНЫЙ ВОПРОС 0+
13.15 САТЬЯ 16+
14.20 ФОБИЯ 12+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧП. РАССЛЕДОВАНИЕ 16+
17.00 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ… 16+
18.00 Д/С «КРИМИНАЛЬНАЯ РОССИЯ» 16+
19.00 ЦЕНТРАЛЬНОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ 16+
20.20 ТЫ НЕ ПОВЕРИШЬ! 16+
21.20 ВИА СУПЕРСТАР! 16+

МАТЧ ТВ 2

08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. UFC. ЯНА САНТОС ПРОТИВ МИШИ ТЕЙТ. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ США 16+
09.00, 11.00, 14.35, 20.00 НОВОСТИ
09.05, 14.40, 20.05 ВСЕ НА МАТЧ! ПРЯМОЙ ЭФИР
11.05 Д/Ф «РОМАН КОСТОМАРОВ. РОЖДЁННЫЙ ДВАЖДЫ» 12+
12.45 ШОУ АЛЕКСЕЯ НЕМОВА «ЛЕГЕНДЫ СПОРТА. МОЯ ИГРА». ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ МОСКВЫ 6+
16.05 ВОЛЬНАЯ БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
21.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. «УДИНЕЗЕ» - «РОМА». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. «МИЛАН» - «ИНТЕР». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 М/Ф «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ» 16+
08.00 Х/Ф «МОЙ НЕЖНО ЛЮБИМЫЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
09.25 ЭТИ ЗАГАДОЧНЫЕ ЖИВОТНЫЕ 16+
09.40 МЫ-ГРАМОТЕИ! 16+
10.25 РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА 16+
11.50 Д/Ф «МИХАИЛ ЛАВРОВСКИЙ. ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ…» 16+
12.40 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА 16+
13.20 ВИЗАНТИЙСКИЙ РАСПЕВ 16+
14.50 Д/С «ЗАПОВЕДНОЕ» 16+
15.35 ФАКУЛЬТЕТ ИСТОРИИ 16+
16.25 Х/Ф «СМЕРТЬ ПОД ПАРУСОМ» 16+
18.40 Д/Ф «МЕСТНЫЕ» 16+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
19.50 ОТТЕПЕЛЬ. В ДОБРЫЙ ЧАС 16+
20.05 КИНО О КИНО 16+
20.45 Х/Ф «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ» 16+
22.00 АГОРА 16+
23.00 КЛУБ ШАБОЛОВКА 16+
00.05 Х/Ф «ГОРОД ЗЕРО» 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «РАНЕНОЕ СЕРДЦЕ» 16+
09.25 УЮТНОЕ УТРО 16+
10.00 Х/Ф «ЗА ЗАКРЫТЫМИ ДВЕРЯМИ» 16+
19.00 Х/Ф «ЛЮБИТЬ» 16+
23.20 Х/Ф «МАМИНО СЧАСТЬЕ» 16+

МИР

06.10, 07.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 12+
07.15 ИСТОРИЧЕСКИЙ ДЕТЕКТИВ С НИКОЛАЕМ ВАЛУЕВЫМ 16+
08.55 ИГРА В КИНО. МУЛЬТФИЛЬМЫ 16+
09.40, 10.20 Х/Ф «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ» 16+
10.00, 13.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
10.10 ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЙ ДИАГНОЗ 16+
11.55, 13.15 Х/Ф «ВАС ОЖИДАЕТ ГРАЖДАНКА НИКАНОРОВА» 16+
13.55, 18.50 Т/С «ДЕЛО БЫЛО НА КУБАНИ» 16+
18.00 ВМЕСТЕ. ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ТЕЛЕЖУРНАЛ 16+
23.20 Х/Ф «ИНТЕРДЕВОЧКА» 18+

ЗВЕЗДА

06.10 Х/Ф «ЗОЛОТЫЕ РОГА» 6+
07.25 Х/Ф «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ» 6+
09.00, 13.00, 18.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15 СССР. ЗНАК КАЧЕСТВА 12+
10.00 НЕ ФАКТ! 12+
10.45 Х/Ф «РАЗНЫЕ СУДЬБЫ» 12+
13.20 Т/С «СЕРЖАНТ МИЛИЦИИ» 12+
17.35, 18.20 Т/С «ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА» 16+
22.00 ФЕТИСОВ 12+
22.50 Х/Ф «ЖИВЫЕ И МЕРТВЫЕ» 12+

ТВ Центр

06.35 ПРАВОСЛАВНАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ 6+
07.00 Х/Ф «СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ» 16+
08.55 ЗДОРОВЫЙ СМЫСЛ 16+
09.30 ХВАТИТ СЛУХОВ! 16+
10.05 Д/Ф «ЛЕГЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
10.55 ПРОСТО & ВКУСНО 6+
11.30, 14.30, 23.35 СОБЫТИЯ 12+
11.50 СМЕШИТЕ МЕНЯ СЕМЕРО 16+
12.40 АНЕКДОТ-КЛУБ «НЕХМУРЫЕ ЛЮДИ» 16+
13.15, 14.45 Х/Ф «ДЬЯВОЛ КРОЕТСЯ В МЕЛОЧАХ» 12+
17.15 Х/Ф «УЛИКИ С ДОСТАВКОЙ» 16+
21.00 ПОСТСКРИПТУМ 12+
22.10 ПРАВО ЗНАТЬ! 16+
23.45 Д/Ф «СЛЕДСТВИЕ ВЕДЕТ КГБ» 16+
00.25 Д/Ф «90-Е» 16+
01.10 10 САМЫХ… 16+

СПАС

07.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНЬЯ 6+
07.25, 07.55 Д/Ф «КУЛЬТУРА НАЦИЙ. КАЗАЧЕСТВО» 0+
08.25 ЦЕРКОВЬ И МИР 0+
08.45 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+
09.15 Д/Ф «ПРАВЕДНЫЙ ИОАНН КРОНШТАДТСКИЙ» 0+
09.50 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+
11.00, 22.00 ПРОСТЫЕ ЧУДЕСА 12+
12.00 ОТЕЦ И ДЕТИ 0+
12.55, 20.55 ПАЛОМНИЦА 12+
14.00 ГЛОБУС ПРАВОСЛАВИЯ 12+
15.00 В ПОИСКАХ БОГА 12+
15.30 ПРОФЕССОР ОСИПОВ 0+
16.05 Х/Ф «КАТЯ-КАТЯ» 6+
18.05 РУССКИЙ КОВЧЕГ С ЯНОМ ТАКСЮРОМ 12+
19.00 Х/Ф «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА» 6+
23.00 БЕСОГОН 18+

5 канал

06.00, 06.40, 07.25, 10.20, 19.25, 20.20 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+
08.20, 10.05, 18.30 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-7» 16+
09.00 СТРАНА СОВЕТОВ 16+
09.30 СТРОЙНАДЗОР 16+
11.15, 12.05, 13.00 Т/С «СЛЕДОПЫТ-2» 16+
00.00 ИЗВЕСТИЯ. ГЛАВНОЕ 16+

ТНВ

06.00 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
06.30, 17.30 «TATARSTAN TODAY. ОТКРЫТЫЙ МИРУ» 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОЗДРАВЛЕНИЯ 16+
09.00, 20.30 ДВОЕ 16+
10.00 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНТУЙ 6+
12.05 КОНЦЕРТ ЗУЛЬФАТА ХАКИМ 12+
13.50 Х/Ф «МОНСАРА» 16+
17.00 ТАМ, ГДЕ КИПИТ ЖИЗНЬ 16+
18.00 СООТЕЧЕСТВЕННИКИ 16+
18.30 НАРОД МОЙ… 16+
19.05 СПОЕМТЕ ВМЕСТЕ! 12+
20.00 ШАГИ 16+
21.20 КОНЦЕРТ РИШАТА ФАЗЛЫЙАХМЕТОВА 16+
23.40 М.ФАЙЗИ. «ГАЛИЯБАНУ». ФИЛЬМ-СПЕКТАКЛЬ 16+

ОТВ

08.00, 12.00, 15.00 СОБЫТИЯ 16+
05.30, 08.30, 12.30, 15.30 СОБЫТИЯ. АКЦЕНТ 16+
06.00 СВЯТЫНИ РОССИИ 12+
07.00, 16.00, 21.35 ЛЕКЦИИ ПАВЛА КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА. ВЛАДИМИР НАБОКОВ» 12+
07.30, 14.30, 21.05 ДНК РОССИИ 12+
07.55, 09.50, 11.55, 15.55, 16.45, 19.30 ПОГОДА НА ОТВ 6+
08.50, 22.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
09.55, 23.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
10.55 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
11.20 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
11.45 НАВИГАТОР. ЛУЧШЕЕ 12+
12.45 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК 16+
13.00 Х/Ф «САША-САШЕНЬКА» 16+
16.30 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИНТЕРВЬЮ 16+
16.50 КХЛ. РЕГУЛЯРНЫЙ ЧЕМПИОНАТ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ. АВТОМОБИЛИСТ (ЕКАТЕРИНБУРГ)-МЕТАЛЛУРГ МГ (МАГНИТОГОРСК) 16+
19.35 Х/Ф «ПОТОМУ ЧТО ЛЮБЛЮ» 16+
00.00 Х/Ф «МИЛЯ ЛУННОГО СВЕТА» 16+

ОТР

06.00 НА ПРИЁМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 16+
06.15 Х/Ф «КАСАБЛАНКА» 12+
08.00, 17.05 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
09.00, 15.30 КАЛЕНДАРЬ 12+
09.30 Х/Ф «РОЗЫГРЫШ» 12+
11.05 Х/Ф «СМЯТЕНИЕ ЧУВСТВ» 12+
12.20 Х/Ф «ДИКАЯ СОБАКА ДИНГО» 16+
14.00, 17.00, 21.00 НОВОСТИ
14.05 ПЕСНЯ ОСТАЁТСЯ С ЧЕЛОВЕКОМ 12+
14.15 ПОЧИТАЕМ! 16+
14.30 ОТЧИЙ ДОМ 12+
14.50 ОЧЕВИДНО. ВЕРОЯТНО 12+
16.00, 05.05 БОЛЬШАЯ СТРАНА 12+
17.30 Х/Ф «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ» 12+
19.00 ОЧЕНЬ ЛИЧНОЕ 16+
19.50 ИГРА В КЛАССИКИ 12+
20.30, 21.15 Х/Ф «БЕЗ СВИДЕТЕЛЕЙ» 12+
22.20 Х/Ф «АРТИСТ» 16+
23.55 Х/Ф «ПРО ЛЮБОВЬ. ТОЛЬКО ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ» 18+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 НОВОСТИ 16+
09.00 МИНТРАНС 16+
10.00 САМАЯ ПОЛЕЗНАЯ ПРОГРАММА 16+
11.00, 13.00 ВОЕННАЯ ТАЙНА С ИГОРЕМ ПРОКОПЕНКО 16+
15.00 СОВБЕЗ 16+
16.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+
16.55 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
18.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ 16+
19.00 ДОБРОВЭФИРЕ 16+
20.00 100 ВОПРОСОВ ОБО ВСЕМ 16+
20.50 Х/Ф «БИБЛИОТЕКАРЬ» 16+
22.40 Х/Ф «СОЛОМОН КЕЙН» 16+
00.40 Х/Ф «СОМНИЯ» 18+

ЗА СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ И ВОЗМОЖНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ В НЕЙ РЕДАКЦИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ НЕ НЕСЕТ

ПЕРВЫЙ

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 ИГРАЙ, ГАРМОНЬ ЛЮБИМАЯ! 12+
06.55 ЧАСОВОЙ 12+
07.25 ЗДОРОВЬЕ 16+
08.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ 0+
09.10 «НЕПУТЕВЫЕ ЗАМЕТКИ» 12+
09.30 «МЕЧТАЛЛИОН» 12+
10.15 ЖИЗНЬ СВОИХ 12+
11.10 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ 12+
12.15 БУДЕМ ЖИТЬ! 16+
13.10 ВИДЕЛИ ВИДЕО? 0+
14.15 Д/Ф «ШЕРЛОК ХОЛМС И «ЗИМНЯЯ ВИШНЯ» 12+
15.15 ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ. ГРАН-ПРИ РОССИИ-2026 0+
16.45 Д/С «MONEYПУЛЯТОРЫ» 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
19.00 ТОЧЬ-В-ТОЧЬ 16+
21.00 ВРЕМЯ 16+
23.00 БОЛЬШАЯ ИГРА 16+

РОССИЯ 1

06.05 Х/Ф «ОТЕЦ ПОНЕВОЛЕ» 12+
08.00 ВЕСТИ. ВОСКРЕСЕНЬЕ 12+
08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00 ВЕСТИ 12+
11.35 «ПРОВОЗГЛАШЕНИЕ ИМПЕРИИ» 12+
12.55 СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА 12+
14.30 ВЕСТИ-УРАЛ
15.00 ВЕСЁЛЫЕ РЕБЯТА 16+
17.50 ПЕСНИ ОТ ВСЕЙ ДУШИ 12+
20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ 12+
22.00 КИСЕЛЁВ 16+
22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН 16+
23.00 ВОСКРЕСНЫЙ ВЕЧЕР С ВЛАДИМИРОМ СОЛОВЬЁВЫМ 12+

НТВ

08.00, 10.00, 16.00 СЕГОДНЯ 12+
08.20 У НАС ВЫИГРЫВАЮТ! 12+
10.20 ЦИФРОВЫЕ РАССЛЕДОВАНИЯ 16+
11.00 ЧУДО ТЕХНИКИ 12+
12.00 ДАЧНЫЙ ОТВЕТ 0+
13.00 НАШПОТРЕБНАДЗОР 16+
14.00 ОДНАЖДЫ… 16+
15.00 СВОЯ ИГРА 0+
16.20 ЧЕЛОВЕК В ПРАВЕ 16+
17.00 СКАНДАЛЫ. ИНТРИГИ. РАССЛЕДОВАНИЯ 16+
18.00 НОВЫЕ РУССКИЕ СЕНСАЦИИ 16+
19.00 ИТОГИ НЕДЕЛИ 12+

МАТЧ ТВ 2

08.00 БОКС. А. ПОВЕТКИН ПРОТИВ Ж. ДЮОПА 16+
09.00, 11.00, 16.00, 20.00 НОВОСТИ
09.05, 16.05, 20.05, 00.00 ВСЕ НА МАТЧ! 11.05 СПОРТ.ДОК. АЛЕКСЕЙ ОБЫДЁННОВ 12+
12.10 ЦЕРЕМОНИЯ НАГРАЖДЕНИЯ ПРЕМИЕЙ ПАРАЛИМПИЙСКОГО КОМИТЕТА РОССИИ «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЖИЗНЬ» 12+
13.55 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. «ЕНИСЕЙ» (КРАСНОЯРСК) - МБА (МОСКВА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
17.35 ВОЛЬНАЯ БОРЬБА. ЧЕМПИОНАТ МИРА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ КАЗАХСТАНА
21.00 ФУТБОЛ. АЛЬФА-БАНК РОССИЙСКАЯ ПРЕМЬЕР-ЛИГА. «ЛОКОМОТИВ» (МОСКВА) - «СПАРТАК» (МОСКВА). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
00.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. «ЮВЕНТУС» - «НАПОЛИ». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ

КУЛЬТУРА

06.30 БИБЛЕЙСКИЙ СЮЖЕТ 16+
07.05 МУЛЬТФИЛЬМЫ 6+
08.00 Х/Ф «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ» 16+
09.15 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 16+
09.55 КИНО О КИНО 16+
10.35 Х/Ф «ЧАПАЕВ» 16+
12.10 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
12.50 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 16+
13.25 ИГРА В БИСЕР 16+
14.05 Д/Ф «ТЕАТР МОЕЙ ЖИЗНИ» 16+
14.50 Н.ГОГОЛЬ. «ИГРОКИ». ТЕЛЕСПЕКТАКЛЬ. РЕЖИССЕР Р. ВИКТЮК 16+
16.30 КАРТИНА МИРА С МИХАИЛОМ КОВАЛЬЧУКОМ 16+
17.10 ПЕШКОМ… 16+
17.40 БОГЕМА. АЛЕКСАНДР АБДУЛОВ 16+
18.35 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
19.30, 19.45 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
20.25 Х/Ф «РОККО И ЕГО БРАТЬЯ» 16+
23.20 КИНЕСКОП 16+

Домашний

06.30 Х/Ф «Я ТЕБЕ НЕРОВНЯ» 16+
08.35, 09.10 МЕТОД РОГОВА 16+
09.45 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+
10.00 Х/Ф «ДАР НЕБЕС» 16+
19.00 Х/Ф «КАК ВЕРНУТЬ БЫВШЕГО» 16+
23.20 Т/С «СЕЗОН ДОЖДЕЙ» 16+

МИР

06.10 МУЛЬТФИЛЬМЫ 12+
07.05 НАШЕ КИНО. ИСТОРИЯ БОЛЬШОЙ ЛЮБВИ 16+
07.35 ДИКТОР ДЕЛАЕТ 16+
08.10 ФАЗЕНДА ЛАЙФ 6+
08.40, 10.10 Х/Ф «ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА КАПИТАНА» 16+
10.00, 13.00, 18.00 ВМЕСТЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ 16+
10.40 Х/Ф «СЛУЧАЙ В КВАДРАТЕ 36-80» 16+
12.10, 13.15 Х/Ф «ОДИНОЧНОЕ ПЛАВАНИЕ» 16+
14.20 Х/Ф «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ» 16+
16.15 Х/Ф «ОТВЕТНЫЙ ХОД» 16+
17.55, 18.15 Х/Ф «БЕЛЫЙ ТИГР» 16+
20.20 Т/С «ПРИКАЗАНО УНИЧТОЖИТЬ» 16+
00.00 ВМЕСТЕ. ЕЖЕНЕДЕЛЬНЫЙ ТЕЛЕЖУРНАЛ 16+
00.50 Х/Ф «ЧИСТОЕ НЕБО» 16+

ЗВЕЗДА

06.50 Т/С «ДАЛЕКО ОТ ВОЙНЫ» 16+
09.00 НОВОСТИ НЕДЕЛИ 16+
09.25 СЛУЖУ РОССИИ 12+
09.55 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
10.40 МУЖИКИ 16+
11.10 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ. ПАНТЕОН 12+
12.00 ИЩУ СВОИХ 12+
12.50 Д/С «ВОЙНА МИРОВ. БИТВА ПРОТИВ СССР. ПРАВДА О ПРИБАЛТИЙСКИХ КАРАТЕЛЯХ» 16+
13.35 Т/С «В ИЮНЕ 41-ГО» 16+
18.00 ГЛАВНОЕ 16+
19.40 Д/С «ЛЕГЕНДЫ СОВЕТСКОГО СЫСКА» 16+
23.05 Т/С «СЕРЖАНТ МИЛИЦИИ» 12+

ТВ Центр

06.05 Х/Ф «ВЕЗУЧАЯ СМИРНОВА» 16+
07.40, 09.30 Х/Ф «ЦЫГАНОЧКА» 16+
11.30, 00.05 СОБЫТИЯ 12+
11.45 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.35 Х/Ф «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ» 12+
14.30 МОСКОВСКАЯ НЕДЕЛЯ 12+
15.00 Д/Ф «ДОРОГИЕ ТОВАРИЩИ» 16+
15.55 Д/Ф «ОХОТА НА МАНЬЯКА» 16+
16.45 Д/Ф «НАСТОЯЩИЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
17.35 Х/Ф «ПОД УДАРОМ» 16+
21.15, 00.20 Х/Ф «ТАЛИСМАН ЧЕМПИОНКИ» 16+
01.05 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС

07.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
07.10 МЕТАНОЙЯ 12+
08.10 Д/Ф «БАТЮШКА ИППОЛИТ» 0+
09.30 МУЛЬТФИЛЬМЫ НА СПАСЕ 0+
09.55 ПАЛОМНИЦА 12+
11.00 ПРОСТЫЕ ЧУДЕСА 12+
12.00 БОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТУРГИЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 0+
14.30, 02.00 ОТ ВОСКРЕСЕНЬЯ ДО ВОСКРЕСЕНИЯ 6+
16.25 СВЯТЫЕ ЦЕЛИТЕЛИ. СВЯТИТЕЛЬ ЛУКА КРЫМСКИЙ. ФИЛЬМ 1 0+
17.00 СВЯТЫЕ ЦЕЛИТЕЛИ. СВЯТИТЕЛЬ ЛУКА КРЫМСКИЙ ФИЛЬМ 2 0+
17.30 РУССКИЙ МИР 12+
18.35, 20.10 Х/Ф «БЫТЬ БРАТОМ» 12+
21.30 ПАРСУНА. С ВЛАДИМИРОМ ЛЕГОЙДОЙ 6+
22.30 ЩИПКОВ 12+
22.40 БЕСОГОН 18+
00.00 НОВОСТИ НА СПАСЕ 16+

5 канал

07.00, 11.15, 12.10, 13.05, 14.00, 14.55, 15.50, 16.45, 17.40, 00.55, Т/С «СЛЕДОПЫТ-2» 16+
07.45, 08.45, 09.30, 10.20 Х/Ф «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА» 12+
09.00 ФИРМЕННЫЙ РЕЦЕПТ 12+
18.35, 19.25, 20.25, 21.20, 22.15, 23.05, 00.00 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+

ТНВ

06.00 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
06.30 ЗАКОН. ПАРЛАМЕНТ. ОБЩЕСТВО 16+
07.00 ШАГИ 16+
07.30 ЗЕРКАЛО ЭПОХИ 6+
08.00 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». ФАРИТ ГЫЙБАТДИНОВ 16+
09.00, 05.10 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
10.00 ГОРЯЧИЙ ХИТ 16+
11.00, 04.35 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
11.30 НАРОД МОЙ… 16+
12.05 «ГОРЯЧИЙ КАЗАН» КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
12.35, 00.40 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
13.05 «ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ». САРА САДЫЙКОВА 16+
14.05 Х/Ф «МОНСАРА» 16+
15.05 Х/Ф «ТАИНСТВЕННЫЙ ГОСТЬ» 16+
16.15 ТЕПЛЫЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
17.10 «КЭМИТ ЖЭВИТ». ЮМОРИСТИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА 16+
18.05, 23.50 ПЕСОЧНЫЕ ЧАСЫ 16+
19.00 СЕМЬ ДНЕЙ 16+
20.00 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНТУЙ 6+
21.30 СПЕКТАКЛЬ 16+
01.10 «ПАНОРАМА» 16+

ОТВ

05.00, 09.00, 18.00, 22.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
06.00, 08.00 Д/Ф «ВЕСЬ МИР-РОССИЯ» 12+
07.00, 11.05, 12.05, 17.00, 18.55 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
07.55, 09.55, 13.55, 15.55, 17.55, 19.55 ПОГОДА НА ОТВ 6+
10.00 ЛЕКЦИИ ПАВЛА КРАШЕНИННИКОВА «ЛЮДИ ПРАВА. ВЛАДИМИР НАБОКОВ» 12+
10.25, 16.00, 16.30, 00.55 ДНК РОССИИ 12+
10.55 ВЕСТНИК КОРПОРАЦИЙ 16+
13.05 ПАТРУЛЬНЫЙ УЧАСТОК. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
13.35 ПРОКУРАТУРА. НА СТРАЖЕ ЗАКОНА 16+
14.00, 23.00 Х/Ф «ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО» 16+
17.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
20.00 Х/Ф «МИЛЯ ЛУННОГО СВЕТА» 16+

ОТР

06.00 ПЕСНЯ ОСТАЁТСЯ С ЧЕЛОВЕКОМ 12+
06.10 Х/Ф «ОН» 16+
07.45 ОТ ПРАВ К ВОЗМОЖНОСТЯМ 12+
08.00, 17.05 ПЁСТРЫЙ МИР 12+
09.00, 15.35 КАЛЕНДАРЬ 12+
09.25 НА ПРИЁМЕ У ГЛАВНОГО ВРАЧА 16+
10.20 МОЯ ИСТОРИЯ 16+
11.15 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ 12+
11.30 ВСЁ ПО-ВЗРОСЛОМУ 12+
12.30, 14.05 Х/Ф «31 ИЮНЯ» 12+
14.00, 17.00, 21.00 НОВОСТИ
14.45 КОНСТРУКТОРЫ БУДУЩЕГО 12+
15.05, 05.30 СВЕТ И ТЕНИ 16+
16.05 БОЛЬШАЯ СТРАНА 12+
17.35 Х/Ф «ЖЕНЩИН ОБИЖАТЬ НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ» 16+
19.00 КЛУБ ГЛАВНЫХ РЕДАКТОРОВ 16+
19.45, 21.15 КИНО НА ВСЕ ВРЕМЕНА: ФИЛЬМ 1. «ПРЕМИЯ» 16+
21.25 ФИЛЬМ 2. «Я, ДЭНИЕЛ БЛЭЙК» 16+
23.05 Д/Ф «ГОРЯЩИЙ ГОРЬКИЙ» 18+
23.40 Х/Ф «КАСАБЛАНКА» 12+
01.20 Х/Ф «СМЯТЕНИЕ ЧУВСТВ» 12+

РЕН ТВ

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30 НОВОСТИ 16+
09.00 САМАЯ НАРОДНАЯ ПРОГРАММА 16+
10.00 ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО? 16+
11.00 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
12.00, 16.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+
13.00 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ 16+
14.00 Д/С «ЛЕГЕНДЫ И МИФЫ» 16+
16.55 ЧТО МЫ ЗНАЕМ О ПЛАНЕТЕ ЗЕМЛЯ? 16+
17.50 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+
18.50 Х/Ф «НОЧЬ В ОСАДЕ» 16+
20.45 Х/Ф «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ» 16+
23.00 ИТОГОВАЯ ПРОГРАММА С ПЕТРОМ МАРЧЕНКО 16+
23.55 Д/Ф «ВЕЛИКИЕ ТАЙНЫ. КОЛУМБ» 16+

СКАНВОРД




Проигрыватель грампластинок | Голос кота Матроскина | КВН-фирма | Сигнал головой | Индивид без силы | Ветвь дыхательного горла | «Панк» среди попугаев | Мимино - ... Мизандари | Фрукт с изумрудной мякотью | Название изумруда (устар.) | Заказная опера Верди | Отшельник | Российский актер Виктор ... | Команда крановщику на подъем | Тяжелая, плотная ткань | Тетя Лина на ТВ | Военный маневр | Без зубов железо ест | Череда предков | Пролетаемое пулей расстояние | Шелковая ткань | Количество важных бумаг | Высота звука | «Порода» человека | Медсестринская опека | Селение близ Диканьки | Флотская иерархия | Минерал, оловянный колчедан | Кормилица барда | Кормовая культура | Бумажная сумка с рынка | Юридическая узда | Мера для лиха (шутл.) | Ядовитая змея тропиков | Вьючное животное | Один из двух мужей гипотенузы | Полянка (уст.) | Многоместный «венгр» | Сливки дворянского общества | Вставной передний зуб (жарг.) | Вето, наложенное шаманом | Бочонок по старинке | Пышные сборки на платье | Английский дворянин | Основное население Лаоса | Популярный индийский курорт | Вечный город | Незатаренный вес | Масло, которое льет льстец | Город-курорт в России | Композитор ... Морриконе | Библейский патриарх | Житель Белграда | То ли рыба, то ли змея | Ее заглаживают и искупают | Сборщик податей в Иудее

Ответы на сканворд, опубликованный в предыдущем номере. ПО ГОРИЗОНТАЛИ: **Дупло. Лермонтов. Свитч. Пасха. Изнанка. Натяг. Полок. Авось. Факт. Аруз. Верба. Миди. Лапка. Яна. Сша. Робот. Халтура. Древо. Оса. Туча. Реестр. Время. Нуга. Пена. Грин. Ученик. Гимнастка. Карт. Така.** ПО ВЕРТИКАЛИ: **АПамятник. Посул. Офис. Осанка. Кладовка. Чистота. Префект. Чиграков. Работяга. Ландау. Взяточник. Ринго. Сауна. Сваха. Оканье. Раут. Рол. Трепет. Абу. Сена. Ратник. Завивка. Рака.**

«МЫ БОДРЫ» НАДО ГОВОРИТЬ БОДРЕЕ…

ЛЕГЕНДЫ УРАЛА

Татьяна Ковалева



Столетний юбилей со дня рождения народного артиста Евгения Евстигнеева, который отмечался совсем недавно, в начале октября, – хороший повод вспомнить, каким уникальным артистом он был. И хотя родился актер не на Урале, с нашей землей его связала творческая судьба.

Он снимался на Свердловской киностудии в масштабных киноэпопеях «Приваловские миллионы» (1972) и «Демидовы» (1983). Если среди вас, уважаемые читатели, есть участники массовок или свидетели этих киносъемок, отзовитесь! Будем рады напечатать ваши воспоминания.



Три жены и одна мама

За всю жизнь у Евгения Евстигнеева было три жены. Ныне живы любящие его сын Денис (режиссер) от брака с Галиной Волчек и дочь Мария (актриса) от Лилии Журкиной. В браке с Ириной Цывиной детей не было. Но благодаря ей увидела свет книга «Я жив…», где артист вспоминает о маме, а коллеги рассказывают о нем самом.

В этом сборнике Ирина пишет: «Держу в руках старенький дешевый блокнотик,



вновь и вновь пробегаю глазами неровные строчки, написанные Марией Ивановной Евстигнеевой-Чернышовой … Но это – не совсем дневник… в нем лишь скупо сообщается о датах приезда и отъезда сына; о том, как долго не было дождей летом такого-то года; о том, когда переименовали Нижний Новгород в Горький; нехитрые рецепты от бессонницы, от головной боли … И лишь одна собственно психологическая запись, и та зачеркнута: «…а Женю ждать долго; может, до него умру».

Что же, она дождалась своего единственного: он приехал к ней февральским вечером, и она сказала: «Ну, наконец-то, сынок, могу умереть». А на его реплику о том, что поздно, ей пора спать, ответила: «Я еще посижу немного. А ты иди, ложись. Я постелила тебе». Он поцеловал мать и ушел спать. Наутро он застал ее в той же позе, она сидела в комнате, но жизнь уже покинула ее. Мать не могла умереть, не увидевшись с ним…

Ее присутствие в жизни сына было чрезвычайно важным. Между ними существовала глубоко внутренняя, несуетная преемственность. Когда Евгению Александровичу присвоили звание народного артиста СССР и пришли друзья поздравить его, Мария Ивановна отозвала их в сторону и очень просила: «Только не хвалите его, не надо; он этого не любит». Вероятно, ей казалось, что всякого рода похвала, пусть и справедливая, – это что-то излишнее, ненужное, что человека не подобает хвалить, это как-то умаляет его достоинство.

Быть может, этим и объясняется то, что в жизни Евгений Александрович был скорее молчуном, человеком, не склонным судить людей. Он предоставлял им быть такими, каковы они есть. А если что-то в человеке вызывало протест, он просто отстранялся, отходил в сторону.

Когда он родился, его матери было 32 года. Старший брат Евгения Александровича по отцу был артистом-комиком в провинциальном театре. Он умер молодым, и эта смерть укрепила Марию Ивановну в мысли, что профессия актера подвластна какому-то страшному року. Она решила для себя, что артистом Женя никогда не будет. И когда она столкнулась с решением младшего сына стать артистом, то испугалась и предприняла все возможное, чтобы удержать его.

Так, она убедила начальника отдела кадров завода «Красная Этна», где Евгений работал слесарем, чтобы тот ни под каким предлогом не отдавал сыну документы. Прошло четыре года, прежде чем сын все-таки стал студентом Горьковского театрального училища.

Но в другом случае Марии Ивановне пришлось сыграть роль прямо противоположную. Работая после окончания училища во Владимирском драматическом театре, Евгений Александрович мечтал о Москве, но его не отпускали из театра. Тогда они с мамой пошли на хитрость. С ее согласия он обратился к администрации театра с просьбой отпустить его к матери в Горький. Благодаря тому, что мать подтвердила необходимость пребывания сына рядом с ней, его отпустили. Он уехал в Москву, и столица приняла его…

С тех пор Мария Ивановна жила от расставания с ним до новой встречи».

…Режиссер и сценарист фильма «Еще люблю, еще надеюсь» Николай Лырчиков вспоминал, что по сценарию над кроватью героя Евстигнеева должна была висеть фотография матери. Актер настоял, чтобы это была реальное фото его мамы Марии Ивановны.

ЕвстиГений

Он мог сыграть любую роль, хоть табуретку. От голого короля до Ивана Грозного. А ведь Евстигнеев – не потомственный артист: папа – металлург, мама – фрезеровщик. Но как прекрасно ему удавались роли интеллигентов! Любил он, по собственным словам, играть гадов – неприятных персонажей. Да так, чтобы зрители поняли, что быть таким человеком стыдно. Или смешно.

Сотни ролей в кино, практически все – бриллианты! Кто из нас не помнит товарища Дынина из фильма «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен»? А противного жениха в комедии «Зигзаг удачи», а азартного Парамошу в трагедии «Бег»? А трагически рассеянного Плейшнера в сериале «Семнадцать мгновений весны»? И самый яркий образ – профессор Преображенский в «Собачьем сердце».

Однако ни в одном документальном фильме, приуроченным к юбилеям актера, я не встретила упоминания съемок Евгения Евстигнеева на Свердловской киностудии. Между тем он был одним из любимых артистов нашего знаменитого режиссера Ярополка Лапшина.

Правда, зазвать на Урал такого востребованного человека, как Евстигнеев, было непросто. Театр у него был на первом месте. На съемки «Демидовых» он вырывался в Свердловск по выходным. Летал на самолете туда и обратно. Режиссер и вся съемочная группа относились к этому с пониманием.

Евстигнеев на съемочной площадке не требовал к себе особого почтения. В архивах Свердловской киностудии есть кадр, где Евгений Александрович сидит на пригорке с зеркальцем в руке и сам себя гримирует… «Не смотрите, что я – народный артист. Я простой, как валенок!» – говорил он о себе.

Пересмотрела я на днях «Приваловские миллионы» и «Демидовых», особенно те эпизоды, где играет Евгений Евстигнеев, и удивилась. Как в советское время артист смог показать дельца, не лишенного последних граммов совести? Главная роль в кинодилогии «Демидовы» – тоже шедевр перевоплощения. Тоже делец. Но прежде всего – оружейник-кузнец. Знающий себе цену и не теряющий головы от государева заказа.

В октябре 2026 года в родном для артиста «Современнике» прошел вечер-спектакль с говорящим названием «ЕвстиГений» – коллеги не могли назвать его иначе. На сцену вышли Леонид Ярмольник, Станислав Любшин, Алексей Гуськов. Голосами Галины Волчек, Олега Табакова, Эльдара Рязанова говорили молодые актеры. Владимир Машков, открывая вечер, обратился к внучке артиста, Софье Евстигнеевой: «Дедушка тебя не видел, но он тебя любит, будет любить всегда. Такие личности не уходят».

Что слетело с языка, то осталось на века

А сейчас давайте поиграем! Вспомните, из каких фильмов ушли в народ эти фразы, озвученные Евгением Евстигнеевым:

– *«Мы бодры» надо говорить бодрее, а веселы – веселее…*

– *Когда я был маленьким, у меня тоже была бабушка. Но за все эти годы я не смог огорчить её до смерти. А он — смог!*

– *Не пора ли, друзья мои, нам замахнуться на Вильяма, понимаете, нашего Шекспира?*

– *Тебе бы не картины, начальник, тебе бы книжки писать.*

– *Хороший вы народ, мужики, только облику не теряйте.*

– *Разруха – не в клозетах, а в головах!*



Фото из открытых источников

№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета

АРТРИТ и АРТРОЗ – в чем отличие?

К СВЕДЕНИЮ

Артрит и артроз – многие знают, что это заболевания суставов, но в чем их различия? А ведь эти болезни требуют разного подхода к лечению.

Травматолог-ортопед московской клиники «Чайка» Александр Торицын рассказал об особенностях этих патологий, о том, как их распознать на ранней стадии и можно ли их предотвратить.



– Что такое артрит и артроз?

– Артрит – острое воспаление одного или нескольких суставов, которое сопровождается повышением температуры тела, покраснением, отеком, болью, ограничением движений.

Артроз – заболевание, которое в первую очередь поражает хрящ, а затем кости и связки. Оно может появиться из-за травм, лишнего веса, генетической предрасположенности.

– В каком возрасте эти заболевания обычно появляются? Кто в группе риска?

– Артроз может развиться у мужчин до 40 лет, у женщин – обычно после. Появление артрита не связано с возрастом, его могут диагностировать у молодых, пожилых и даже детей. Повышенная вероятность болезней суставов у тех, кто мало двигается или ведет нездоровый образ жизни. Также в группе риска люди, которые занимаются изнурительным физическим трудом: когда человек поднимает тяжести, работает стоя или вынужден постоянно сгибать и разгибать ноги. Все это создает перегрузку, как следствие – воспаление капсулы и связочного аппарата. Это приводит к развитию артроза.

– Ревматоидный, инфекционный – какие еще есть виды артрита?

– У артрита есть несколько видов: ревматоидный появляется из-за сбоев в работе иммунной системы; посттравматический возникает после травм и с годами может переходить в остеоартроз – поражение всех компонентов сустава; инфекционный – когда заболевание развивается из-за проникновения вирусов, бактерий.

Для артрита характерны следующие симптомы: болевые ощущения в суставе; отек, припухлость в пораженном месте; покраснение кожи; ограничение подвижности; повышение температуры больного участка тела. Даже с одним из этих симптомов необходимо обратиться к врачу. Заболевание легче вылечить на начальной стадии.

– К какому врачу обратиться с подозрением на артрит? Как проходит диагностика и лечение?

– Если вовремя не начать терапию, артрит может привести к инвалидности, постоянные боли будут влиять на качество жизни. Поэтому при первых подозрениях обращайтесь к травматологу-ортопеду, первично можно посетить терапевта. Сначала врач узнает жалобы и проведет осмотр. Далее может понадобиться инструментальная или лабораторная диагностика: рентгенография, УЗИ, МРТ, КТ, общий или биохимический анализ крови и другие.

Лечение назначает врач, все зависит от причин артрита. На первых стадиях при выполнении всех указаний болезнь можно полностью вылечить или перевести в ремиссию. Терапия может быть консервативной – ЛФК, применение лекарственных препаратов, и оперативной.

– Поговорим об артрозе. В каких местах он может появиться, какие главные симптомы? Как его лечат?

– Артроз может поражать любые суставы: коленные, тазобедренные, плечевые, кистей рук, позвоночника... Чаще он встречается в нижней половине тела. Если не начать своевременное лечение, патология может приводить к инвалидности, эндопротезированию. Среди главных симптомов: ограниченная подвижность, отек, боль. Артроз нельзя полностью вылечить. Но терапию нужно проходить обязательно. Она поможет уменьшить симптомы и прогрессирование болезни. Лечением занимаются травматолог-ортопед, ревматолог, терапевт, врач ЛФК.

Главные методы диагностики – рентгенография, КТ и МРТ. Лечебная физкультура и снижение осевой нагрузки – главное, что рекомендуют пациенту с артрозом. Упражнения должны подбираться индивидуально. Также могут назначать нестероидные противовоспалительные препараты и лекарства местного действия.

– Какие рекомендации вы можете дать читателям, чтобы они не столкнулись с этими недугами?

– Здоровый образ жизни предотвращает множество проблем, в том числе – и с суставами. Поддерживайте нормальную массу тела, будьте более активны и выпивайте около двух литров воды в сутки. Придерживайтесь регулярных физических нагрузок, выбирайте любой вид тренировок по душе. Но заниматься нужно в меру, избыточные нагрузки могут вредить суставам.

stolichki.ru

фото: medprosvet.spb.ru

Вроде те же овощи, а продукт – другой

АПТЕКА НА ГРЯДКЕ

Рустем Садыков
кандидат медицинских наук,
врач-гастроэнтеролог, г. Курган

Квашеная капуста, морковь «по-корейски», консервированные оливки выглядят как обычные овощи. Но во время ферментации с ними происходит гораздо большее, чем просто изменение вкуса: микроорганизмы используют часть содержащихся в продукте сахаров и образуют в овощах новые соединения. Всегда ли ферментированная версия полезнее свежей?



Ферментация действительно меняет состав овоща и то, как он взаимодействует с пищеварением. Частично перерабатываются углеводы, меняются вкус и кислотность, структура становится мягче, появляются продукты жизнедеятельности молочнокислых бактерий. Один и тот же овощ до и после ферментации может переноситься организмом по-разному.

Свежая белокочанная капуста – источник клетчатки, витамина С и растительных соединений. Но у людей с чувствительным кишечником большая порция сырой капусты может вызывать вздутие и газообразование. При квашении бактерии перерабатывают часть углеводов, накапливается молочная кислота, продукт становится мягче и приобретает характерный кислый вкус.

Квашеная капуста может стать полезной частью рациона, но это – не тот продукт, который нужно есть мисками. При гипертонии, склонности к отекам и необходимости ограничивать соль размер порции имеет значение.

С оливками трансформация еще заметнее. Свежие плоды с дерева очень горькие и практически не похожи на привычные нам консервированные оливки.

Во время обработки и ферментации количество горьких компонентов уменьшается, меняются вкус, структура и состав органических кислот. При этом сильной стороной таких оливок остаются ненасыщенные жиры и растительные вещества, а главным ограничением – большое количество соли в рассоле.

Свежая морковь ценна клетчаткой и каротиноидами, включая бета-каротин. При ферментации бактерии используют часть сахаров, поэтому вкус становится менее сладким и более кислым. Появляются органические кислоты и продукты бактериального обмена, структура моркови становится мягче. Но ферментированная морковь не становится полезнее свежей, каротиноиды в процессе приготовления не прибавляются.

При рефлюксе, обострении заболеваний ЖКТ или выраженной чувствительности кишечника большая порция любых квашеных овощей может усиливать изжогу, жжение, вздутие. ***Фото: aif.ru***

Не давайте мозгу лениться!

СОВЕТЫ ВРАЧА

Головной мозг – самый ленивый орган в нашем теле. Он обожает рутину и готов пойти на любые хитрости, чтобы не напрягаться. Но именно интеллектуальная «встряска» – лучшее лекарство от забывчивости и рассеянности.

Как сделать так, чтобы наши серые клетки оставались в тонусе и в 70 лет, и старше? Отвечает Игорь Васильченко, медицинский психолог Клиники психического здоровья «На Калинина» в Екатеринбурге.



– Наш мозг нуждается в регулярной активности на протяжении всей жизни, – подчеркивает эксперт. – Физиологические процессы старения, заболевания сердечно-сосудистой и центральной нервной систем, психические нарушения оказывают влияние на такие функции, как память, внимание, мышление.

Нельзя забывать и о таком факторе, как стресс. Вспомните: когда кто-то рядом жалуется на самочувствие, мы, не задумываясь, «сочувствуем», мол, все – от нервов, это стресс. Меж тем хронический, продолжительный стресс существенно снижает психические ресурсы человека.

Человек может заметить, что стал более рассеянным, начал забывать, зачем он пришел в соседнюю комнату, обнаруживает, что ему стало труднее подбирать слова. При сосудистых факторах, к примеру, повышенном артериальном давлении, повышается риск поражения коры головного мозга, увеличивается вероятность возникновения когнитивных нарушений.

Поддержание регулярной интеллектуальной активности положительно влияет на высшие психические процессы. Мозг сохраняет способность учиться и адаптироваться практически в любом возрасте. Регулярная умственная тренировка – один из важных компонентов поддержания общего здоровья. Интеллектуальная нагрузка помогает поддерживать самостоятельность, интерес к окружающему миру и способствует сохранению уровня памяти. Занимайтесь тем, что вам интересно: разгадывайте кроссворды, осваивайте новые техники рукоделия, изучайте иностранный язык вместе с внуком-школьником. Главное – не идите на поводу у собственного мозга, не ленитесь!

По материалам Макс-канала «Здоровье уральцев»

Фото: skillbox.ru

Осенние ошибки могут «испортить» почву



САДОВОДСТВО

Нынешняя осень дает владельцам дачных участков возможность больше внимания уделить подготовке к следующему сезону. Тепло, нет затяжных дождей. В эту пору многие решают основательно перекопать грядки, чтобы не тратить на это время осенью. Но здесь садоводов поджидают и досадные промахи. Что нужно учесть при осенней перекопке земли?

«Осенью обязательно нужно что-то внести для плодородия». Самая распространенная ошибка. Растения действительно выносят с участка элементы питания. Но часть элементов остается в корнях, листьях, стеблях и других растительных остатках. Часть еще находится в почве. А внесенные удобрения могут не усваиваться полностью и даже накапливаться. Поэтому иногда полезнее не добавлять ничего. Лучше вспомнить прошлые подкормки и оценить, не будет ли их избытка в следующем сезоне? Лишние удобрения вредят урожаю.

«Чем больше органики – перегноя, компоста или навоза, тем лучше для будущего урожая». Органика необходима почве, но это не значит, что ее можно добавлять без ограничений. Большие объемы навоза и компоста способны привести к накоплению фосфора, калия, кальция, магния и растворимых солей.

Особенно легко ошибиться, если рассчитывать дозу только по азоту. Чтобы получить нужное количество азота из органики, можно одновременно внести слишком много фосфора и калия. Огородник получит существенный дисбаланс в почве. Органика полезна тогда, когда ее количество соответствует задаче.

«Вся органика одинаково полезна, оставить всю ботву». Здоровые растительные остатки возвращают в почву углерод и элементы питания, служат субстратом. Но больные листья, стебли, плоды и корни могут сохранять инфекции до следующего сезона. Осенняя санитария должна быть выборочной: больное убрать, здоровое по возможности сохранить.

«Ботву лучше всю убрать, чтобы огород был чистым». Другая крайность. Если вы удаляете всю здоровую растительную массу, вместе с ней участок покидают органический углерод и элементы питания. Голая почва оказывается открыта дождям и ветру. Разрушается поверхность, возрастает риск образования корки и эрозии. Поэтому удалять нужно не всю органику, а источник конкретной опасности.

«Чем глубже перекопаем, тем лучше разрыхлим». Один из самых живучих мифов. После перекопки почва действительно кажется рыхлой. Но интенсивная обработка способна разрушать саму структуру почвы. Работа по влажной земле особенно опасна: вместо разрыхления можно получить уплотнение. Обработка нужна только тогда, когда решает конкретную проблему: для заделки удобрений, при избыточном уплотнении и необходимости внесения разрыхлителей.

«Осенью обработаем почву фунгицидом – и болезней не будет». Фунгицид не превращает почву в стерильный субстрат! Патогены могут находиться в растительных остатках, корнях, в почве. Одна обработка не заменяет летние санитарные мероприятия, севооборот, контроль влажности и другие элементы фитосанитарной системы.

«Лучше сделать все сразу, чтобы весной не думать». Мы вмешиваемся сразу в химическую, физическую, биологическую и фитосанитарную системы. Хорошая агрономия работает иначе. Сначала полезнее посмотреть на участок. Остановиться и вспомнить, что вносили, в каком количестве, сколько растения забрали, сколько может оставаться в почве, что сажали. Сколько органики осталось, а сколько удалено с участка? Понять состояние структуры почвы, степень уплотнения, засоления, влагоемкость и воздухопроницаемость.

Определить потенциальную возможность сохранить растительные остатки на участке и только потом выбирать способ воздействия на почву.

Это может быть компост, навоз, перегной; минеральное удобрение, кроме азотных; перекопка или вообще отсутствие вмешательства. Именно последний вариант часто оказывается самым верным осенью.

Главное правило осеннего участка. Осень – не время сделать с почвой как можно больше. Лучше сохранить то, что работает, удалить то, что представляет угрозу, и не создавать новых проблем ради ощущения хорошо выполненной работы.

Почва не нуждается в ежегодной генеральной уборке. Лучший садовод – не тот, кто осенью сделал больше всех, а тот, кто оставил почву до весны в состоянии, когда она способна нормально работать.

Ботаничка.ру фото: botanichka.ru

Рыбка на «подушке»

ВКУСНО ПОЕДИМ!



Ужин в одной форме, где сначала запекают фасоль с помидорами, а рыбу кладут сверху только на последние 10-12 минут. Нежный вкус и сплошная польза!

Потребуется: филе трески, хека или минтая – 600 г (4 куска толщиной около 2 см); белая фасоль консервированная – 2 банки по 400 г; помидоры – 400 г; чеснок – 3 зубчика; растительное масло – 3 ст. ложки; сушеный тимьян – 1 ч. ложка; сладкая паприка – 0,5 ч. ложки; лимон – 1 шт. (цедра и 2 ст. ложки сока); зелень петрушки и укропа; соль и черный перец – по вкусу.

Приготовление: фасоль откиньте на дуршлаг, промойте холодной водой от мутной заливки и дайте стечь. Помидоры нарежьте дольками, чеснок измельчите. В форме для запекания перемешайте фасоль, помидоры, нарезанный чеснок, растительное масло, тимьян и щепотку соли. Запекайте 15 минут в духовке, разогретой до 200 градусов.

Тем временем обсушите рыбу бумажным полотенцем, посолите, посыпьте перцем и смажьте растительным маслом.

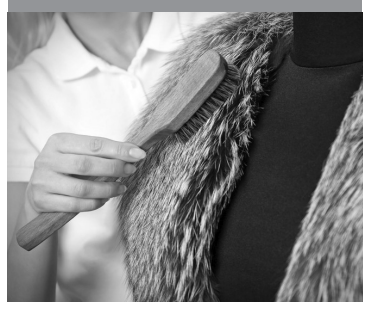
Достаньте форму, перемешайте овощи. Выложите рыбу сверху и запекайте. Рыба готова, когда мякоть в центре стала непрозрачной и легко расслаивается вилкой.

Мелко порубите петрушку и укроп, смешайте с цедрой и лимонным соком. Посыпьте рыбу этой смесью сразу после духовки и подавайте с хлебом, им удобно собирать соус.

botanichka.ru фото: gastronom.ru

Пуховик, к зиме будь готов!

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ



Не за горами первые морозы. Пора пробуждать от «летней спячки» наши шубы, пальто и пуховики и подготовить их к зимнему сезону.

МЕХОВЫЕ ИЗДЕЛИЯ. Шубу из натурального меха покупают на много лет и поддерживают в надлежащем состоянии.

Стоит достать шубу еще до начала холодов. Протрясти и вывесить в темном месте с хорошей циркуляцией воздуха. Для проверки меха на чистоту подуйте на него. Образовавшаяся «воронка» в мехе закроется сразу, если шуба чистая. Если «воронка» держит форму – мех нужно почистить.

Расчешите шубу для избавления от пыли – сначала по ворсу, затем против ворса.Места, где мех примялся, нужно отпарить или нанести на это место немного воды и уложить ворс при помощи щетки. Для придания меху блеска его можно присыпать крахмалом. Затем вытрясти шубу и удалить остатки крахмала щеткой. Если обнаружены стойкие загрязнения, рекомендуется сдать изделие в химчистку.

Последний этап – дать изделию «обвисеться» сутки в темном и прохладном месте.

ВЕРХНЯЯ ОДЕЖДА. После возвращения зимнего пальто из летнего отпуска его нужно вытрясти и проветрить. Затем развесьте изделие на «плечики» и обработайте его водой из пульверизатора; оставьте пальто на вешалке до полного высыхания.

Если есть пятна загрязнения на рукавах и воротнике, их можно удалить с помощью бензина. Намочите чистую тряпочку в бензине и обработайте пятно. Затем протрите место загрязнения влажной тряпочкой.

КУРТКИ НА НАПОЛНИТЕЛЯХ. Для подготовки пуховика к зиме его нужно постирать и просушить. Стирать зимнюю куртку можно в машинке. Не рекомендуется использовать порошок и отбеливатели, лучше применять шампунь. Стирка производится при температуре до 40 градусов, в «деликатном» режиме. Чтобы после стирки пуховик был сухим, отжим ставьте на 800-900 оборотов.

После стирки куртку-пуховик надо оставить до полного высыхания. Изделие с искусственным наполнителем можно развесить на «плечиках». Но если куртка на натуральном наполнителе, следует расстелить ее на столе и периодически встряхивать, чтобы пух не свалялся.

bellissimo72.ru фото: dryclean.ru

6+ НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ Пенсионер №43 (1325)
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС: П3196 Подписаться можно в почтовых отделениях области с любого месяца. Платеж через ПАО СБЕРБАНК – ИНН 6659037532

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

Адрес редакции и издателя: Россия, 620000, Екатеринбург, ул. Антона Валека, 15, оф. 626.
E-mail: ps@mediakrug.ru
Сайт: газетапенсионер.рф

Главный редактор Н.Д. Березнякова,
E-mail: ps@mediakrug.ru
Верстка Д. Терешин
Отдел подписки тел. 8 922 032-32-53
Отдел рекламы pr@mediakrug.ru

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.
Сдача номера в печать по графику – 16.00, фактически – 13.00, 20.10.2026 г.
Дата производства 20.10.2026 г.
Выход в свет 21.10.2026 г.
Тираж 5100 экз. **Заказ** 6214.

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР» по QR-коду

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.

№43 (1325)
21 октября 2026 г.
Пенсионер областная газета







Знакомство с врачом не должно стоить денег, а правильный план лечения бесценен. Часто главный барьер перед визитом в клинику – это неизвестность. Что делать? К какому врачу идти? Сколько это будет стоить?

Мы снимаем этот барьер. **Первичная консультация** любого специалиста в нашей клинике – абсолютно бесплатна. Вы можете смело прийти и задать все свои вопросы терапевту, хирургу, ортопеду, ортодонту или гигиенисту.

Не ждите, пока маленькая проблема станет большой. Запишитесь на бесплатный осмотр и консультацию, и наш врач предложит вам четкий план лечения с фиксированной стоимостью. Позаботьтесь о здоровой улыбке сегодня – это выгодно!

За время консультации вы получите:

- Осмотр и честную оценку состояния ваших зубов.
- Четкий ответ на вопрос «что делать?» и понятный план действий.
- Прозрачный расчет ориентировочной стоимости лечения.
- Возможность познакомиться с врачом и атмосферой клиники без каких-либо обязательств.

Качественное лечение зубов – это не роскошь, а необходимость. Теперь вы можете получить профессиональную помощь своевременно и по справедливой цене. По нашей специальной акции лечение зубов стартует от 2900 рублей.

Что входит в эту стоимость? Это полноценное лечение среднего кариеса в условиях одной поверхности с использованием современных материалов и технологий. Вы получаете не просто «пломбу», а восстановление зуба с учетом его анатомии, цвета и функции. Мы лечим так, чтобы результат был незаметным и служил вам долгие годы.

Верните себе полноту жизни и уверенность в один день! Если вы устали от съемных протезов или столкнулись с необходимостью восстановить целый ряд зубов, современная стоматология дает идеальное решение – протокол **«Все на четырех» (All-on-4)**.

Это революционный метод, при котором **полная несъемная конструкция фиксируется всего на 4 имплантатах**. Вы получаете новые, эстетичные и полностью функциональные зубы за короткий срок – и сразу начинаете жить с комфортом.

Предлагаем уникальную возможность: комплексное решение **«All-on-4» – от 4900 руб/мес**.

Что входит в предложение? В эту сумму включены ключевые этапы: работа команды хирурга и ортопеда, 4 импланта премиум-класса и адаптированный несъемный протез. Это полный цикл, который избавит вас от хождения по разным клиникам и непредвиденных расходов.

Запишитесь на **бесплатную расширенную консультацию** с диагностикой и 3D-планированием. Мы подробно расскажем, как эта технология подходит вам, и рассчитаем окончательную стоимость!

ВИНЛАЙТ

Стоматологическая клиника «Винлайт»

г. Екатеринбург
ул. Авиационная, 16
с 8.00 до 21.00
vinlite.ru

Не является публичной офертой

РЕКЛАМА

Лиц. Л041-01021-66/04333563 от 10.02.26 ООО «Орбита» ОГРН 1246600036869

КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА – БЕСПЛАТНО **+7 (343) 343-33-19**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

НЕ ТОЛЬКО КОРМЯТ, НО И ЛЕЧАТ

СИЛА ПРИРОДЫ

Римма Врубель

Общеизвестно, что для поддержания здорового образа жизни человеку необходимы и витамины, и минералы. И необязательно идти за ними в аптеку, они лежат в вашем холодильнике, овощехранилище, погребе.



Самые важные для нас минералы – кальций, магний, цинк и железо. Они способствуют укреплению костной и иммунной систем, повышают сопротивляемость организма. И всегда под рукой! Так, кальций содержится в молочных продуктах, фасоли, зелени петрушки, сушеных грушах, яичном желтке и хрене. Магнием богаты пшеничные отруби, грецкие орехи, горох, различные крупы, абрикосы, капуста. В фасоли и горохе много и цинка. А еще этот минерал присутствует в кукурузе, мясе, рыбе, яблоках, грушах, картофеле, капусте, свекле и моркови.

Из перечисленного видно, насколько ценны выращенные в наших садах и огородах овощи. На Урале хорошо растет и фасоль. Причем, ей не надо выделять отдельную грядку, достаточно бросить семечко в гнездо при посадке картошки. Они не помешают друг другу. Более того, фасоль благодарна кусту за то, что помогает ей виться, а картофель признателен за то, что фасоль щедро удобряет землю азотом.

Вспомним, что буквально все выращенные нами овощи, фрукты и ягоды обладают ценнейшими целебными свойствами. К примеру, все знают, что малина незаменима при лечении простудных заболеваниях, но она необходима и для нормальной работы сердечно-сосудистой системы, снижает артериальное давление и уровень холестерина в крови. В смеси с шиповником, листьями березы и черной смородины малина действует как укрепляющее средство. Такой чай рекомендуется пить по полстакана два раза в день до еды.

Отвар из листьев петрушки – хоть свежей, хоть сушеной – способен улучшать обменные процессы в организме. Для заварки берется горсть листочков на стакан воды. Рекомендуется пить этот настой утром натощак.

Но рекордсменом по всем статьям является черная смородина. Перечисление всех содержащихся в ней минералов и витаминов заняло бы страницу. Назовем главные минералы – калий, кремний, медь, молибден. По содержанию витамина С черная смородина опережает лимоны и другие цитрусовые.

В народной медицине черная смородина широко используется при гриппе. Ее можно принимать во всех видах, с сахаром и горячей водой, до нескольких стаканов в день. Помогает даже отвар из ее веточек, которые надо мелко поломать и заварить кипятком: горсть на четыре стакана воды. Выпить в горячем виде сразу два стакана, и наутро вы почувствуете облегчение.

Поможет смородина и при восстановлении сил после перенесенной простуды. Тут полезен настой: одна-две столовые ложки ягод на стакан кипятка. Настоять 15 минут и пить по полстакана несколько раз в день.

Очень полезна черная смородина при анемии, пониженной кислотности желудочного сока, холецистите – за исключением стадии обострения. Эти ягоды положительно влияют на работу печени и желчного пузыря, способствуя очищению органов и уменьшению воспалительных процессов. Если вдруг испортилось настроение, поешьте черной смородины или выпейте с ней чаю, и вы почувствуете, как уходят куда-то плохие мысли. Это успокаивающе действует на нервную систему черная смородина.

Все лето мы помогали растениям, а осенью и зимой они готовы поддержать нас!

фото: 442fz.volganet.ru