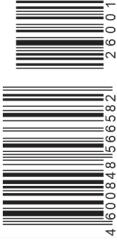


ТВПРОГРАММА
с 5 по 14
января

Пенсионер

ГАЗЕТА, КОТОРУЮ ЛЮБЯТ И ЖДУТ

№ 1-2 (1283-1284)
1-7 ЯНВАРЯ 2026 г.

С Новым
годом и
Рождеством!

«Я ПЛАНЫ НАШИХ ЛЮБЛЮ ГРОМАДЬЕ!»

Елена Зинковская

Именно эта строчка из поэмы Владимира Маяковского всплывает в памяти, когда речь заходит об ожиданиях от наступившего года. Мы поздравляем читателей «Пенсионера» с новогодними праздниками и предлагаем познакомиться с тем, что сулит нынешний год.

Астрологи, нумерологи и прочие прорицатели обещают, что он станет годом больших перемен и новых возможностей. Свои аналитические сценарии строят политологи, экономисты, финансовые эксперты. Мы не будем ни с кем соревноваться в прогнозах, а приведем конкретные факты, назовем события, которые уже запланированы в 2026 году.

Многообразие – наше богатство

Решением Президента РФ Владимира Путина 2026 год объявлен Годом единства народов России. Наше государство является уникальной страной, где веками живут более 190 народов. Говорят они примерно на 277 языках и диалектах. Каждый из этих народов вносит свой бесценный вклад в общую культуру, традиции и историю нашей страны. Это многообразие – наше главное богатство. Вместе мы создаем экономику, вместе защищаем Родину и вместе строим будущее. «Для нас важны и необходимы культура, обычаи, языки каждого народа нашей огромной страны. Такое многообразие, забота о его сохранении – это основа основ национальной политики России», – заявил глава государства.



www.gazeta.ru

Продолжение на стр. 2

ПОЗДРАВЛЯЕМ!

Уважаемые жители Свердловской области!

Поздравляю вас с Новым годом и Рождеством!

Свердловская область достойно провожает 2025 год. Благодаря нашей совместной работе, многое сделано для роста экономики и социальной сферы, создания комфортной и безопасной среды для жизни людей, поддержки семей с детьми, безопасности и благополучия уральцев.

Благодарю вас, дорогие земляки, за трудолюбие, ответственность, созидательный настрой, преданность интересам родного края. Только вместе мы сможем развивать Свердловскую область. От неравнодушия каждого жителя, заинтересованности бизнеса и руководителей крупных региональных предприятий, от работы властей зависит судьба нашего региона – опорного края державы.

У нас есть крепкий фундамент для самых смелых и масштабных преобразований: славная история нашего края и трудовые традиции, мощная экономическая база, упорный характер уральцев и желание работать во благо региона и всей страны. Наша главная задача в наступившем году – набирать темп работы по всем направлениям, заложить новые точки роста, создать условия для общего комфорта, безопасности и благополучия.

Нынешний, 2026 год, объявлен Президентом России Владимиром Путиным Годом единства народов России. Спленченность уральцев – независимо от национальности и вероисповедания – проверена временем. Вместе со всеми жителями нашей страны мы продолжаем защищать интересы Родины в зоне специальной военной операции, вместе мы создаем будущее России.

Дорогие свердловчане! От всей души желаю, чтобы наступивший 2026 год принес всем только хорошие вести, чтобы все дела завершались успехом. Счастья, добра и благополучия!

Денис Паслер,
губернатор
Свердловской области

Дорогие уральцы! От имени депутатов Законодательного собрания Свердловской области поздравляю вас с Новым годом и Рождеством!

Мы с теплотой провожаем 2025-й, который войдет в историю нашего государства как год 80-летия Великой Победы и Год защитника Отечества. Сегодня, через десятилетия, прошедшие с Победного мая, мы помним заветы фронтовиков: крепко любить Родину, самоотверженно служить Отечеству, защищать его и трудиться во благо его процветания.

Средний Урал достойно отметил юбилей Победы в Великой Отечественной войне. В Год защитника Отечества в регионе прошли сотни патриотических мероприятий, встреч с Героями России. Всем сердцем ощущая духовное родство с поколением победителей, каждый из нас разделяет высокую ответственность за будущее Отчизны.

В минувшем году Законодательное собрание принял целый пакет законов, направленных на социальную поддержку участников СВО и их семей. Вместе со всеми уральцами мы помогаем нашим бойцам и жителям новых регионов – собираем, отправляем, а порой и сами доставляем гуманитарную помощь на Донбасс.

В 2025 году Средний Урал затронули важные изменения. Жители Свердловской области выразили мощную поддержку Денису Паслеру на выборах главы региона. Мы включились в реализацию новых национальных проектов, стартовавших в 2025 году. В Свердловской области продолжилась работа по комплексному развитию территорий и реализации крупных

инвестпроектов. Мы продолжаем занимать лидирующие позиции среди российских регионов по строительству жилья, производству ряда видов сельхозпродукции, обеспечению технологической независимости в промышленности. Свыше 100 областных законов, принятых депутатами в 2025 году, поддерживают процессы развития экономики и социальной сферы региона, способствуют тому, чтобы в Свердловской области люди хотели жить и работать, создавать семьи, расти дети.

Дорогие земляки! Мы с вами многое сделали для того, чтобы гордиться итогами года. Средний Урал вместе со всей страной продолжает устойчивое развитие и движение к общим целям под руководством Президента России. Мы вступаем в новый 2026 год с твердой верой в будущее и уверенностью в том, что могущество России продолжит укрепляться. У нас с вами много планов и проектов, еще многое предстоит сделать во имя процветания и защиты нашей Родины!

Желаю жителям Свердловской области крепкого здоровья, успехов, исполнения желаний! Пусть 2026 год для каждого будет благополучным! Пусть новогодние праздники подарят вам радость общения с близкими и родными людьми! Будьте счастливы и любими!

Людмила Бабушкина,
председатель Законодательного собрания
Свердловской области

«Я ПЛАНЫ НАШИХ ЛЮБЛЮ ГРОМАДЬЕ!»

Продолжение. Начало на стр.1

Цель инициативы – укрепить дружбу и взаимопонимание между народами, проживающими на территории многонациональной страны, поддержать культурное многообразие, сохранить уникальные традиции и создать условия для гармоничного существования. Ведь сила России – в единстве народов. Неслучайно с этого года в нашем календаре появятся два новых праздника: День коренных малочисленных народов будет отмечаться 30 апреля, а День языков народов Российской Федерации – 8 сентября.

В Свердловской области в 2026 году запланирован Всероссийский форум «Россия – Дом народов». Он станет важной площадкой для обсуждения вопросов этнокультурного разнообразия и единства народов нашей страны.

Выборы года: когда и где?

В сентябре состоятся выборы депутатов Государственной Думы IX созыва – одно из самых значимых политических событий 2026 года, от результатов которого зависит будущее законодательной власти страны. Единый день голосования запланирован на 18-20 сентября. Помимо федеральной кампании, в это же время пройдут выборы высших должностных лиц в семи регионах страны. Главы республик будут выбирать в Мордовии, Туве, Чечне, а также губернаторов в Белгородской, Пензенской, Тверской и Ульяновской областях.

Не менее масштабными станут выборы депутатов региональных законодательных собраний. Они пройдут в 39 субъектах Российской Федерации. На территории Среднего Урала в 2026 году состоятся выборы депутатов Госдумы, Законодательного собрания Свердловской области и 34 муниципальных дум. В парламент Свердловской области будут избраны 50 депутатов: 25 депутатов – по партийным спискам, ещё 25 – по одномандатным округам.

Новые меры поддержки

В наступившем году в России вступает в силу ряд законодательных и экономических изменений, которые затронут всех граждан, но особенно ощутимо они повлияют на пенсионеров и работников с низким уровнем дохода.

С 1 января 2026 года страховые пенсии проиндексированы на 7,6%. Это приведет к увеличению средних выплат на 2 тысячи рублей. Базовая часть пенсии составляет 9 584 рубля. Средняя страховая пенсия по старости достигнет 27 тысяч рублей. Перерасчет для работающих пенсионеров, как и ранее, будет произведен в августе – без заявлений, по данным о страховых взносах за прошедший год.

С 1 апреля увеличатся социальные пенсии на 6,8%, что повысит их средний размер до 16 590 рублей. Кроме того, в 2026 году поднимут и стоимость 1 пенсионного балла, который напрямую влияет на размер пенсии. Она вырастет до 156 рублей 76 копеек. Индивидуальный пенсионный коэффициент (ИПК), или пенсионные баллы,

– основной показатель, от которого зависит размер пенсии. Их начисляют за каждый год работы или за прочую социальную деятельность, которая учитывается для пенсионных выплат. Необходимый минимум, чтобы выйти на пенсию в 2025 году, составляет 30 баллов. При расчете пенсий количество накопленных ИПК умножают на их стоимость. К этой сумме добавляют фиксированную выплату.

С 1 января 2026 года в России вступает в силу новый минимальный размер оплаты труда, который составит 27 093 рубля. Это увеличение на 20,7% по сравнению с действующим федеральным МРОТ, который в 2025 году составлял 22 440 рублей. Ожидается, что это повышение затронет около 4,6 млн работников по всей стране.

С 1 января 2026 года в России повышен прожиточный минимум. Для



тусов («Наутилус Помпилиус»). Часть средств, вырученных от концерта направят на благотворительность: покупку музыкальных инструментов и оборудования для школьных групп Свердловской области.

В течение года также запланированы установка мемориала режиссеру Алексею Балабанову и памятной таблички в честь группы «Агата Кристи» на фасаде одного из учебных корпусов УрФУ, спектакли в театрах музкомедии и драмы, серия концертов. А основатель группы «Урфин Джюс» Александр Пантыкин предложил открыть в Уральской консерватории эстрадно-джазовый факультет.

Фанатам и болельщикам

Любители спорта наверняка не пропустят важнейшие события года. Зимние Олимпийские игры пройдут в Италии с 6 по 22 февраля. Официальная церемония открытия состоится 6 февраля на стадионе «Сан-Сиро» в Милане, а церемония закрытия – в Вероне. Основными центрами игр, кроме Милана, станут города Кортина-д’Ампеццо, Вальди-Фембье, Антерсельве, Бормио и Пралья-аль-Пьяно.

В июне стартует 23-й чемпионат мира по футболу ФИФА. Игры состоятся в 16 городах: в Мексике – Мехико, Гвадалахара, Монтеррей, в Канаде – Торонто, Ванкувер, в США – Нью-Йорк, Филадельфия, Бостон, Атланта, Майами, Хьюстон, Даллас, Лос-Анджелес, Сан-Франциско, Канзас-Сити, Сиэтл. Финал запланирован на 19 июля.

К сожалению, из-за наложенных на Россию санкций на зимних Олимпийских играх 2026 года выступят не более 20 российских спортсменов. А футбольная сборная России вновь не примет участия в престижном мировом первенстве.

Конечно, это только малая часть из намеченного на 2026 год. У каждого из нас впереди много хорошего: интересные встречи, незабываемые впечатления, приятные сюрпризы. Пусть каждый новый день несет спокойствие и уверенность, открывает новые возможности, а рядом будут люди, с которыми легко и тепло, которые поддерживают и наполняют нашу жизнь смыслом.



трудоспособного населения его размер составит 20 644 рубля, для детей – 18 371 рубль, для пенсионеров – 16 288 рублей. Рост прожиточного минимума также повлияет на систему льгот и субсидий, предоставляемых населению. Например, для граждан, чьи доходы ниже прожиточного минимума, будут доступны дополнительные субсидии на жилье и коммунальные услуги.

С 1 марта 2026 года россияне смогут оформлять справку по инвалидности на портале «Госуслуги», а с 1 августа через этот портал граждане начнут получать все уведомления по уплате налогов, в бумажном виде рассылка прекратится. Важно: все изменения произойдут автоматически, обращаться в Социальный фонд России не нужно!

Культурный марафон

Также наступивший год объявлен в России годом празднования 225-летия со дня рождения В.И. Даля – русского писателя, этнографа, лексикографа и собирателя фольклора. Учитывая выдающийся вклад Владимира Ивановича в отечественную и мировую культуру, Президент В.В. Путин постановил подготовить и провести праздничные мероприятия, посвящённые этому событию.

В 2026 году Екатеринбург станет библиотечной столицей России.

Почётное звание Российской библиотечной ассоциации присвоила областному центру по праву: он славится библиотеками и подвижниками библиотечного дела, высоким уровнем книжной и читательской культуры. Наша сеть библиотек – одна из крупнейших в России. Это не только хранилища знаний и культурных ценностей, но и центры общественной жизни, площадки для воплощения образовательных, краеведческих и патриотических проектов.

Также в Свердловской области 2026 год официально объявлен Годом уральского рока. Он посвящён 40-летию Свердловского рок-клуба, в который входили такие легендарные группы, как «Чайф», «Наутилус Помпилиус», «Настя», «Урфин Джюс», «Агата Кристи», «Смысловые галлюцинации». Марафон мероприятий, приуроченных к Году уральского рока, стартует 4 февраля. В киноконцертном театре «Космос» состоится сборный концерт – «Большой рок-квартирник». Любимые всеми хиты исполняют знаменитые свердловские музыканты Владимир Шахрин и Владимир Бегунов («Чайф»), Вадим Самойлов («Агата Кристи»), Сергей Бобунец («Смысловые галлюцинации»), Михаил Симаков («Апрельский марш»), Евгений Горенбург («Топ»), Настя Поглева, Егор Белкин. Не исключено, что к ним присоединится и Вячеслав Бу-

НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ

В ОЖИДАНИИ ЧУДА

Мария Упорова

Вот и наступила долгожданная новогодняя пора. В это время каждый испытывает особенные чувства. Мы верим, что этот волшебный праздник обязательно принесёт в нашу жизнь что-то очень хорошее, радостное, долгожданное.

К празднованию Нового года готовится каждая семья. Нужно приготовить подарки близким и друзьям, подумать о меню, подобрать нарядную одежду, украсить квартиру и, конечно, ёлку.

Каждый раз, бережно доставая ёлочные игрушки, особенно стеклянные, из нашего детства, я вспоминаю какие-то моменты или события прошлых лет. Вот Снегурочка в зелёном платье, как Хозяйка Медной горы, крепится к ветке прищепкой снизу. Каждый раз, когда бабушка держала её в руках, улыбалась

и радовалась, приговаривая: «Вот моя любимая игрушка!» ...

Мама растила меня одна. Жили мы скромно, но к Новому году у нас всегда была ёлочка и немного новых ёлочных украшений. Помню, как мы радовались каждой яркой стекляшке! Вот рыбка, у которой я в детстве просила исполнения желаний, за неё достаю разноцветную корзинку с ягодами, и перед глазами – летняя лесная поляна. Дальше – «елочные» овощи и фрукты: лук от семи недуг, рыжая морковка, синий баклажан, зелёный пупырчатый огурчик, виноград, банан, апельсин. Стариные, стеклянные, а выглядят весьма съедобно!

Потом ёлка наполняется игрушками быстрее, наступает черед современных украшений из пластика, фольги, пенопласта и других небывающих материалов. Яркие, разноцветные, блестящие шары, звёздочки, сердечки, куклы, бан-



ти, сосульки. Вразброс вешаю на ёлку эти новогодние аксессуары, вспоминая год за годом радостный блеск в глазах своих детей, а затем и внуков!

Вот ёлка и наряжена! Представляю, как в каждой семье происходит это таинство. Новый год – семейный праздник, значит, ёлочку как символ семьи так же будут наряжать наши дети, внуки, следуя волшебной новогодней традиции.

ПРАЗДНИК НА ДУНАЕ

Любовь Кочурова

Слушатели школы журналистики газеты «Пенсионер» тоже решили рассказать о том, какие добрые воспоминания подарил им Новый год. Вот их впечатления.

Венгрия... И сразу представляешь скрипку, чардаш, а ещё эта страна славится термальными источниками! Куда ни поедешь, везде найдутся источник в горах или целое озеро. Я не раз посещала эту прекрасную страну и всегда, уезжая, загадывала желание: приехать ещё!

Однажды решила поехать в канун Нового года. Приятно было прогуляться по новогодним улицам Будапешта. На следующий день поездом я выехала в город Мишкольц. К вечеру уже была там и без труда добралась до гостиницы. К моему удивлению, городской транспорт для пенсионеров оказался бесплатным и для местного населения, и для иностранцев. Приятный бонус!

Небольшая гостиница, где я поселилась, находилась рядом с термальным комплексом. Он расположен на природном источнике. Огромный водопад сбрасывает бурлящую массу воды с большой высоты, дальше вода уходит в подземное озеро, растекается по пещерным пустотам. Все эти водные пространства с подсветкой невероятно красивы. Температура воды везде разная, но всюду достаточно теплая. В пещерах погружаешься в атмосферу восторга, тепла и цветных огней.



В тёмном подземном царстве есть дверь, распахнув ее, оказываешься на открытом зимнем пространстве – в 15 метрах от тёплого бассейна. Пробегаешь в купальнике по снегу, и ласковая вода бассейна благодарит тебя за столь мужественный поступок. Снаружи весь комплекс, деревья, маленькая речка окутаны паром. Впечатление, словно находишься в сказке.

А 31 декабря я возвратилась в новогодний Будапешт. До Нового года осталось несколько часов. Прогулявшись, точнее сказать, сплывши с толпой на главной улице столицы, где установлена новогодняя красавица ель.

Венгерская кухня славится мясными блюдами, их запахи привлекают гуляющих. Я отведала венгерский суп-гуляш в

хлебе – очень вкусно и сытно.

Ближе к полуночи толпа устремилась к Дунаю. Вдоль ограждения реки тысячи людей выстроились в ожидании. Мне казалось, что всё население столицы, бросив домашние приготовления, вышло на берег. Люди держали бутылки шампанского, направленные в сторону Дуная. Колокол возвещал приближение Нового года, оставались секунды. И вот последний удар возвестил: Новый год наступил! В этот миг тысячи пробок шампанского взметнулись вверх, а затем, описав дугу, полетели в воду. Дунай принял их за кораблики и направил вниз по течению.

Толпа потихоньку стала расходиться. Очередной год начал своё пребывание на Земле протяжённостью 365 дней...

О ПЕРВОМ НОВОГОДНЕМ ДЕЖУРСТВЕ

Татьяна Яхина

Начала я свою деятельность медсестрой в августе 1971 года, постепенно привыкала к коллективу, к работе. Приближался Новый год...

По традиции смену в новогоднее ночное дежурство в хирургическом отделении ставили новеньkim. И вот у

меня – первое новогоднее дежурство. Шла на работу, но было очень грустно. Ведь мне тогда было всего 19 лет, хотелось праздника, веселья, быть рядом с близкими.

Но на работе мое настроение сразу улучшилось. Больные поздравляли меня, говорили хорошие, добрые слова. На столиках во всех палатах стояли

угощения, были наряжены ёлочки. Я загадала: если дежурство пройдёт спокойно, то следующий год будет хорошим и все мои планы сбудутся. Так и случилось!

С мыслью о том, что впереди будет еще много таких новогодних праздников, я была счастлива в свое первое трудовое дежурство!

ПРОГНОЗЫ

Что нам зима текущая готовит?

Свердловская область занимает 16-е место по площади среди российских регионов, что составляет 194,3 тысячи квадратных километра. Конечно, погодные условия на севере суровее, чем на юге. Однако погода зимой порой приносит свердловчанам неожиданные сюрпризы – от аномальных холодов до оттепелей.

На зимний сезон 2026 года синоптики обещают температуру воздуха ближе к климатической норме. Погода в Свердловской области будет холоднее, чем в прошлом году, когда зима выдалась аномально теплой. При этом жителей региона, согласно долгосрочному прогнозу, ждут резкие контрасты, так как заморозки будут сменяться оттепелями. Метеорологи прогнозируют частые колебания температур.

ПОГОДА В ЯНВАРЕ

Январь в Свердловской области считается самым морозным и суровым месяцем в году. Наступивший 2026 год не станет исключением. Первая половина января в нашем регионе ожидается почти без осадков и достаточно морозной.

Осадки прогнозируются в основном во второй половине января. Ночные температуры, по заверению синоптиков, в среднем составят от -17 до -19 градусов. Дневные значения достигнут отметок от -10 до -13 градусов.

ПОГОДА В ФЕВРАЛЕ

Погода в феврале в регионе станет немножко мягче. При этом осадков ожидается на 10-15% больше климатической нормы.

В начале месяца предварительно будет днем до 11 градусов мороза, ночью – до 15 градусов. Во второй половине февраля средняя дневная температура поднимется до -2 градусов, ночная – до -6 градусов.

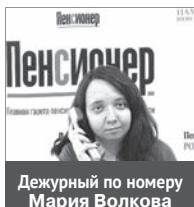
А ТАМ – И ВЕСНА

По предварительным прогнозам, весна 2026 года будет достаточно прохладной и солнечной, но менее сухой, чем весна прошлого года. Средняя температура составит +3 градуса.

В апреле воздух начнет прогреваться до +12 градусов днем, дождей станет больше. В мае средняя температура достигнет +9 градусов, осадки будут умеренными. Самым теплым днем месяца, как предполагается, станет 11 мая, когда температура поднимется до +19, самым холодным днем – 5 мая со среднесуточной температурой около -2 градусов. Как говорится, доживем – проверим!

По материалам сайтов



Дежурный по номеру
Мария Волкова

МЕЧТЫ, ПЛАНЫ И СУРОВЫЕ БУДНИ

В последнее дежурство 2025 года мы с читателями обсудили, какие желания и мечты они хотят воплотить в 2026-м. Как и ожидалось, отвечающие разделились на тех, у кого планов громадье, и тех, кто загадывать ничего не захотел. Конечно, порой получить желаемое нам могут помешать обстоятельства. Но всегда ли это – повод для гнева и отказа от планов вообще?

В планах – читать и перечитывать

Ирина Ивановна из Ирбита стала читательницей «Пенсионера» не так давно, но решила немного рассказать о себе и поделиться мечтами. Ей 74 года, она работала воспитателем в детском саду, у нее немало подруг. «Мы вместе вяжем носки и отправляем на фронт, – поделилась она. – Конечно, главная мечта – чтобы закончилась эта война». Среди ее личных планов – общаться с детьми и внуками, читать и перечитывать книги.

Дарья Сергеевна из Екатеринбурга тоже увлекается чтением, в ушедшем году прочла 21 книгу – классику и современную литературу. А последние полгода пенсионерка решила вести читательский дневник, где записывает понравившиеся идеи и цитаты, свои впечатления от прочитанного. В этом году она открыла для себя Юрия Полякова и всем советует его книги. «В каникулы по совету внучки прочту книгу про бабушку. Только название не запомнила, очень длинное, а фамилия автора – Бакман», – рассказала она. Я догадалась, о какой книге идет речь. Шведский писатель Фредерик Бакман действительно дал роману увесистое название: «Бабушка велела кланяться и передать, что просит прощения». Думаю, что произведение оставит у собеседницы только приятные впечатления.

Здоровье – на первом месте

Сразу несколько читателей рассказали, что в наступившем году поедут в санатории. **Иван Сергеевич** из Екатеринбурга отправится в Нижнесергинский район в марте, а жительница Серова **Валентина Михайловна** собралась в Сочи в начале февраля.

Екатеринбуржец **Леонид** сообщил, что хочет покататься на лыжах, но немного волнуется. «Прежде я часто ходил, а последние два года что-то все было не с руки», – признался он. Еще он хочет регулярно ходить в бассейн. Он попросил меня уточнить информацию в Интернете, к его радости, на Эльмаше, где он живет, действуют два спорткомплекса с бассейном.

Вести из «медвежьего угла»

Сергей Леонидович из Верхней Туры поделился: его текущие планы серьезно нарушают нерадивая работа коммунальных служб. «Снег идет, а у них очистка – по плану, – пожаловался он. – Хотел отдохнуть, а придется снег грести».

Раиса Ивановна из Комсомольского района Ирбита – одна из многих, кто жаловался на отвратительную работу почтовых отделений. Но главная беда 87-летней женщины даже не в том, что за корреспонденцией приходится идти пешком. До остановки общественного транспорта, магазинов и больницы жителям Комсомольского района тоже приходится совершать долгие прогулки. Но недавние снегопады сделали дорогу непроходимой. «Уборкой у нас занимаются бабушки, собираемся вместе и скребем снег», – пожаловалась она на работу коммунальщиков.

Не менее грустную ситуацию описала **Валентина Константиновна** из поселка Мичуринский – практически спального района Екатеринбурга. Прежде поселок обслуживал замечательный почтальон, о котором читательница и ее подруги вспоминают только хорошее. Но мужчина был вынужден уволиться, и Мичуринский окончательно превратился в «медвежий угол». «Ни газет, ни писем, даже ручку купить негде», – жалуется Валентина Константиновна.

А жизнь в поселке и так не сахар. Своей поликлиники нет, в ближайшую в Академическом районе не принимают – своих пациентов с избыtkом. «Нас отправляют в поликлинику, до которой даже прямого транспорта нет», – поясняет читательница. Транспорт – отдельная проблема. «Автобусы к нам ездят колхозные, в которые мы, пенсионерки, залезть просто не можем», – уточняет Валентина Константиновна.

Но «медвежий дух» присутствует и в самом Екатеринбурге. Жительница Октябрьского района **Татьяна Владимировна** не перестает возмущаться уничижением в городе большинства газетных киосков. «Ведь есть и пожилые люди, которые не прочитают информацию в смартфоне, – подчеркивает она. – Для многих пенсионеров большое счастье, если соцработник достанет где-нибудь газетку, но надо полгорода обежать».

Не последнюю роль в поддержании неуютной атмосферы в Екатеринбурге играет и повсеместный снос просторных остановочных комплексов. «Поставили остановочку с одной лавкой, и все под снегом и ветром стоят», – поделилась наблюдениями читательница.

«Утром встал – хорошо»

Такие слова нашего частого собеседника **Анатолия Афанасьевича** из села Ницинское Ирбитского района меня смущали. Я думала, что столкнулась с его пессимизмом и усталостью, но, к счастью, ошиблась. В действительности в свои 88 лет читатель рассуждает с мудрым смиренiem, легкой ностальгией и принятием полной ответственности за свою жизнь. «Отдохнуть далеко не пойдешь. Одному – плохо, вдвоем – нельзя, не на кого оставить собачку и скот, а на чужих надеяться не привык», – поделился он мыслями. В новом году он от хозяйства тоже не отступит, весной позаботится о посадках, чтобы на столе были вкусные овощи. Печался Анатолия Афанасьевича лишь думы о войне, он тоже мечтает, чтобы она поскорее закончилась.

К Новому году читатель остается равнодушным: «Я этот праздник никогда не ждал, работал раньше трактористом-бульдозеристом, у меня был лишь один выходной – 1 января». Воспоминания о трудовых буднях переводят разговор в иное русло – собеседник с трепетом вспоминает богатства и красоту Сибири, где он пробыл 20 лет: «Жил на Ангаре. Много ходил на лодке, там у всех они есть, потому что в летнее время передвигаться можно только по реке. А какая была рыбалка...». В 1990-е читатель вышел на пенсию и принял решение перебраться в Ирбитский район. Поселился в итоге в Ницинском, неподалеку от своей малой родины – исчезнувшего ныне поселения Соколовский участок.

Мороз и снегопады его как садовода и любителя пойти по грибы и ягоды радуют: «Водичка будет в озёрах, почва напитается».

Оптимистов станет больше!

Активности и бодрости нашего постоянного собеседника, екатеринбуржца **Рудольфа Николаевича** можно только позавидовать. Неизменными планами читателя остаются наслаждение жизнью, общение с внуками и творчеством. Мне он прочел свои стихи о любви к жизни, исполненные благодарности ко Всевышнему. «В любви к жизни – вся моя философия», – заявил он.

Рудольф Николаевич убежден: вскоре оптимистов станет больше, их число уже растет. Читатели связывают это с тем, что многие люди начали на разных, доступных им уровнях решать ключевые проблемы России. Среди них он выделяет низкий уровень культуры россиян. «На примере своей семьи замечу, что мои внуки стали заботиться о нравственном развитии своих детей, водят их в оперу», – объяснил Рудольф Николаевич.

Вот такая песня

Многие читатели любят рубрику «Споемте, друзья!», заявок на публикацию песен обычно с избытком. Но порой просьбы бываю невыполнимыми. Так, **Анатолий Афанасьевич** из Ирбитского района вспомнил, как, уходя в армию, в 1957 году единственный раз услышал от призыва песню о любви подводника. Он хотел бы увидеть текст целиком, но, судя по всему, это была авторская композиция, найти ее нам не удалось.

Валентина Юрьевна из Невьянска высказалась обиду на то, что редакция не публикует ее песню. Оказалось, речь – не о популярной композиции, а об авторском тексте, который читательница посыпала отцу. Я снова обратилась к ее стихам и вынуждена повторить то, что читательница уже говорили мои коллеги: текст требует серьезной авторской доработки, в первозданном виде к публикации принять его мы не можем. Мы ни в коей мере не хотим оскорбить ваши чувства по отношению к отцу. Рассмотрите другой вариант подачи. Например, напишите развернутый биографический текст своей семейной истории в прозе, приложите, если есть, фотографии. В таком формате вам будет проще высказаться, и другие читатели газеты смогут разделить ваши чувства.

СТАТИСТИКА

Дежурному поступило **16** звонков
из Екатеринбурга, Верхней Туры, Невьянска, Асбеста, Верхней Салды, Серова, Ирбита и Ирбитского района.

Первый 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
 06.10 X/F «ЦИРК» 0+
 07.15 X/F «СТАРИК ХОТАЛЫЧ» 0+
 08.50 СОЮЗМУЛЬФИЛЬМ 0+
 10.15 Д/Ф РОЖДЕСТВО В РОССИИ.
 ТРАДИЦИИ 0+
 11.05 ЖИЗНЬ ДРУГИХ 12+
 12.15 Т/С «ФИНИШ-ЯСНЫЙ СКОЛОН» 0+
 13.50 Т/С «ЗНАХАРЬ» 16+
 15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.20 УГАДАЙ МЕЛОДИЮ 12+
 19.00 Т/С «КАЗАНОВА» 16+
 20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
 21.00 ВРЕМЯ
 21.35 Т/С «КАЗАНОВА. В БЕГАХ» 16+
 22.35 Т/С «ДОКТОР ПРОЕВРАЖЕНСКИЙ»
 16+
 23.35 Т/С «ПЕРВЫЙ НОМЕР» 18+
 00.15 ПОДКАСТЛАБ 16+

матч тв 2

08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС, RCC BOXING. ПАВЕЛ СИЛЯИН ПРОТИВ
 ПАБЛО КОРСО. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ
 ЕКАТЕРИНБУРГА 16+
 09.00, 11.30 НОВОСТИ
 09.05, 09.15 ВСЕ НА МАТЧ 12+
 11.35 М/Ф «КОМАНДА МАТЧ» 0+
 12.00 МАТЧ! ПАРАД. ЛУЧШИЕ ГОЛЫ 2025 6+
 13.00, 16.00, 18.30, 21.30 ТИТАНЫ 16+
 01.15 МАТЧ! ПАРАД. ЛУЧШИЕ НОКАУТЫ
 UFC 2025 16+
 02.45 КАМЧАТКА. НЕБОКНОВЕННЫЕ
 ИСТОРИИ НА КРАЮ ЗЕМЛИ 12+
 04.00 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ.
 «ЕНИСЕЙ» (КРАСНОЯРСК) – ПАРИ
 НИХИЙ НОВГОРОД» 6+
 06.00 НОВОСТИ 0+
 06.05 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+

домашний

06.30, 05.50 6 КАДРОВ
 16+
 06.35 X/F «ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ»
 16+
 10.40 X/F «23 АВГУСТА»
 16+
 15.00 X/F «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ»
 16+
 23.20 X/F «РОКОВОЕ SMS»
 16+
 01.05 Д/Ф «ЧУДОТВОРИЦА»
 16+

тнт

07.00, 07.55, 05.50, 06.35 ОДНАХДЫ В
 РОССИИ
 16+
 09.05, 09.35, 10.05, 10.35, 11.00,
 11.30, 11.55, 12.25, 12.50, 13.10,
 13.40, 14.05, 14.25, 15.00 Т/С
 «ПРАЗДНИК»
 16+

культура K

06.30 М/Ф «ШАЙБУ! ШАЙБУ!». «МАТЧ-
 РЕВАНШ». «МЕТЕОР» на Ринге.
 «ПРИХОДЫ НА КАТОК» 16+
 07.45 ТАЙНЫ СТАРОГО ЧЕРДАКА. «КТО ВСЕ
 ЭТО ПРИДАЛ?» 16+
 08.15 X/F «ТАБАНИЙ КАПИТАН» 0+
 09.40 ИСТОРИЧЕСКИЕ КУРОРТЫ РОССИИ.
 БЕЛОКУРИХА. МАЛЕЙКИЙ АНТРАКТ
 СРЕДИ УГРОМОГО ТИМАНА» 16+
 10.10, 00.10 X/F «ЛЮДИ И МАНЕКЕНЫ» 0+
 11.30 Д/Ф «ПРЕСНОВОДНАЯ СТИХИЯ И ЕЕ
 ОБИТАТЕЛИ» 16+
 12.25 ВСЕВОЛЮД ШИЛОВСКИЙ.
 ВСПОМИНАЕТ СТАРЫЙ МХАТ...
 16+
 12.55 БОЛЬШИЕ И МАЛЕНЬКИЕ.
 ИЗБРАННОЕ 16+
 13.45 Д/Ф «СЛАДКАЯ ЖИЗНЬ»
 16+
 14.35 X/F «ЗОЛОТАЯ КАРЕТА»
 16+
 16.15, 01.30 СОКОРВИЦА МОСКОВСКОГО
 КРЕМЛЯ 16+
 17.10 X/F «ЗИГЗАГ УДАЧИ» 6+
 18.40 Д/Ф «ЭРИКО КАРУЗО»
 16+
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ
 16+
 19.45 Д/Ф «ПЕРО И ШПАГА. ИСТОРИЯ
 ОДНОЙ АВАНТЮРЫ»
 16+
 20.15 X/F «ВЕНЕЦИАНСКИЙ КУПЕЦ»
 16+
 22.25 БАЛЕТ ФАРИДА ЯРУЛЛИНА «ШУРАЛЕ»
 16+

россия 1

05.45 Т/С «ЧЕРНАЯ КОШКА» 12+
 07.40 Т/С «ЛИКИДАЦИЯ» 16+
 09.25 УТРЕНИЯ ПОЧТА 12+
 10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
 11.50, 21.20 МЕСТО ВРЕМЯ. ВЕСТИ-
 УРАЛ
 12.10 X/F «БОЛЬШАЯ ЛЮБОВЬ» 12+
 14.50 «НОВАЯ ВОЛНА-2025». ФИНАЛНЫЙ
 ГАЛА-КОНЦЕРТ 16+
 17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
 21.30 X/F «ПОКА БРАК НЕ РАЗЛУЧИТ
 НАС» 16+
 01.10 X/F «НА ПРЕКРЕСТКЕ РАДОСТИ И
 ГОРЯ» 12+

НТВ

04.45 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
 08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
 08.20 X/F «БОЛЬШАЯ ТРОСТЬ». XVI
 МЕЖДУНАРОДНЫЙ
 БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ
 12+
 10.20, 16.20 Т/С «ЧЕРНЫЙ ЗОВ» 12+
 17.00 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
 19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
 23.30 ПРЕМЬЯ «ПОТИ ГОДА «ЯНДЕКС
 МУЗЫКИ» 12+
 00.45 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ» 12+

вторник, 6 января

Первый 1

06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
 06.10 X/F «КОВЧЕГ» 12+
 07.20 X/F «КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ»
 0+
 08.50 СОЮЗМУЛЬФИЛЬМ 0+
 10.15, 23.00 Д/Ф «ЧУДО НИКОЛАЯ
 ДУБОВОГО» 0+
 11.05 ВСПОМИНАЕТ ВСЕ 12+
 12.15 X/F «ПОЧАНОВА. ВОДА И... МЕДНЫЕ
 ТРУБЫ» 0+
 13.50 Т/С «ЗНАХАРЬ» 16+
 15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
 18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
 18.20 УГАДАЙ МЕЛОДИЮ 12+
 19.00 Т/С «КАЗАНОВА» 16+
 20.00, 21.35 СЕ ОДИНА ВЕЧЕРОМ 16+
 21.00 ВРЕМЯ
 23.45 ПОДКАСТЛАБ 16+
 01.00 РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО. ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ХРАМА ХРИСТА
 СПАСИТЕЛЯ

матч тв 2

08.00 СМЕШНЫЕ БИНОБОРСТВА 16+
 09.00, 11.30 НОВОСТИ
 09.05, 09.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
 11.35 М/Ф «КОМАНДА МАТЧ» 0+
 12.00 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.
 ОБЗОР ТУРА 6+
 13.00, 15.50, 19.00 ТИТАНЫ 16+
 21.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.
 ЛЕЧЧЕ - РОМА. ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ
 00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ.
 САССУОЛО - ЙОВЕНТУС. ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ
 04.00 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ.
 ЦСКА - АВТОДОР (САРАТОВ) 6+
 06.00 НОВОСТИ 0+
 06.05 ЧТО ЗА СПОРТ? 12+

домашний

06.30, 06.15 6 КАДРОВ 16+
 06.55 X/F «БОЛЬШЕ ЧЕМ
 ПРИКОСНОВЕНИЕ» 16+
 11.05 X/F «ИЗ СИБИРИ С ПЛЮВОВЬЮ»
 16+
 15.00 X/F «УШЛА, А ВЫ ОСТАЛИСЬ...»
 16+
 23.20 X/F «ВЕЧЕРА НА ХУТОРЕ БЛИЗ
 ДИКИХ» 16+
 00.40 Д/Ф «ЧУДОТВОРИЦА»
 16+
 05.30 ПЯТЬ УЖИНОВ 16+

тнт

07.00, 07.50, 08.50, 03.35, 04.20, 05.00,
 05.45, 06.30 ОДНАХДЫ В РОССИИ
 16+
 09.15, 09.45, 10.10, 10.35, 11.00, 11.25,
 12.00, 12.25, 13.00, 13.25, 14.00 Т/С
 «ПРАЗДНИКИ» 16+
 14.25 X/F «САМОРОННИЯ СУЛЬЯ» 16+
 16.00 X/F «НЕБРИЛМАНТОВА РУКА»
 16+
 19.00 X/F «ИВАН ВАСИЛЬЕВИЧ МЕНЯЕТ
 ВСЕ» 16+
 21.20 X/F «НЕВРОЯРНЫЕ
 ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА»
 16+
 22.25 В. ШИЛОВСКИЙ. ВСПОМИНАЕТ
 СТАРЫЙ МХАТ 16+
 22.55 М/Ф «ПО ДОРОГЕ С ОБЛАКАМИ»
 16+
 13.05 МУЗЫКА ДЕТСКИХ СЕРДЕЦ 16+
 13.50 М/Ф «ЗИМА В ПРОСТОКАВШИНО»
 16+
 14.10 Д/Ф «ЕДИНОСТИ И
 МНОГОБРАЗИЕ» 16+
 14.50 СПЕКТАКЛЬ «НОЧЬ ПЕРЕД
 РОЖДЕСТВОМ» 16+
 16.15 СОКРОВИЩА МОСКОВСКОГО
 КРЕМЛЯ 16+
 17.25 СОКРОВИЩА МОСКОВСКОГО
 КРЕМЛЯ 16+
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
 17.10 X/F «ТАБАНИЙ КАПИТАН» 0+
 18.40 Д/Ф «МАРИЯ КАЛАС» 16+
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
 19.45 Д/Ф «МЕНЯЯ ЛЕГКО СВОИ РОЛИ И
 ГРИМЫ...» 16+
 20.15 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
 22.20 X/F «НЕОКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ»
 0+
 23.55 РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ
 ДХОНОВЫХ МУЗЫКИ 16+
 00.50 X/F «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
 0+
 02.30 ЛЕТО ГОСПОДНЕ 16+

культура K

06.30 МУЛЬФИЛЬМЫ 16+
 07.45 ТАЙНЫ СТАРОГО ЧЕРДАКА 16+
 09.40 ИСТОРИЧЕСКИЕ КУРОРТЫ РОССИИ
 16+
 10.10 X/F «КОРПОЛ-ОПЕН» 0+
 11.30 Д/Ф «ПРЕСНОВОДНАЯ СТИХИЯ И ЕЕ
 ОБИТАТЕЛИ» 16+
 12.25 В. ШИЛОВСКИЙ. ВСПОМИНАЕТ
 СТАРЫЙ МХАТ 16+
 12.55 М/Ф «ПО ДОРОГЕ С ОБЛАКАМИ»
 16+
 13.05 МУЗЫКА ДЕТСКИХ СЕРДЕЦ 16+
 13.50 М/Ф «ЗИМА В ПРОСТОКАВШИНО»
 16+
 14.10 Д/Ф «ЕДИНОСТИ И
 МНОГОБРАЗИЕ» 16+
 14.50 СПЕКТАКЛЬ «НОЧЬ ПЕРЕД
 РОЖДЕСТВОМ» 16+
 16.15 СОКРОВИЩА МОСКОВСКОГО
 КРЕМЛЯ 16+
 17.25 СОКРОВИЩА МОСКОВСКОГО
 КРЕМЛЯ 16+
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
 17.10 X/F «ТАБАНИЙ КАПИТАН» 0+
 18.40 Д/Ф «МАРИЯ КАЛАС» 16+
 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
 19.45 Д/Ф «МЕНЯЯ ЛЕГКО СВОИ РОЛИ И
 ГРИМЫ...» 16+
 20.15 РОМАНТИКА РОМАНСА 16+
 22.20 X/F «НЕОКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ»
 0+
 23.55 РОЖДЕСТВЕНСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ
 ДХОНОВЫХ МУЗЫКИ 16+
 00.50 X/F «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
 0+
 02.30 ЛЕТО ГОСПОДНЕ 16+

россия 1

04.30 Т/С «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЬТЬ
 НЕЛЬЗЯ» 12+
 05.45 Т/С «ЧЕРНАЯ КОШКА» 12+
 07.40 Т/С «ЛИКИДАЦИЯ» 16+
 09.25 УТРЕНИЯ ПОЧТА 12+
 10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
 11.50, 20.50 МЕСТО ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
 12.10 X/F «ЗОЛОТАЯ НЕВЕСТА» 12+
 14.50 «НОВАЯ ВОЛНА-2025». ПРАЗДНИЧНЫЙ
 КОНЦЕРТ 16+
 17.50 ПСИХИСТЫ ВСЕХ ДУШ 12+
 21.00 X/F «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
 23.30 X/F «СЕМЬЕНОВСКАЯ СЧАСТЬЕ» 12+
 01.00 РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО. ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ ТОРЖЕСТВЕННОГО
 РОЖДЕСТВЕНСКОГО БОГОСЛУЖЕНИЯ

НТВ

08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
 08.20 Т/С «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ» 16+
 08.30 РОЖДЕСТВЕНСКАЯ ПЕСЕНКА ГОДА
 0+
 10.20 Т/С «ДИНОЗАВР» 16+
 16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ»
 16+
 19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
 23.45 X/F «НАСТОЯТЕЛЬ» 16+
 01.45 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ» 12+

звезда

05.20 Т/С «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА
 ХОЛМСА И ДОКТОРА БАТСОНА»
 16+
 07.45 09.15 X/F «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД»
 16+
 09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ
 16+
 09.35 10.15 X/F «СИМСОН, ЗНАК КАЧЕСТВА
 16+
 19.15 X/F «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА»
 16+
 22.05 СПЕКТАКЛЬ НА ВОДЕ К 80-ЛЕТИЮ
 ПОБЕДЫ «ЛЮБО ПО ВЕРЮ» 12+
 23.15 X/F «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ» 12+
 01.00 X/F «ЧУЖАЯ РОДИНА» 12+
 02.40 X/F «УРОК ЖИЗНИ» 12+
 04.30 Д/Ф «СТАЛИНГРАДСКОЕ ЕВАНГЕЛИЕ:
 КИРИЛЛ (ПАВЛОВА)»
 12+

спас

06.40 X/F «СЕЗОН ПОСАДОК» 12+
 08.20 7 Т/С «ЖЕНСКАЯ ЛОГИКА-4» 12+
 10.30 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
 11.20 «НЕХУМРЫЕ ЛЮДИ» 16+
 11.50 Д/Ф «ДОВБИН. ПОЙМАТЬ
 ШЛЯГЕР ЗА ХВОСТ» 16+
 12.40 X/F «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
 14.30 22.00 СОБЫТИЯ
 14.45 05.40 НОВОГОДНИЙ
 СМЕХОМАРАФОН 12+
 15.55 Д/Ф «А. РАЙКИН. КОРОЛОВ
 ПОЗВОЛНО ВСЁ» 12+
 16.45 X/F «МОЕ ПРЕКРАСНОЕ АЛИБИ» 16+
 18.35 Т/С «ПРОВИНЦИАЛЬНЫЙ ДЕТЕКТИВ»
 16+
 22.15 Д/Ф «90-Е» 16+
 23.00 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
 23.40 ПРОЩАНИЕ 16+
 00.20 Д/Ф «ОДИНКАЯ ЗВЕЗДНАЯ МАМА»
 16+

тв центр

06.40 X/F «СЕЗОН ПОСАДОК» 12+
 08.20 7 Т/С «ЖЕНСКАЯ ЛОГИКА-4» 12+
 10.30 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
 11.20 «НЕХУМРЫЕ ЛЮДИ» 16+
 11.50 Д/Ф «ДОВБИН. ПОЙМАТЬ
 ШЛЯГЕР ЗА ХВОСТ» 16+
 12.40 X/F «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 16+
 14.30 22.00 СОБЫТИЯ
 14.45 05.40 НОВОГОДНИЙ СМЕХОМАРАФОН 12+
 12.05 Д/Ф «А. РАЙКИН. НИКОЛАЙ: АПОСТОЛ
 ЯПОНИИ» 16+
 13.15, 14.30, 14.05 МОНАСТЫРСКАЯ
 КОЖАНКА» 16+
 14.30 X/F «ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ» 6+
 16.05, 05.00 Д/Ф «ВАВИЛОН. БАШНЯ
 ГОРДИНА» 16+
 17.05 X/F «ОСТОРОХНО, БАШУШКА» 0+
 18.55 МАПОНИИА 12+
 20.30 Д/Ф «ДОРОГА К ДОМУ» 6+
 21.55 Д/Ф «ДАРЫ ВОЛХОВЪ» 0+
 23.00 X/F «ПРО ЛЕПО И МИНИКУ» 6+
 00.40 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+

спас

06.30 М/Ф «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО» 0+
 07.50 МОЙ БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ 6+
 10.25 Т/С «ПОДМЕНА» 16+
 11.00 КЭМПИТЕЛ «НЕХУМРЫЕ ЛЮДИ»
 16+
 12.05 Д/Ф «ДОБРЫЙ УРАЛ. АСЕБСТ»
 12+
 12.40, 13.15, 13.15 X/F «ДРУЗЬЯ ДРУЗЕЙ»
 16+
 13.00 КЭМПИТЕЛ «ХРИСТИАНСКАЯ КОМПАНИЯ»
 16+
 13.15 КЭМПИТЕЛ «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ» 16+
 14.00 СПЛЕКТАЛЬ «ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ
 ЭТОМ» 16+
 17.00 ХОККЕЙ. ЧЕМПИОНАТ КХЛ. «АК БАРС-
 (КАЗАН) – АВАНГАРД» (ОМСК) 0+
 18.00 НОВОСТИ 16+
 19.00 СЕГОДНЯ 16+
 19.50 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНТУЙ 6+
 22.00 КОНЦЕРТ ИЛЬЯРДИ БАРДИНОВЫЙ 16+
 01.00 РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО. ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ ТОРЖЕСТВЕННОГО
 РОЖДЕСТВЕНСКОГО БОГОСЛУЖЕНИЯ
 0+
 04.40 КОНЦЕРТ «ГЕРОЯМ НАШЕГО
 ВРЕМЕНИ» 16+
 15.50 КДОЛ. РЕГУЛЯРНЫЙ ЧЕМПИОНАТ.
 ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ. ТРАКТОР
 (ЧЕБОЛЯНСК)-АВТОМОБИЛИСТ
 (КАТЕРИНБУРГ) 16+
 21.10 X/F «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ
 ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА
 КРУЗО» 0+
 00.00 РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО: ПРЯМАЯ
 ТРАНСЛЯЦИЯ ГЛАВНОГО
 БОГОСЛУЖЕНИЯ СРЕДНЕГО
 УРАЛА ИЗ СВЯТО-ТРОИЦКОГО
 КАФЕДРАЛЬНОГО СОБОРА
 ЕКАТЕРИНБУРГА 0+

5 канал

06.35 X/F «ПАРИНАНКА-12» 12+
 08.20 7 Т/С «ЖЕНСКАЯ ЛОГИКА-5» 16+
 10.25 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
 11.15 АНДЕКТО-КЛУБ «НЕХУМРЫЕ ЛЮДИ»
 16+
 11.50 Д/Ф «А. ПАХУМОВА. ТЫ МОЯ
 МЕЛОДИЯ...» 16+
 12.35 X/F «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
 14.30 22.00 СОБЫТИЯ
 14.45 НОВОГОДНИЙ СМЕХОМАРАФОН 12+
 15.40 Д/Ф «А. РАЙКИН. ИЛЬЧЕНКО.
 ЖВАНЕЦКИЙ. ЖИЗНЬ НА ТРОИЩИ» 16+
 16.30 X/F «ВМЕСТЕ С ВЕРОЙ» 12+
 18.35 X/F «ОДНА ТЕНА НА ДВОХ» 16+
 22.15 АКТЕРСКИЕ ИГРЫ 16+
 23.40 Д/Ф «РУССКИЕ ТАЙНЫ» 16+
 00.20 Д/Ф «ЗЕМНЯЯ ЖИЗНЬ БОГОДРЮДЫ»
 12+
 13.45, 00.05 X/F «ОЧАЙНЫЕ» 16+
 14.35, 00.05 X/F «ПАРЫ» 16+

тв

06.00 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
 06.30, 17.30 ТАТАРЫ 16+
 07.00 Т/С «ПОДМЕНА» 16+
 08.00, 09.30 КОНЦЕРТ 12+
 08.30 Т/С «НА ПЕРЕКРЕСТИКЕ СЕМИ ДОРОГ»
 12+
 11.40, 13.35, 15.40 X/F «СЕМЕЙСТВО
 КЛАСС-1, 2, 3» 12+
 17.10 X/F «ХРОНИКИ ПАНГОЛИНОВ»
 12+
 19.10 X/F «РУСАЛКА И ДОЧЬ КОРОЛЯ»
 12+
 21.00 X/F «БЕЛОСНЕЖКА. МЕСТЬ
 ГНОМОВ» 12+
 23.05 X/F «БРИДЖИТ ДЖОНС-3»
 18+
 01.20 X/F «В ГОСТЯХ У ЭЛИС»
 16+

стс

06.00 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
 06.25 М/Ф «ДЕТЕКТИВ ФИННИК» 0+
 07.40 М/Ф «ДОМОВЫЕ ЖУДЫ НОВЫЙ
 ГОД» 0+
 07.45 М/Ф «ЗВЕРОКРЕДЫ» 6+
 09.45 X/F «БЕЛЫЙ ЛИЛИИ»
 ЗАКОДВАННОЕ РОЖДЕСТВО»
 12+
 11.45 X/F «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТЕДДИ»
 6+
 13.10, 15

ПЕРВЫЙ



06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 Х/Ф «ФИНИСТ-ЯКНЫЙ СОКОЛ» 0+
07.15 Х/Ф «ОГНЬ, ВОДА И... МЕДНЫЕ ТРУБЫ» 0+
08.50 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЗИМУЛЬФИЛЬМА 0+
10.15 ХОЧЕТСЯ ПРАЗДНИК. «СВЯТЫЙ ВЕЧЕР, ДОБРЫЙ ВЕЧЕР» 0+
11.05 ПОВАРЫ НА КОЛЕСАХ 12+
12.15 Х/Ф «ЗОЛУПКА» 16+
13.50 Т/С «ЗНАХАР» 16+
15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
18.00 ВЕНЕРНЫЕ НОВОСТИ 18+
18.20 РОЖДЕСТВО С ГРИГОРИЕМ ЛЕПСОМ 12+
20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
21.00 ВРЕМЯ 21.35 Т/С «КАЗАНОВА. В БЕГАХ» 16+
22.35 Т/С «ДОКТОР ПРОБРАКЕНСКИЙ» 16+
23.35 Т/С «ПЕРВЫЙ НОМЕР» 18+
01.05 ПОДКАСТЛАБ 16+

МАТЧ ТВ



08.00 ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ БОКС 16+
09.00, 11.30 НОВОСТИ
09.05, 22.20, 02.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.35 М/Ф «ЧЕМПИОНЫ» 6+
12.00 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИСПАНИИ.
ОБЗОР ТУРА 6+
13.00, 15.50, 19.15 ТИТАНЫ 16+
23.45 Х/Ф «СУПЕРБОКС ИСПАНИИ. 1/2 ФИНАЛ». «БАРСЕЛОНА»-«АТЕЛТИК». ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ САУДОВСКОЙ АРАВИИ
03.00 КАМЧАТА. НЕБЫВАЮЩИЕ ИСТОРИИ НА КРАЮ ЗЕМЛИ 12+
04.00 ВОЛЕЙБОЛ. ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. СУПЕРЛИГА. ЖЕНЩИНЫ. «ТУЛУСА» (ТУЛСКАЯ ОБЛАСТЬ)-«ДИНАМО» (МОСКВА) 6+
06.00 НОВОСТИ 0+
06.05 ЧТО ЗА СПОРТ? ЭКСТРИМ 12+

КУЛЬТУРА



06.30 ЛЕТО ГОСПОДНЕ. РОЖДЕСТВО ХРИСТОВО 16+
07.05 М/Ф «ВЕНЕРАДАЛЬ МЕСЯЦЕВ» 16+
08.00 ТИАСЫ СТАРОГО ЧЕРКАСА. «НОЧНЫЕ КОШМАРЫ И СТРАХИ» 16+
08.30 Х/Ф «САДКО» 0+
10.00 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
10.40 Х/Ф «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ» 0+
12.25 ВСЕВОЛД ШИЛОВСКИЙ. ВСПОМИНАЮ ПОСЛЕДНИЙ РОК... 16+
14.50 «ИЗМАЙЛОВСКИЙ ТАРК». БОЛЬШОЙ ЮМОРИСТИЧЕСКИЙ КОНЦЕРТ 16+
17.50 «ПЕСНИ О ВСЕЙ ДУШЕ». ШОУ АНДРЕЯ МАЛАХОВА 12+
21.10 МЕСТОНОВРЕМЕННЫЙ ВЕСТИ-УРАЛ 21.30 Т/С «КРУГИ НА ВОДЕ» 16+
01.00 Х/Ф «МУХУ ПРИВЕТ» 16+

РОССИЯ



07.45 Т/С «ЛИКИДАЦИЯ» 16+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ 11.35 РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ИНТЕРВЬЮ СВЯТИШЕГО ПАТРИАРХА КИРИЛЛА 16+
12.10 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ В РОКУ» 12+
14.50 «ИЗМАЙЛОВСКИЙ ТАРК». БОЛЬШОЙ ЮМОРИСТИЧЕСКИЙ КОНЦЕРТ 16+
17.50 «ПЕСНИ О ВСЕЙ ДУШЕ». ШОУ АНДРЕЯ МАЛАХОВА 12+
21.10 МЕСТОНОВРЕМЕННЫЙ ВЕСТИ-УРАЛ 21.30 Т/С «КРУГИ НА ВОДЕ» 16+
01.00 Х/Ф «МУХУ ПРИВЕТ» 16+

НТВ



08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 08.20 Х/Ф «НАС ВЫИГРЫВАЮТ!» 12+
10.20 Т/С «ДИНОЗАВР» 16+
16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
23.45 Х/Ф «НАСТОЯТЕЛЬ-2» 16+
01.45 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ» 12+

08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 08.20 Х/Ф «НАС ВЫИГРЫВАЮТ!» 12+
10.20 Т/С «ДИНОЗАВР» 16+
16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
23.45 Х/Ф «НАСТОЯТЕЛЬ-2» 16+
01.45 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ» 12+

ЧЕТВЕРГ, 8 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ



06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 Х/Ф «БЕЛНА САША» 12+
07.20 Х/Ф «ЗОЛУПКА» 0+
08.50 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЗИМУЛЬФИЛЬМА 0+
10.15 КРОКОДИЛ ГЕНА, КТО МАТРОСКИН, ВИННИ-ПУХ.. МУЛЬТИКИ НАШЕГО ДЕСТВА 0+
11.05 ХИЗИД ДРУГИХ 12+
12.15 Х/Ф «ЗОЛОТОЕ РОГА» 0+
13.45 Т/С «ЗНАХАР» 16+
15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
18.00 ВЕНЕРНЫЕ НОВОСТИ 18+
18.20 УДАЙ МЕДЛЮД 12+
19.00 Т/С «КАЗАНОВА. В БЕГАХ» 16+
20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
21.00 ВРЕМЯ 21.35 Т/С «КАЗАНОВА. В БЕГАХ» 16+
22.35 Т/С «ДОКТОР ПРОБРАКЕНСКИЙ» 16+
23.35 Т/С «ПЕРВЫЙ НОМЕР» 18+
01.05 ПОДКАСТЛАБ 16+

МАТЧ ТВ



08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00, 11.30 НОВОСТИ
09.05, 13.40, 16.40, 22.20, 02.00 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.35 БЛЮДОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ГОНКА. ЖЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
14.30 БЛЮДОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ГОНКА. МУЖ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
17.25, 20.15 ТИТАНЫ 16+
23.45 ФУТБОЛ. СУПЕРБОКС ИСПАНИИ. 1/2 АТЕЛТИК - РЕАЛ (МАДРИД). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
03.00 КАМЧАТА. НЕБЫВАЮЩИЕ ИСТОРИИ НА КРАЮ ЗЕМЛИ 12+
04.00 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. ЛОКОМОТИВ-КУБАНЬ (КРАСНОДАР) - УРАЛМАС (ЕКА) 6+
06.00 НОВОСТИ 0+
06.05 ЧТО ЗА СПОРТ? ЭКСТРИМ 12+

КУЛЬТУРА



06.30 М/Ф «ВИННИ-ПУХ.. ВИННИ-ПУХ И ДЕНЬ БИЗНЕСА» 12+
07.10 Х/Ф «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ» 0+
09.25 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
10.10, 10.30, 17.00, 20.00 ВЕСТИ 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ 11.35 Х/Ф «НАСТОЯТЕЛЬ-2» 16+
12.10, 02.40 Х/Ф «ТЕАТР МАША» 12+
14.50 «НОВАЯ ВОЛНА-2025». ЛУЧШЕЕ 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.30 Т/С «КРУГИ НА ВОДЕ» 16+
01.00 Х/Ф «СИДРОМ ОТЛОЖЕННОГО СЧАСТЬЯ» 16+

РОССИЯ



04.20 Т/С «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНЬТЬ НЕЛЬЗЯ» 12+
05.45 Т/С «ЧЕРНАЯ КОШКА» 12+
07.40 Т/С «ЛИКИДАЦИЯ» 16+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ 11.50, 21.10 МЕСТОНОВРЕМЕННЫЙ ВЕСТИ-УРАЛ 21.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
14.50 «НОВАЯ ВОЛНА-2025». ЛУЧШЕЕ 16+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.30 Т/С «КРУГИ НА ВОДЕ» 16+
01.00 Х/Ф «СИДРОМ ОТЛОЖЕННОГО СЧАСТЬЯ» 16+

НТВ



08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ 08.20 Х/Ф «НАСТОЯТЕЛЬ» 16+
10.20 Т/С «ПЕСНЯ» 16+
16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
23.45 Х/Ф «ВЕТЕР СЕВЕРНЫЙ» 16+
01.45 Т/С «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ» 12+

Домашний



06.30, 05.55 КАДРОВ 16+
07.05 Х/Ф «ВЕЧЕРА НА ХУТОРЕ БЛЗ ДИКИЙ» 16+
08.30 Х/Ф «ЛЮБОВЬ НА ПРАКОРАТ» В КРЕМЛЕ 6+
10.45 Х/Ф «ХЕНУ ВЫЗЫВАЛИ?» 16+
15.00 Х/Ф «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ОБРОТНЫХ» 16+
23.20 Х/Ф «БЕЗОЦВЕТИЦА» 16+
01.05 Д/Ф «ПРЕДСКАЗАНИЯ. 2026» 16+
04.20 Д/Ф «ГАДАЮ ВОРОКУ» 16+

ТНТ



07.00, 08.00, 08.50, 03.20, 04.05, 04.55, 05.45, 06.30 ОДНАХДЫ В РОССИИ 12+
09.20, 09.55, 10.20, 10.50, 11.10, 11.40, 12.15, 12.40, 13.10, 13.40, 14.10, 14.45, 15.05 Т/С «ПРАЗДНИКИ» 16+
15.40 Д/Ф «ПРАЗДНИКИ» 16+
17.15 Х/Ф «ПРАБАШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ» 16+
19.00 Х/Ф «ТЕЦА» 16+
21.00 Х/Ф «БАТ-2. ДЕЛ» 16+
22.55 Т/С «БАТ» 16+
00.20 Х/Ф «САМЫЙ НОВЫЙ ГОД» 16+
01.40 Х/Ф «ОРЕЛ ДЕВЯТОГО ЛЕГИОНА» 16+

ЗВЕЗДА



05.50 Д/Ф «ОБИТЕЛЬ СЕРГИЯ. НА ПОСЛЕДНИЙ РУБЕЖ» 16+
17.10 Х/Ф «СЛАЧАИ НАСЛЮДОНИЯ» 16+
13.35 КОНЦЕРТ ГОСУДАРСТВЕННОГО АКАДЕМИЧЕСКОГО АНСАМБЛЯ НАРОДНОГО ТАНЦА ИМЕНИ ИГОРЯ МОИСЕЕВА В БОЛЬШОМ ТЕАТРЕ РОССИИ 16+
14.40 Д/Ф «ПРОХЛАДНАЯ, 28» 16+
16.15 О/С «СОКОРЫЩА МОСКОВСКОГО КРЕМЛЯ» 16+
17.55 Д/Ф «ПЯТЬ СВОБОДЫ» 16+
18.40 Д/Ф «ЛУЧАНО ПАВАРОТТИ» 16+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
19.45 Х/Ф «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ» 0+
20.25 ВЕРТИНСКИЙ 16+
00.35 Х/Ф «12 СТУПЕЙ» 0+
02.40 М/Ф «ПРАЗДНИК» 16+

ТВ Центр



07.00 Х/Ф «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ» 0+
09.15, 16.10 «МОЯ РОССИЯ, МОЯ СЕМЬЯ, МОЯ МАРКА №1». ГАЛА-КОНЦЕРТ В КРИМЛЕ 6+
10.15 С РОЖДЕСТВОМ ХРИСТОВЫМ! ПОДДАВЛЕНИЕ ПАТРИАРХА КИРИЛЛА 0+
10.20 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
11.10 «НЕХМУРЫЕ ЛЮДИ» 16+
11.40 Д/Ф «ЮРИЙ АНТОНОВ. ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ» 16+
12.30 Х/Ф «ЗАГАДКА НА ДВОИХ» 16+
13.30 В/Ф «ЛЕНДЫ ЭСТРАДЫ» 16+
23.35 Д/Ф «БЕРДАКИ ДЛЯ СЛАВЫ» 16+
00.35 Д/Ф «МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПРИКОЛЫ ИНСТИТУТА ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ» 16+

СПАС



06.30 СВЯТЫНИ РОССИИ 6+
07.35 М/Ф «НЕБЫВАЮЩЕЕ ПУТЕШЕСТВИЕ СЕРАФИМЫ» 6+
09.00 ПРОПСТИ ЧУДАСА 12+
10.00 ЛЕТО ГОСПОДНЕ 6+
12.40 ПАТОМНИЦА 12+
13.55 Х/Ф «ЧАСТЬЕ В КонВЕРТЕ» 6+
16.00, 17.00 Д/Ф «МАМА. ЖИЗНЬ БОГОРОДИЦЫ» 0+
18.00 ВЕЛИКАЯ ВЕЧЕРНЯЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 0+
19.15, 23.40, 23.55 ИНТЕРВЬЮ СВЯТИШЕГО ПАТРИАРХА КИРИЛЛА 0+
19.50 Д/Ф «СВЯТОЙ ФЕДОР ТОМСКИЙ» 12+
22.15 О/С «МАМЫ» 12+
23.55 ПРОЩАНЕ 16+
00.35 Д/Ф «БРАЧНЫЙ НОКАУТ» 16+

5 канал



06.25 Т/С «ЖЕНЩИНА БЕЗ ЧУВСТВА ЮМОРА» 12+
09.50 Д/Ф «КОНХЕННЫЙ» 0+
05.00 РОЖДЕСТВО С КУБАНСКИМ КАЗАЧЬИМ ХОРОМ. КОНЦЕРТ 0+

ТНВ



06.30 Х/Ф «МОЕ ПРИКРАСНОЕ АРИБИ» 16+
08.05 Х/Ф «СВОДНЫЕ СЕСТРЫ» 12+
10.15, 10.20 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
11.15 АНЕДОКТ-КЛУБ «НЕХМУРЫЕ ЛЮДИ» 16+
11.40 Д/Ф «М. КРУГ. Я ЛЮБИЛ, А МЕНЯ ПРЕДАВАЛИ» 12+
12.35 03.25 Х/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
14.30, 22.00 СОБЫТИЯ
14.45 НОВОГДИЙСКИЙ СМЕХОМАРАФОН 12+
15.35, 23.35 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
16.25 Х/Ф «ЗЕБРЫ МЯНЯ К СЕБЕ» 16+
18.20 Х/Ф «ЗАГАДКА НА ДВОИХ» 16+
22.15 Д/Ф «90-Е» 16+
23.55 ПРОЩАНЕ 16+
00.35 Д/Ф «БРАЧНЫЙ НОКАУТ» 16+

СПАС



05.00, 14.12 РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ИНТЕРВЬЮ СВЯТИШЕГО ПАТРИАРХА КИРИЛЛА 0+
05.35 Х/Ф «БЕЗ ГОДА НЕДЕЛЯ» 6+
06.55 М/Ф «ТАЙНА ТРЕТЬЕЙ ПЛАНЕТЫ» 0+
07.55 М/Ф «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ» 6+
08.55 Д/Ф «ИКОНА РОССИИ. СВЯТЫНИ ЗЕМЛИ КУРСКОЙ» 0+
10.00, 11.00 Д/Ф «МАМА. ЖИЗНЬ БОГОРОДИЦЫ» 0+
12.00 БОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТУРГИЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 0+
15.00 Д/Ф «АНГЕЛЫ ВИФЛЕЕМА» 0+
15.55, 06.00 Д/Ф «СВЯТЫЕ РОДИТЕЛИ» 0+
17.05 Х/Ф «ПРО ЛЕЮ И МИНЬЮ» 6+
18.55 Д/Ф «ВАСИЛИЙ ОСТРОВСКИЙ. КНИГИ ЧУДЕС» 0+
20.00 Х/Ф «СТАРИКИ-РАЗБОЙНИКИ» 0+
21.50 Д/Ф «КРЕСТ НАД РОССИЕЙ» 0+
23.15 Х/Ф «К ЧЕРНОМУ МОРЮ» 12+
00.40 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+

5 канал



06.40, 00.25 Т/С «МАМА-ДЕТЕКТИВ» 12+
08.45, 20.35 Т/С «СЛЕДОПЫТ» 16+
02.50 Д/Ф «МОЕ ВТОРОЕ Я» 12+

ТНВ



06.00 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
06.30, 17.30, 04.10 ТАТАРЫ 16+
07.00 Т/С «ПОДМЕНА» 16+
08.30 Т/С «НА ПЕРЕКРЕСТИКЕ СЕМИ ДОРОГ» 16+
10.15 С 03 КОЛУНИАРНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ 12+
11.30 Х/Ф «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ» 0+
12.00 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.45 Д/Ф «СОЛЯНАЯ» 16+
13.00 М/Ф «ДЕТКИ-ФИННИК» 0+
13.30 М/Ф «ДОМОВЯТА. НАСТРЕЧУ» 12+
14.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
14.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
15.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
15.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
16.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
16.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
17.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
17.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
18.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
18.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
19.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
19.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
20.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
20.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
21.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
21.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
22.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
22.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
23.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
23.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
24.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
24.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
25.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
25.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
26.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
26.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
27.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
27.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
28.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
28.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
29.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
29.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
30.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
30.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
31.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
31.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
32.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
32.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
33.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
33.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
34.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
34.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
35.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
35.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
36.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
36.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
37.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
37.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
38.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
38.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
39.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
39.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
40.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
40.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
41.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
41.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
42.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
42.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
43.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
43.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
44.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
44.30 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 16+
45.00 М/Ф «ДЕТКИ-БУРДУДЫ» 1

ВОЛШЕБСТВО, КОТОРОЕ МЫ ТВОРИМ САМИ

СЕМЕЙНЫЕ ИСТОРИИ

Любовь Фёдорова
Фото из семейного архива

Новогодние праздники – это любовь с детства: ожидание волшебства, долгожданных подарков и вкус мандаринов, которые всегда съедались первыми из наших сладких подарков!

Самодельная ёлка и блёстки из игрушек

Очень яркое воспоминание у меня осталось о том, как мы сами мастерили себе ёлку. Однажды мама принесла домой раскинувшую ветку то ли липы, то ли берёзы и сказала, что мы сейчас будем превращать её в красивую новогоднюю ёлку!

– Это как? – удивлённо переглянулись мы с сестрой.

– Очень просто, – загадочно подмигнула мама.

Она достала рулоны зелёной и белой бумаги из пальпье-маше (помните такую мятую бумагу?) и начала разрезать их на длинные полоски. Затем показала нам, как нужно оборачивать ветки, чтобы они стали похожи на ёлочный лапник, слегка запорошенный снегом. Это было настоящее волшебство! Чудо, которое создавалось на наших глазах!

Импровизированную ёлку мама закрепила на табурете, прикрыла его нарядной скатертью, а мы повесили на ветки игрушки. По обе стороны нашей «ёлки» встали фигуры Деда Мороза и Снегурочки. Как это было красиво! А в новогоднюю ночь под ёлкой таинственным образом появились подарки! Пиши эти строки, а у самой наворачиваются слёзы, хотя перед глазами – моя молодая, красивая, счастливая мама...

А ещё мама мастерила нам с сестрой наряды из марли, украшая их нитями «новогоднего дождя» и блёстками из осколов ёлочных игрушек. Каждый год несколько игрушек приходилось разбивать ради праздничных украшений. Помню, как мы с сестрой спорили, какую из них принести «в жертву»: жёлтую кукурузу, зелёный виноград или красную сосульку? Уходило 3-4 игрушки, ведь блёстки должны были быть разноцветными!

Короны для утренников мы делали из картона: обклеивали ватой и украшали такими же разноцветными стекляшками. Какими же мы были тогда красивыми и счастливыми – лёгкими снежинками, порхающими вокруг ёлки на детсадовском утреннике!

До сих пор я храню старые стеклянные ёлочные игрушки с тех времён и безмерно ими дорожу! Я храню их в отдельной коробке как семейную реликвию и, открывая её, возвращаюсь в моё далёкое беззаботное детство!

Рождение традиций

В нашей семье новогодние праздники начинаются 24 декабря и продолжаются почти до середины февраля. Мы устанавливаем ёлку в канун католического Рождества – это тоже связано с многолетними традициями.

Я училась на факультете иностранных языков, на французском отделении.

Мы не просто осваивали языки, но и погружались в историю, географию, литературу, искусство и, конечно, традиции Франции.

С студенческие годы и зародилась наша традиция рождественских встреч: 25 декабря мы, девчонки, в общежитии устраивали весёлый праздник. На столе появлялось что-то «французское»: утка с апельсинами, если кто-то получал этот роскошный деревенский гостинец, или «соц au vin» (петух в вине). Правда, петух чаще заменяла магазинная курица! Неизменным оставался лишь сладкий символ – «La Bûche de Noël» – рулет в виде полена, украшенный кремом, шоколадом и орехами.

Мы пели французские песни, болтали на любимом языке, приобщаясь к богатой культуре далёкой, но такой притягательной Франции. И, конечно, мечтали когда-нибудь увидеть красоты

и детский праздник именно 31 декабря в 18 часов. Так у него был собственный праздник – настоящий день рождения. Он получал подарки и был «королём» вечеринки. А Новый год оставался другим, не менее весёлым, но все-таки отдельным семейным праздником для всех.

А у старшего сына день рождения 30 марта. И вот однажды, когда младшему было года 3-4, я сказала:

– Сегодня у Ярослава день рождения. Поможешь мне украсить комнату?

Женя, младший сын, с удивлением осмотрел комнату и спросил: «А ёлка где?».

– Зачем ёлка? – растерялась. – У него же день рождения!

Ребёнок замер в недоумении: «День рождения – ёлка – подарки», – объяснил он свою нехитрую логику.

– Что ты, малыш! Это у тебя день рождения совпал с Новым годом, поэтому и



тайство гадания. Но гадаем мы не на картах или кофейной гуще, мы практикуем гадание Мо – увлекательное и, на мой взгляд, высококультуральное тибетское гадание. Оно не обещает исполнения желаний, а помогает человеку понять своё будущее, получить ответ на конкретный вопрос или характеристику того, с чем ему придётся столкнуться в ближайший год.

Гадание происходит с помощью кубика, на грани которого нанесены специальные символы. Выбрасывая его дважды, мы получаем определённую комбинацию символов, на основе которой и делается предсказание.

Затем мы переходим к ритуалу загадывания желаний. Записываем на отдельных листочках 13 желаний, начиная со следующего вечера, отправляем по одному желанию во Вселенную! И это действительно работает – проверено! Нужно лишь правильно их сформулировать и дать возможность Вселенной их исполнить.

Второй шанс для праздника!

Старый Новый год – ещё одна возможность собраться с детьми за праздничным ужином, особенно если кто-то из них не смог быть с нами в новогоднюю ночь, и вручить оставшиеся подарки.

А знаете, почему наши новогодние праздники делятся до середины февраля? Всё потому, что их завершает Китайский Новый год! В этот день мы ставим на стол фигуру – символ наступающего китайского нового года и готовим небольшое угощение.

Главной изюминкой вечера становятся восточные гороскопы. Сначала мы обращаемся к прошлогодним прогнозам, чтобы оценить, какие предсказания сбылись, а какие оказались неверными. Затем переходим к прогнозам на следующий год. Мы смеёмся и, конечно, верим, что наступивший год будет благополучным, счастливым и обязательно принесёт множество поводов для радости.

После этого я разбираю ёлку, убираю новогодние украшения до следующего года. Праздники завершились. А впереди – целый год, наполненный радостными событиями, весёлыми встречами, неожиданными открытиями и интересными путешествиями!

Поздравляю всех с новогодними праздниками и Рождеством! Пусть в ваших семьях складываются традиции, которые укрепляют родственные связи и наполняют жизнь яркими эмоциями! И пусть Новый год принесёт вам то, о чём вы мечтаете!



Парижа своими глазами, а не только на страницах учебника. Это было время сладких иллюзий и настоящей дружбы!

Чулки для французского Деда Мороза

Традицию начинать подготовку к праздникам 24 декабря я принесла и в собственную семью. Я сшила детям «рождественские чулки», в ночь на 25 декабря они обязательно находили в них небольшие подарки от Рêve de Noël – Первоночи, французского Деда Мороза. «Пер Ноэль прислал вам подарки, потому что вы учитесь говорить по-французски», – объясняла я появление подарков.

Мои мальчишки знали несколько стишков на этом языке и немного понимали французскую речь. Помню, как купила однажды красивые рождественские носки в магазине и радостно показала сыновьям. Но дети их не оценили: старые, самодельные нравились им гораздо больше. До сих пор эти красные чулки вызывают у них теплую ностальгию.

За шесть часов до боя курантов

У младшего сына день рождения 31 декабря. Он родился за шесть часов до наступления Нового года. С этим связана ещё одна семейная традиция.

Когда сын был маленьkim, мы устра-

ёлка, – объяснила я.

Сын был в шоке от открытия!

Фейерверки, «Щелкунчик» и тёплые встречи

Сыновья выросли, поэтому не всегда остаются с нами на всю новогоднюю ночь. Но по возможности они проводят с нами первые часы наступившего года, затем отправляются к друзьям. А мы с мужем одеваемся потеплее и идём в окрестные дворы смотреть праздничные фейерверки. Ведь именно там, под разноголосицу многочисленных залпов, ощущаешь настоящую атмосферу праздника.

В православное Рождество мы иногда ходим в один из храмов Екатеринбурга. Нам нравится атмосфера, царящая там, украшенные интерьеры и «сверкающие» церковные подворья.

Правда, в этом году у нас особый план – мы всей семьёй отправимся в театр оперы и балета смотреть балет «Щелкунчик»!

Святки: гадание Мо и заветные желания

Уже лет пять на Святки мы встречаемся с подружками и гадаем. И здесь также сложилась своя традиция. В Сочельник, вечером 6 января, мы собираемся на чайку-нибудь кухне и погружаемся в

ЧТО В НАСТУПИВШЕМ ГОДУ СУЛЯТ ЗВЕЗДЫ РАЗНЫМ ЗНАКАМ ЗОДИАКА?

АСТРОПРОГНОЗ

Что сулят звезды в Год Лошади?

Наступивший 2026-й – Год Красной Огненной Лошади – обещает быть ярким и полным событий, символизирует время движения, решимости и вдохновения, дает шанс изменить судьбу тем, кто не боится действовать.

Адресовано всем

Энергия Лошади способствует стремлению к успеху и лидерству, а стихия огня добавляет страсти и динамики. Важно использовать эту энергию для достижения целей, проявляя при этом осмотрительность. Вступайте в этот год с позитивным настроем, готовностью к переменам и верой в свои силы, смело готовьтесь к вызовам и стремитесь к самосовершенствованию.

Особенно благоприятен 2026-й для людей, рожденных в годы Лошади, Тигра, Собаки и Обезьяны. Им предстоит период, полный возможностей для роста и самореализации. Представителям других знаков зодиака рекомендуется проявлять осторожность и избегать импульсивных решений. Важно сохранять баланс между активностью и осмотрительностью, чтобы избежать трудностей. Красная Огненная Лошадь приносит удачу тем, кто мчится вперед с открытым сердцем. Пусть этот год станет для каждого временем ярких событий, любви и личных побед.

Адресовано каждому

ОВЕН. Год великих свершений и новаторских прорывов. Идите вперед и используйте возможности для реализации новых идей. Возможны значительные успехи в профессиональной сфере. В личной жизни весна и лето обещают гармонию и новые знакомства.

ТЕЛЕЦ. Время стабильности и выгодных сделок. Акцент сместится на создание уюта, гармонии в доме и личной жизни. Дисциплина и планирование помогут в накоплении богатства. Благоприятное время для решения юридических вопросов и улучшения отношений с близкими.

БЛИЗНЕЦЫ. Вихрь перемен и появление новых горизонтов. Уран в Близнецах может принести радикальные реформы в образовании и общении. Важно общаться и налаживать социальные связи. Уделите внимание саморазвитию.

РАК. Представителям этого знака года принесет укрепление семейного очага и внутреннюю гармонию. Звезды сулят особую удачу, финансовый рост и успех. Год может принести значительные личные достижения.

ЛЕВ. Сцена ждет своего героя! Львам предстоит сиять и быть в центре внимания. Это может быть год, когда ваши мечты станут реальностью, но также потребует осторожности и обдуманных шагов. Ваша харизма будет на высоте.

ДЕВА. Год будет полон возможностей для достижения совершенства и профессионального роста. Можно ожидать признания на работе, особенно в начале года. Год потребует внимания к деталям,



prodexki.com

организации и здоровью. Усердная работа и планирование помогут достичь поставленных целей.

ВЕСЫ. Важным станет восстановление баланса в личных отношениях и финансах. Во второй половине года потребуются честные разговоры о прошлом, чтобы определить направление развития партнерских отношений.

СКОРПИОН. Большой финансовый рост и успех. Дисциплина и настойчивость в обучении или карьере принесут значительный прогресс.

СТРЕЛЕЦ. Мечты могут стать реальностью, если вы будете действовать целенаправленно. Год принесет возможности для путешествий и расширения кругозора. Особый прилив сил с мая по август – время для смелых действий и реализации новых идей.

КОЗЕРОГ. Время для новаторских прорывов и крупных достижений. Устойчивое влияние планет призывает к вдумчивому балансу между смелыми действиями и дисциплинированным планированием.

ВОДОЛЕЙ. Год обещает удачу и финансовую стабильность. Это время для освоения современных технологий, но не стоит забывать и об общении в реальном мире.

РЫБЫ. Период духовного роста и творческого вдохновения. Может понадобиться осторожность в некоторых сферах жизни. Акцент на внутреннем росте принесет свои плоды. Вам предстоит принимать важные решения и брать на себя ответственность.

По материалам сайтов

10 ГЛАВНЫХ СОБЫТИЙ 2025 ГОДА

СПОРТ

Владимир Васильев

2025 год стал одним из самых успешных для свердловского спорта за последние времена. Наши атлеты блеснули на всероссийском и на международном уровнях.

Первая чемпионка мира по шахматам

Минувшая осень стала триумфальной для молодой екатеринбургской шахматистки Леи Гарифуллиной. В октябре она стала серебряным призером чемпионата России, свердловчане подобного успеха последний раз добивались 25 лет назад. А в ноябре 21-летняя студентка Уральского государственного экономического университета приняла участие в командном чемпионате мира и завоевала в составе сборной России золотую медаль – первый мировой титул в истории свердловских шахмат.

Первый русский камбэк

В декабре екатеринбургский боец смешанных единоборств Пётр Ян спустя пять лет вернул себе пояс победителя абсолютного бойцовского чемпионата (UFC) в легчайшей весовой категории – до 61 кг. В поединке с грузином Мерабом Двалишвили уральцу отдали голоса все три судьи. Так 32-летний представитель екате-

ринбургского клуба «Архангел Михаил» стал первым россиянином, который сумел повторно стать чемпионом самой престижной бойцовской организации.

Триумф в Киргизии

В ноябре в Бишкеке прошел юбилейный, 50-й по счёту чемпионат мира по самбо. В составе сборной России в соревнованиях принимали участие восемь борцов Среднего Урала, и все восемь вернулись домой с золотыми медалями!

Четыре чемпионата страны

В Екатеринбурге прошли чемпионаты России по прыжкам в воду – в июне, боксу – в августе, прыжкам на батуте – в сентябре и дзюдо – в октябре. Спортсмены региона сполна воспользовались преимуществом родных стен. Прыгунья в воду Кристина Ильинская завоевала три золотые медали, а дзюдоисты – шесть, что принесло свердловской команде первое место в командном зачёте.

Новые суперарены

В марте вступила в строй «УГМК-Арена», куда переехала хоккейная команда «Автомобилист». Также на новой площадке в 2025 году проходили матчи женской баскетбольной команды «УГМК».

КРК «Уралец», доставшийся другой крупной металлургической компании – РМК, был переделан в лучшую в стране

арену для занятия новым для России видом спорта – паделом.

Баскетбольная столица

Женская команда «УГМК» третий раз подряд сделала так называемый трэбл – выиграла все три турнира, в которых принимала участие: чемпионат России, Кубок страны и Суперкубок.

Мужской екатеринбургский клуб «Уралмаш» впервые в своей истории завоевал Кубок России, а в чемпионате занял 5-е место – это повторение лучшего результата в истории свердловского баскетбола, показанного командой «Евраз» в 2003 году.

Волшебник окончательно стал легендой

Знаменитый на весь мир уральский хоккеист Павел Дацюк по прозвищу Волшебник – единственный, кто выиграл 4 главных турнира планеты: Олимпиаду, чемпионат мира, Кубок Стэнли и Кубок Гагарина, в июне был введен в Зал славы отечественного хоккея. А в августе на «УГМК-арене» состоялась «Волшебная игра» – прощальный матч Павла Дацюка, в котором приняли участие суперзвезды мирового хоккея, включая Александра Овечкина и Кирилла Капризова.

Спустя 72 года

В октябре первоуральский бенди-клуб «СКА-Уральский трубник» стал серебряным призером Кубка России. Это повторение лучшего достижения в



истории регионального хоккея с мячом, которое было установлено легендарной командой СКА (Свердловск) в 1953 году.

Министр-рекордсмен

Губернатор Свердловской области Денис Паслер переназначил Леонида Рапопорта министром физкультуры и спорта региона, 66-летний Рапопорт занимает этот пост с 2009 года, то есть уже 16 лет. В правительстве региона нет ни одного министра с подобным стажем нахождения в должности.

Обновили памятник

В год 80-летия Победы в Великой Отечественной войне в Екатеринбурге был отреставрирован памятник воинам-спортсменам – один из пяти подобных монументов, установленных в нашей стране. Памятник был открыт в 1996 году, реставрация прошла впервые.

«А ВЫ ПЕЛИ КОЛЯДКИ НА СВЯТКИ»?

ВЕЧНОЕ

Ирина Зеленцова
Фото автора

Такой вопрос всем задают после праздничных каникул дети Свято-Алексеевской воскресной школы. К этому красивому и увлекательному обычью ребята обращаются уже третий год.

С неба ангел к нам спустился
И сказал: «Христос родился!».
Мы пришли Христа прославить
И вас с праздником поздравить.

Праздник Рождества имеет свои традиции. К нему относятся строгий пост до первой звезды в Сочельник 6 января, свечи на подоконнике в ночь на 7 января, которая была знаком, что Пресвятая Дева Мария и праведный Иосиф могут в этом доме найти пристанище. И, конечно, колядки.

Рождественские колядки имеют давнюю историю. Первыми христославами, как известно из Евангелия, явились ангелы, потом – вифлеемские пастухи, позже – волхвы: старец Мельхиор, царь халдейский, юный эфиоп Каспар и перс средних лет Валтасар. Они шли за вифлеемской звездой, чтобы поклониться младенцу Христу. Обычай колядовать на Рождество появился уже после Крещения Руси.

Как правило, у колядок нет авторов. Но по искренности, смысловому строю и доброте они великолепны. Колядка – маленький рождественский рассказ о величайшем событии, прославление главных лиц той ночи, которая принесла радостную и главную весть: родился Спаситель мира!

Волхвы дары свои ему несут,
За ними важно вслед
Верблюды длинноногие идут,
Звезда им дарит свет.
Ночь тиха! Ночь свята!
В небе – свет, красота.
Божий Сын пеленами повит,
В Вифлеемском вертепе лежит,
Спи, Младенец Святой!

Традиция колядок связана и с таким явлением, как вертеп – театрализованное действие, передающее Рождественскую евангельскую историю в форме кукольного театра. В оригинале вертеп – передвижной кукольный театр, трехъярусный ящик с ширмой. Путешествуя, он показывал представление, во время которого неоднократно исполняются колядки, обозначая появление героев, и только когда появляется ангел, исполняется Рождественский тропарь. Колядующие вместе с песнями приносят в дома особую атмосферу праздничного веселья, радостно возвращая на Христе, предлагая всем стать участниками исторического события, которому уже две тысячи лет.

В соответствии с традицией, певчие детского клироса Свято-Алексеевской воскресной школы, по Благословению настоятеля прихода отца Гермогена (Еремеева), постоянно участвуют в ночном Рождественском богослужении.

«Для нашего прихода это важное событие, – говорит директор воскресной школы Мария Петровна Гавrilova. – Ребята несут клиросное послушание

певчих. Вместе с наставником Ириной Анатольевной Зеленцовой постигают азы вокального искусства, изучают структуру литургического богослужения,знакомятся с традициями православия. Очень помогает поддержка родителей. Все эти семьи являются прихожанами нашего храма».

После окончания богослужения ребята исполняют у вертепа для младенца Иисуса праздничный тропарь. В морозной тишине волшебной ночи пение звонких детских голосов далеко разносит радостную весть о родившемся Христе. Еще многому им предстоит учиться. Но, слушая детские голоса в молитве, в Рождественскую ночь понимаешь: именно детские сердца во всей полноте открыты младенцу Христу. А вот что говорят сами певчие детского клироса.

Илья Яндаев: «Праздник Рождества – всегда грандиозное событие! Ведь Сын Божий пришел на нашу землю. Жизнь



пошла по-другому. Бог есть любовь и добро. «Возлюби ближнего своего», – говорит Господь. А добро побеждает зло. Наша семья каждый год на праздник Рождества приходит в храм на службу. Всем стараемся сделать доброе и приятное, поздравить с праздником. И, хотя я находился далеко от нашего храма – у бабушки в деревне, в деревенском храме я молился за всех певчих, чтобы все получилось и вы спели хорошо. И за наш приход молился, чтобы люди были здоровы и счастливы».

Мария Лазарева: «Рождество – самый волшебный праздник для меня. Именно в Рождество ко мне приходит Дед Мороз, дарит подарки. Моя семья всегда тщательно готовилась к празднику: вместе с родителями и братьями ходим на ночную службу, мама готовит красивый и щедрый стол, ставим нарядную елку. Мне посчастливилось и самой послужить на клиросе в Рождественскую ночь. Петь Богу славу! Это незабываемо, так трепетно и тепло на душе. Это особая радость, которую невозможно испытать в обычной жизни и трудно описать словами. Воссторг, который у каждого внутри, признак особой радости, которой ты хочешь поделиться со всеми».

Валя Шамбура: «Для меня праздник Рождества – это все хорошее, что есть, возможность собраться родным вместе. Ведь Христос родился в семье, его близкие были рядом с ним!».

Анна Гилева: «Любимый праздник Рождества – это наши надежда и вера. Вера

мейный праздник, который дарит много радости и тепла. Обязательно нужно идти на Божественную литургию. Ночная Рождественская служба – одна из главных служб года: здесь мы переживаем яркие эмоции. Звучат красивые песнопения, которые на обычных службах не поются. Белый цвет праздника – облечения священников, одежду прихожан и певчих, белые платки, внутреннее убранство храма и чувство радости, которое трудно передать словами. Атмосфера тайны, чуда, уюта, единения всех людей. Приобщение к событиям истории, которые произошли две тысячи лет назад. В праздник Рождества все сошлось воедино – прошлое, настоящее и будущее. Это – на века».



в добро: младенец Иисус через год опять родится, и мы вновь будем радоваться этому событию. А надежда на то, что после распятия Господь снова воскреснет.

Все события из Библии повторяются по кругу. А мы, люди, переживая их, через печали и радости будем исправлять себя и бороться со своими грехами».

Злата Казанцева: «Рождество – се-

А вы пели колядки на Святки? Воскресная школа поздравляет всех с Рождеством!

Приходите в наш храм. Будем вместе славить младенца Христа! Эту связующую нить между прошлым и настоящим певчие ребята Свято-Алексеевской воскресной школы с радостью передают в будущее.

МАГНИТНЫЕ БУРИ В ЯНВАРЕ

Первый месяц года ожидается неспокойным. В начале января возможна слабая магнитная буря, а **9-10 числа** – сильная. После одного дня передышки магнитные возмущения снова возвращаются: **12-14 января** они будут держаться на среднем уровне. Кроме того, **17 января** ожидается еще одна сильная магнитная буря, вплоть до **24 января** она будет постепенно стихать от средней к малой. **26-29 января** ожидается магнитная буря средней силы, которая будет постепенно снижать интенсивность.

Накануне магнитной бури не переутомляйтесь, проводите не менее часа в день на свежем воздухе. Употребляйте легкую пищу, ограничьтесь вредные привычки. Хорошо высыпайтесь, делайте легкую утреннюю гимнастику. Людям с хроническими болезнями следует строго выполнять предписания лечащего врача. Важно сохранять спокойствие, не преувеличивать влияние магнитной бури на организм.

ПРОВЕТРИВАНИЕ ЗИМОЙ: НУЖНО ИЛИ ОПАСНО?

КОМПЕТЕНТНО

«Всегда в форме!»

Свежий воздух нужен человеку в любое время года. Однако до сих пор встречается мнение, что зимой лучше не открывать лишний раз окна, «чтобы не простудиться».

На самом деле редкое поступление свежего воздуха может негативно сказать на здоровье.

Научные исследования подтверждают: проветривание важно даже в холодное время года. Так поддерживается оптимальный уровень кислорода в помещении; снижается концентрация углекислого газа, избыток которого приводит к утомляемости, снижению работоспособности и ухудшению концентрации внимания.

После проветривания в окружающем воздухе снижается количество пыли и микроорганизмов, которые могут проявлять аллергию и способствовать распространению респираторных инфекций. Проветривание помогает предотвратить появление плесени.

Кроме того, контролируется уровень влажности: сухой воздух пересушивает слизистые, делая организм более уязвимым к инфекциям. При поступлении свежего воздуха в жилище уменьшается концентрация летучих веществ, которые выделяются из мебели, об разуются во время приготовления пищи или при использовании средств бытовой химии.

Сон в хорошо проветренном помещении становится глубже, снижается количество ночных пробуждений, самочувствие утром улучшается. Эффективно ли щелевое проветривание? Такой способ не всегда обеспечивает полноценный воздухобмен. Лучше открыть окно полностью на 5-10 минут, так воздух обновляется быстрее, а помещение не успевает остывать.

Когда особенно важно проветривать помещение? Спалью – после сна и перед сном, кухню – после приготовления пищи, а также после приема гостей, после использования свечей, благовоний, регулярно – каждые 1,5-2 часа. А если в доме есть больной, проветривать следует чаще.

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Все объявления – на сайте газетапенсионер.рф

● **Замки. Установка. Недорого.**
Не залезут! Гарантия. т.8-950-65-81-391

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

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

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

● Продам радиодетали; посуду, хрусталь; лыжные ботинки, р-р 42-43; диски, аудио-, видеокассеты; справочники. Тел.: 8-919-369-04-18

● Куплю садовый участок. Тел.: 8-950-209-54-39

УСПЕВАЙТЕ!

Акция!
Только до 28 февраля
2026 г.!

ДЛЯ ВСЕХ
ПЕНСИОНЕРОВ
при предъявлении
пенсионного
удостоверения

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

Современное оборудование, опытные врачи

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

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

Реклама. Медицинская №Л041-01021-66/00358956

ИМЕЕТСЯ СРОЧНОЕ ПРОТИВОДѢЯНИЕ
НЕОБХОДИМО ПОСУДЫ И МОЛОЧАША

С днём рождения!

Вам от всей души желаем
Счастья без конца и края,
Грандиозного успеха,
В каждом дне добра и смеха!

90 ЛЕТ
Василий Федорович ДЕРНОВ,
Екатеринбург

85 ЛЕТ
Николай Андреевич ЗАЙКОВ,
Екатеринбург

65 ЛЕТ
Светлана Ивановна ШАБАНОВА,
Екатеринбург

ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ
Павел Васильевич ГАЛКИН,
Нижние Серги

Минигуль Нурылгаяновна
ДОМНИНА,
Екатеринбург

Валентина Ивановна ДЫКИНА,
Алапаевский район

Нина Геннадьевна ЗАВАРЗА,
Абаст

Нина Николаевна ЗАХАРОВА,
Екатеринбург

Валентина Петровна КАЛИНЮК,
Екатеринбург

Лариса Николаевна КАРНАУХОВА,
Екатеринбург

Галина Ивановна КИСЕЛЕВА,
Екатеринбург

Николай Иванович
КОЛПАЦЫКОВ,
Нижний Тагил

Василия Хасановна
КОРОБИЦИНА,
Екатеринбург

Рашида Гарифулловна КОРОЛЕВА,
Екатеринбург

Виктор Андреевич КОСТЬЯЕВ,
Михайловск

Александр Яковлевич
КУЗЕВАНОВ,
Заречный

Михаил Федорович
МАКАРЕНКО,
Лесной

Ольга Пименовна МИЛЬЧАКОВА,
Екатеринбург

Валентина Михайловна МОЛОДЫХ,
Байкаловский район

Феликс Гайфутдинович
МУХУТДИНОВ,

Красноуфимский район

Тамара Михайловна СТРЕЛОВА,
Нижнесергинский район

Лидия Михайловна ТИТОВА,
Нижний Тагил

Раиля Касимовна ФАТКУЛИНА,
Екатеринбург

Татьяна Борисовна ШУМЕЙКО,
Красноуфалск

Поздравляем с днем рождения

Веру Александровну ГЕТЬМАН
Мы пожелать хотим в твой день
рождения

Душевной ясности, сердечного
тепла,
Чтоб жизнь дарила радости

мгновения,
Спокойной, мирной, светлою была!

Семья,
г. Свердловск

Поздравляем с днем рождения
Любовь Семеновну ДОЛМАТОВУ

В день рождения желаем
Только радостных хлопот.
От души вас поздравляем:
Пусть во всех делах везет!

Друзья,
г. Свердловск

Поздравляю с днем рождения
Фанира Мавлэтзяновича ГАРЕЕВА,
Фаниля Даутовича ВАХИТОВА,
Михаила Александровича ПРОНИНА,
Владимира Александровича
ПОЛУБОЯРСКИХ

В семье пусть любят, берегут,
Доходы пусть всегда растут.
И всем невзгодам вопреки
В душе сияют огоньки!

Почетный ветеран УВД
А.Н.Глушков,
Березовский

Клуб одиноких сердец

● Скромный парень, 2-я гр. инвалидности. Ищу скромную девушки с инвалидностью, неработающую, 30-36 лет, желательно из Екатеринбурга. Тел.: 8-904-209-54-39

● Продам радиодетали; посуду, хрусталь; лыжные ботинки, р-р 42-43; диски, аудио-, видеокассеты; справочники. Тел.: 8-919-369-04-18

● Женщина, сред. телосложения, Тел.: 8-909-014-28-47

160 см, в/о. Познакомлюсь для дружеских отношений с мужчиной, без в/п, 71-80 лет. Тел.: 8-904-988-41-89

● Познакомлюсь для с/о с мужчкой. О себе: 75/158/80, живу в Абесте. Тел.: 8-909-014-28-47

Пенсионер		Купон
Только для пенсионеров		
на одно бесплатное объявление		
Заполните разборчиво и печатными буквами		
Текст объявления:		
Телефон или адрес:		
Заполните данные для редакции, иначе объявление не будет напечатано. Публикации не подлежат		
Фамилия	Телефон	
Адрес	Подпись	

ПЕРВЫЙ



06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 Х/Ф «БЕЛАЯ НОЧЬ, НЕЖНАЯ НОЧЬ...» 16+
07.25 Х/Ф «ЗОЛОТЫЕ РОГА» 0+
08.50 СОЮЗМУЛЬФИЛЬМ 0+
10.15 Д/Ф «ШАЙКОВЫЙ. «ОТ УЛЫБКИ СТАНЕТ ВСЕМ СВЕТЛЕЙ...»» 12+
11.05 ЖИТЬ СВОИХ 12+
12.15 Х/Ф «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ» 0+
13.50 Т/С «ЗНАХАР» 16+
15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.20 УГАДАЙ МЕЛОДИЮ 12+
19.00 Т/С «КАЗАНОВА» 16+
20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.35 Т/С «КАЗАНОВА, В БЕГАХ» 16+
22.35 Т/С «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ» 16+
23.35 Т/С «ВЕЧЕРНИЙ НОМЕР» 18+
01.00 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ



05.45 Т/С «ЧЕРНАЯ КОШКА» 12+
07.40 Т/С «ЛИКВИДАЦИЯ» 16+
09.25 УТРЕННЯЯ ПОЧТА 12+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
11.50, 21.10 МЕСТО ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ
12.10, 12.45 Д/Ф «ГАИНА-ЭТО ТЫ» 12+
14.45 «ЗАИМАЛКОВСКИЙ ПАРК» БОЛЬШОЙ: ЮМОРТИСТИЧЕСКИЙ КОНЦЕРТ 16+
17.50 ПЕСНИ О ВСЕЙ ДУШЕ 12+
21.30 Т/С «КРУГИ НА ВОДЕ» 16+
01.00 Х/Ф «СКАЗКИ ГОФМАНА» 16+

НТВ



08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.20 Х/Ф «НАСТОЙТЕЛЬ-2» 16+
10.20 Т/С «ПЕС» 16+
16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
23.30 ЮБИЛЕЙ МАЭСТРО. ЛУНЫЕ МЕЛОДИИ КИМБА БРЕЙБУРГА 12+
01.55 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+

СУББОТА, 10 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ



06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
06.10 Х/Ф «ФРАНЦЫ» 12+
08.35 ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ СОЮЗМУЛЬФИЛЬМ 0+
09.45 СЛОВА ПАСТЫРЯ 0+
10.15 Д/Ф «ФИНАНС РАНЕВСКАЯ. «КРАСОТА-САРДАЧНАЯ СИЛА» 12+
11.05 ПОБЕДЫ! 12+
12.15 Х/Ф «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЧИММЕНЬИ ПЕРИОД» 16+
13.45 Т/С «ЗНАХАР» 16+
15.55 Т/С «ТАКСИ ПОД ПРИКРЫТИЕМ» 16+
18.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ
18.20 УГАДАЙ МЕЛОДИЮ 12+
19.00 Т/С «КАЗАНОВА» 16+
20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.35 Т/С «КАЗАНОВА, В БЕГАХ» 16+
22.35 Т/С «ДОКТОР ПРЕОБРАЖЕНСКИЙ» 16+
23.35 ХОЗЯИН НЕИРОСТИ 12+
00.35 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ



04.30 Х/Ф «ПОГОВОРИ СО МНОЮ О ЛЮБВИ» 12+
08.00 ВЕСТИ. МЕСТО ВРЕМЯ. СУББОТА 08.35, 03.20 Х/Ф «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ» 0+
10.10 СТО К ОДНОМУ 12+
11.00, 17.00, 20.00 ВЕСТИ
11.30 Х/Ф «УРОЧИЩЕ СВЕРОКИ» 12+
13.30 Х/Ф «УРОЧИЩЕ СВЕРОКИ. ПРОДЛЕНИЕ» 12+
17.50 ПРИВЕТ, АНДРЕЙ! 12+
21.10 МЕСТО ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ 21.30 ХОНОДГАН ГЛЮБОЙ ОГОНЕК-2026 Г. 16+

НТВ



04.15 Т/С «МОРСКИЕ ДЯВОЛЫ. ПОЛЯРНЫЙ КОНВИ» 16+
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
08.20 Д/Ф «БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДЕДА МОРОЗА» 0+
09.10, 02.30 СЛЕДСТВИЕ ВЕЛИ... 16+
10.20 Т/С «ПЕС» 16+
16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
22.40 ЗВЕЗДЫ 16+

МАТЧ ТВ



08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. АСА, АДЛАН ИБРАИМОВ ПРОТИВ МУСЛИМА МАГОМЕДОВА. ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ МОСКВЫ 16+
09.00, 11.30 НОВОСТИ
11.35 НЕБЕСНАЯ ЖИЗНЬ 16+
12.20 ВИД СВЕРХУ 12+
12.30 ФОРМУЛА-1. ГУАНГИ ОГНИ 12+
13.00, 16.00, 19.05 ТИАНЫ 16+
23.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. АСА, ИСЛАМ ОМАРОВ ПРОТИВ АЛИ СУЛЕЙМОНОВА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ ИЗ ГРУЗИИ 03.00 ВЫ ЭТО ВИДЕЛИ 12+
04.00 БАКСЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. «БЕСТИЯ ПАРМЫ» (ПЕРМСКИЙ КРАЙ) - «АВТОДОР» (САРАТОВ) 6+
06.00 НОВОСТИ 0+
06.05 ЧТО ЗА СПОРТ? ЭКСТРИМ 12+

КУЛЬТУРА



06.30 М/Ф «СНЕГУРОЧКА» 16+
07.45 Х/Ф «НЕКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ» 0+
09.25 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
10.10, 00.35 Х/Ф «12 СТУЛЬЕВ» 0+
11.30 Д/Ф «СИЯЮЩИЙ КУПОЛ».
«ГАЛАКТИКИ И ЭКЗОПЛАНЕТЫ» 16+
12.05 МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЮНОШЕСКИЙ ТЕЛЕВИЗИОННЫЙ КОНКУРС МУЗЫКАНТОВ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП» 16+
12.55, 02.00 Д/Ф «ГИАНТЫ В ДИКОЙ ПРИРОДЕ» 16+
13.50 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
14.50 Х/Ф «ГАНГСТЕРЫ И ФИЛАНТРОПЫ» 12+
16.20, 23.50 Д/Ф «ТВЕРДЫНИ ЗЕМЛИ РУССКОЙ» 16+
17.05 Х/Ф «КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА» 0+
18.40 Д/Ф «ДЖЕССИ НОРМАН» 16+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
19.45 Д/Ф «ЮНСТКАМЕРА. ВЕРТИКАЛЬНЫЙ МУЗЕЙ». «НАУКА» 16+
20.25 Х/Ф «ГРЭЙС И ДЖО. ИСТОРИЯ ЛЮБВИ» 16+
22.15 БОЛЬШАЯ ОПЕРА-2025 Г. ГЛАКОНЦЕРТ В БЭК 16+

МАТЧ ТВ



08.00 СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА 16+
09.00, 11.30 НОВОСТИ
15.35, 17.55, 21.00, 00.00, 02.45 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
11.35 М/Ф «ЧЕМПИОНЫ» 6+
12.00 БЛЮЗОЛ, АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ РОС. ОДНОЧОДНАЯ СМЕШАННАЯ ЭСТАФЕТА. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
13.40 ФУТЗАЛ. БЕСТИЯ СУПЕРЛИГА. ТОРПЕДО (НИЖЕГОРОД ОБЛ.) - ИРАРО (ИРИКУСТ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
15.55 БАКСЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА ВТБ. ПАРИ НН - УРАЛМАШ (ЕКБ). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
18.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. КОМО - БОЛонья. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
21.50 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. РОМА - САССУОЛО. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
00.35 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ ИТАЛИИ. АТАЛANTA - ТОРИНО. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 16+
04.00 БАКСЕТБОЛ. WINLINE BASKET CUP. МЕГА (СЕРБИЯ) - ЦСКА (РФ) 6+
06.00 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА



06.30 М/Ф «КОЛЕОПОЛЬД» 16+
07.40 Х/Ф «КРЕПОСТНАЯ АКТРИСА» 0+
09.20 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
10.05, 00.45 Х/Ф «12 СТУЛЬЕВ» 0+
11.30 Д/Ф «СИЯЮЩИЙ КУПОЛ» 16+
12.00 МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЮНОШЕСКИЙ ТЕЛЕКОНКУРС МУЗЫКАНТОВ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП» 16+
12.55, 02.05 Д/Ф «ГИАНТЫ В ДИКОЙ ПРИРОДЕ» 16+
13.50 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
14.50 Х/Ф «ШЕРБУРСКИЕ ЗОНТИКИ» 12+
16.20, 00.00 Д/Ф «ТВЕРДЫНИ ЗЕМЛИ РУССКОЙ» 16+
17.05 Х/Ф «ДЕНЧАТАДАЯ НОЧЬ» 0+
18.35 ЛИНИИ ЖИЗНИ 16+
19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 16+
19.45 Д/Ф «ЮНСТКАМЕРА. ВЕРТИКАЛЬНЫЙ МУЗЕЙ». «ЭКСПОДЕИЦИЯ» 16+
20.25 Д/Ф «ДЕТИ МОРЯ» 16+
22.05 Х/Ф «КОН-ТИКИ» 6+

Домашний



06.30 X/Ф «ВМЕСТЕ С ВЕРОЙ» 16+
08.20 X/Ф «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!» 12+
10.20, 05.00 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
11.10 АНЕДДОТ-КЛУБ «НЕХУМЫЕ ЛОДИ» 16+
11.40 Д/Ф «ВАСИЛИЙ ЛАНОВЫЙ. ТРУДНО БЫТЬ ГЕРОЕМ» 16+
12.35 X/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
14.30, 22.00 СОБЫТИЯ 16+
14.45 НОВОГОДНИЙ СМЕХОМАРФОН 16+
15.35, 23.05, 01.15 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
06.15 6 КАДРОВ 16+

ТНТ



07.00, 08.00, 05.50, 06.30 ОДНАХДЫ В РОССИИ 16+
09.10, 09.45, 10.10, 10.40, 11.05, 11.35, 12.05, 12.35, 13.05, 13.35, 14.05, 14.30, 15.00 Т/С «ПРАЗДНИКИ» 16+
15.30 X/Ф «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО» 16+
17.35 Т/С «БАТЬ» 16+
19.00 Х/Ф «БАТЬ-2, ДЕД» 16+
20.50 X/Ф «БРТЬ» 16+
23.00 X/Ф «ВОРОН» 18+
00.55 X/Ф «ПОКЕРДЕЙС» 18+
02.25, 03.10, 03.55, 04.40, 05.25 ЖЕНСКИЙ СТЕНДАЛ 16+

ЗВЕЗДА



05.15 X/Ф «СВАДЬБА С ПРИДАНИМ» 12+
07.00, 09.15 X/Ф «ЛЕГЧАЯ МЫШЬ» 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.40, 13.15 Д/Ф «ВОЙНА МИРОВ» 16+
10.30 ГЛА-КОНЦЕРТ III ВЕРСОПСИЙСКОЙ ПРЕМИИ МИ-ВЕРИМ ТВЕРДО В ГЕРОЕВ СПОРТА» 6+
12.20, 19.30 Д/Ф «СВЕРХУ» 12+
22.00 ЗДРАВСТВУЙТЕ, ТОВАРИЩИ! 16+
23.30 ГЛА-КОНЦЕРТ III ВЕРСОПСИЙСКОЙ ПРЕМИИ МИ-ВЕРИМ ТВЕРДО В ГЕРОЕВ СПОРТА» 6+
01.40 Х/Ф «ДЕВУШКА БЕЗ АДРЕСА» 12+
03.05 X/Ф «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ» 12+
05.20 Д/Ф «ПЕРЕЛОМ. ХРОНИКА ПОБЕДЫ» 16+
05.20, 22.55 Т/С «НАШ СПЕЦНАЗ» 16+
23.45 ОНИ ПОТЯЛИ МИР 16+

ЗВЕЗДА



07.00, 07.55, 08.50, 09.50, 10.50, 05.50, 06.35 ОДНАХДЫ В РОССИИ 16+
11.25, 14.00, 16.25 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЕЙШИХ 16+
00.35 Д/Ф «АЛИСА В СТРАНЕ ЧУДЕС» 12+
21.20 Д/Ф «ПРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ ЖЕЛАНЬИ» 16+
23.25 Х/Ф «АНОРА» 18+
01.55 X/Ф «ЖАНА ДЮБАРРИ» 16+
03.40, 04.25, 05.05 ЖЕНСКИЙ СТЕНДАЛ 16+
06.40 М/Ф «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ» 0+
07.50 МОЯ БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ 6+
08.50 Д/Ф «СВИДЕТЕЛИ ХРИСТА» 6+
09.50, 10.30, 22.40 Д/Ф «РУССКИЕ У ГРОБА ГОСПОДИНА» 6+
11.25 Д/Ф «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГРАГХА» 6+
12.30 Д/Ф «СВЯТАЯ САВВА» 0+
13.35, 14.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
14.30, 06.05 НОВОГОДНИЙ СМЕХОМАРФОН 16+
15.20, 23.00, 01.10 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
16.10 X/Ф «КАК ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА 30 ДНЕЙ» 12+
18.05 Т/С «ПОЧТИ СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
22.15 Д/Ф «90-Е» 16+
23.45 ПРОЩАНИЕ 16+
00.30 Д/Ф «ЗВЕЗДНАЯ ЭМИГРАЦИЯ» 16+
06.40 М/Ф «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ» 0+
07.50 МОЯ БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ 6+
08.50 Д/Ф «СВИДЕТЕЛИ ХРИСТА» 6+
09.50, 10.30, 22.40 Д/Ф «РУССКИЕ У ГРОБА ГОСПОДИНА» 6+
11.25 Д/Ф «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГРАГХА» 6+
12.30 Д/Ф «СВЯТАЯ САВВА» 0+
13.35, 14.00 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
14.30, 06.05 НОВОГОДНИЙ СМЕХОМАРФОН 16+
15.20 Д/Ф «Я СЛЫШУ ЖАХОДО» 12+
17.05 Д/Ф «ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГРАГХА» 12+
18.55 Д/Ф «СВЯТЫЕ ДЕТИ» 6+
20.10 СВЯТЫЕ ДЕТИ. СМОТРИ И ОБСУДЖДЯЙ 0+
21.20 X/Ф «МОЙ ДОБРЫЙ ПАПА» 12+
23.20 X/Ф «УТИХАЯ ПРИСТАНЬ» 12+
00.40 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+

СПАС



05.45 X/Ф «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» 12+
06.55 X/Ф «БЕЗОПАСНАЯ СЕМЬЯ» 6+
08.45 X/Ф «УГНАННАЯ НЕВЕСТА» 16+
10.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.40, 13.15 ЛЕГЕНДЫ АРМИИ С АЛЕКСАНДРОМ МАРШАЛОМ 12+
19.15 X/Ф «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ» 12+
21.15 ГАЛЕРЕЯ ЗВЕЗД 12+
22.55 X/Ф «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ» 12+
01.10 X/Ф «ЗОЛОТАЯ РЕНКА» 12+
02.45 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+

5 канал



06.20, 23.25 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+
09.40, 10.35 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+
00.20 X/Ф «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» 16+
02.45 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+

ТВ Центр



06.30 X/Ф «ВМЕСТЕ С ВЕРОЙ» 16+
08.20 X/Ф «ЗАБУДЬ МЕНЯ, МАМА!» 12+
10.20, 05.00 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
11.10 АНЕДДОТ-КЛУБ «НЕХУМЫЕ ЛОДИ» 16+
11.40 Д/Ф «ВАСИЛИЙ ЛАНОВЫЙ. ТРУДНО БЫТЬ ГЕРОЕМ» 16+
12.35 X/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ» 12+
14.30, 22.00 СОБЫТИЯ 16+
13.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
14.00 СПЕКТАКЛЬ 16+
16.30, 19.00 Концерт 12+
17.00 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
18.00 НОВОСТИ 16+
18.20 «ПАРА ЛЕБЕДЕЙ». ФАТИХ КАРИМ 16+
19.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНГУТ 6+
21.45 Концерт из песен КОПЕЙКИ АИДАРА ТИМЕРСАЕВА 16+
22.00 СПЕКТАКЛЬ 16+
23.00 СОБЫТИЯ 16+
23.45 Т/С «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЬ» 16+

СПАС



05.00, 04.00 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
06.30, 04.10 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОДЗАВЕРШЕНИЯ 16+
09.00 ГОРЯЧИЙ ХИТ 16+
10.00, 05.30 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
10.30 ЯЗЫК 16+
11.00 КИММЕТ ЭВИД 16+
12.05 СПЛЕМЕЙТ ВСЕМДЕСЯВИЧЕ 16+
13.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
14.00 Д/Ф СЕРДИЦА СЕРДЦУ 16+
17.00 ГАЛМУЧА УЧАДЫ 16+
17.30 ПЕРВЫЙ ТЕАТР. РЕМАКЕ. НОВОГОДНЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НА НОВОМ ВЕКЕ 16+
19.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНГУТ 6+
21.40 С НОВЫМ ГОДОМ! 12+
01.40 Т/С «ЛЮБОВЬ МОЯ НАСТОЯЩАЯ» 16+
03.40 Концерт 12+
04.40 ВЕСЕЛЫЕ ИСТОРИИ 16+
05.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНИ 12+

ТНВ



06.00 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
06.30, 04.10 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАГ 16+
07.00, 15.00 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПОДЗАВЕРШЕНИЯ 16+
09.00 ГОРЯЧИЙ ХИТ 16+
10.00, 05.30 КУЛИНАРНАЯ ПРОГРАММА 6+
10.30 ЯЗЫК 16+
11.00 КИММЕТ ЭВИД 16+
12.05 СПЛЕМЕЙТ ВСЕМДЕСЯВИЧЕ 16+
13.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРИТЬ 16+
14.00 Д/Ф СЕРДИЦА СЕРДЦУ 16+
17.00 ГАЛМУЧА УЧАДЫ 16+
17.30 ПЕРВЫЙ ТЕАТР. РЕМАКЕ. НОВОГОДНЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НА НОВОМ ВЕКЕ 16+
19.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ САБАНГУТ 6+
21.40 С НОВЫМ ГОДОМ! 12+
01.40 Т/С «ЛЮБОВЬ МОЯ НАСТОЯЩАЯ» 16+
03.40 Концерт 12+
04.40 ВЕСЕЛЫЕ ИСТОРИИ 16+
05.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНИ 12+

ТВ Центр



05.15, 13.15 Концерт группы ТОП 16+
08.00, 16.00 ОДИН ДЕНЬ 12+
08.50, 16.50, 21.30, 21.45, 02.30, 02.45 Д/Ф «СОВЕТСКИЙ ДИЗАЙН» 12+
09.05, 12.25, 17.05, 18.00, 03.00 ВСЕГОВОРЯТ ЭБОМ 16+
10.00 ВЫБОР СТАМЫЙ 16+
10.55 Д/Ф «ГЕОРГ ОТС. ПУБЛИКА ХАДЖЕТ...» 12+
11.55 ОЛЫЧИНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
18.50, 03.50 НАВИГАТОР. ЛУЧШЕЕ 12+
19.00, 00.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
21.20 X/Ф «МОЙ ДОБРЫЙ ПАПА» 12+
23.20 X/Ф «УТИХАЯ ПРИСТАНЬ» 12+
00.40 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+

5 канал



06.20, 23.25 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4» 16+
09.40, 10.35 Т/С «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-6» 16+
00.20 X/Ф «ДЖОКЕР. ВОЗМЕЗДИЕ» 16+
02.45 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+

12

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 11 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ



МАТЧ ТВ



06.00, 10.00, 12.00 НОВОСТИ
 06.10, 00.30 ПОДКАСТ ЛАБ 16+
 06.45 Х/Ф «СКАЗКА О ЦАРЕ САЛТАНЕ» 0+
 08.20 СОЮЗМУЛЬТФИЛЬМ 0+
 09.30 МЕТАЛЛИОН 12+
 10.15 Д/Ф «БАНДА ВОДКИ, ГАРМОНИЯ, ГОЛЛИВУД» 16+
 11.05 ПОВАРА НА КОЛЕСАХ 12+
 12.15 Х/Ф «ОПЕРАЦИЯ С НОВЫМ ГОДОМ!» 16+
 14.15 СПЕЦПРОЕКТ. 30 ЛЕТ ВМЕСТЕ 12+
 16.05 ТРИ АККОРДА 16+
 18.00 ВЕЧЕРНЯЯ НОВОСТИ
 18.20 УГАДАЙ МЕЛОДИЮ 12+
 19.00 Т/С «КАЗАНОВА» 16+
 20.00 Т/С «РАНЕВСКАЯ» 16+
 21.00 ВРЕМЯ
 21.35 Т/С «КАЗАНОВА, В БЕГАХ» 16+
 22.35 Т/С «ДОКТОР ПРЕБРАБОЖЕНСКИЙ» 16+
 23.35 Т/С «ПЕРВЫЙ НОМЕР» 18+

РОССИЯ 1

08.00 ВЕСТИ. МЕСТО ВРЕМЯ.

ВОСКРЕСЕНЬЕ

08.35 КОГДА ВСЕ ДОМА 12+

09.25 УТРЕНИЯ ПОЧТА 12+

10.10 СТО К ОДНОМУ 12+

11.00, 17.00 ВЕСТИ

11.30 МЕСТО ВРЕМЯ. ВЕСТИ-УРАЛ

11.50 ГЛАВА МЕДАЛЬЮ МЕЖДУНАРОДНОГО

ТУРНИРА ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ

ГИМНАСТИКЕ «КУБОК «НЕБЕСНАЯ

ГРАДИЯ» 16+

13.30 Х/Ф «УКРОШЕНИЕ СВЕКРОВИ. НОВЫЕ

СЕРИИ» 16+

17.50 ПЕСНИ О ВСЕЙ ДУШИ

12+

20.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ

22.30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН

16+

23.00 ВОСКРЕСНЫЙ ВЕЧЕР 12+

01.35 Х/Ф «СИЛЬНАЯ СЛАБАЯ ЖЕНЩИНА» 16+

НТВ



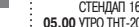
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 СЕГОДНЯ
 08.20 У НАС ВЫГРЫВАЮТ:
 12+
 10.20 Т/С «ПЕС» 16+
 16.20 Т/С «МУХТАР. ОН ВЕРНУЛСЯ» 16+
 19.30 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ» 16+
 22.40 НОВОГОДНЕЕ НОВОСЕЛЬЕ НТВ
 12+

МАТЧ ТВ



08.00 МАТЧ! ПАРАД. ЛУЧШИЕ НОУКРЫ UFC 2025 Г 16+
 09.00, 11.30 НОВОСТИ
 09.05, 13.35, 16.00, 18.55, 22.30, 02.30 ВСЕ НА МАТЧ! 12+
 11.35 БИАЛТОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕН. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 12.55 БИАЛТОН 16+
 14.15 БИАЛТОН. АЛЬФА-БАНК ЧЕМПИОНАТ РОССИИ. МАСС-СТАРТ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 15.55 ВОЛЕЙБОЛ. ЧЕМИПАТ РО. СУПЕРЛИГА. МУЖ. ФАКЕЛ ЯМАЯ (Н. ЧРЕНГАЙ) - ДИНАМО (МСК). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 19.30 ХОККЕЙ. ФОНБЕТ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. ЦСКА - «СПАРТАК» (МСК). ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 23.45 ФУTBOL. СУПЕРКУБОК ИСПАНИИ. ФИНАЛ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
 03.30 ФОРМУЛА-1. ГАСИН ОГНИ 12+
 04.00 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНА ЛИГА ВТБ. ПАРИ НН - УРАПЛАШ (ЕББ) 6+
 06.00 НОВОСТИ 0+

КУЛЬТУРА



06.30 М/Ф «КОЛЕОПОЛЬД» 16+
 07.40 Х/Ф «ЗА СПИЧКАМИ» 12+
 09.20 НЕИЗВЕСТНЫЕ МАРШРУТЫ РОССИИ 16+
 10.05 Х/Ф «ДО СТУЛЬЕВ» 0+
 11.25 Д/Ф «СИЮЩИЙ КЛЮП» 16+
 11.55 МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЮНОШЕСКИЙ ТЕЛЕКОНКУРС МУЗЫКАТОВ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ОЛИМП» 16+
 12.30 КРИСТАЛЛЬНЫЕ ИСТОРИИ 16+
 13.50, 01.50 Д/Ф «ГИГАНТЫ В ДИКИЙ ПРИРОДА» 16+
 13.45 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ 16+
 14.15 Д/Ф «РАЗДАЧА» 16+
 17.05 Х/Ф «ЛЕГКАЯ ЖИЗНЬ» 0+
 18.40 Д/Ф «ЯВЛЕНИЕ». ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ» 16+
 19.30 НОВОСТИ ЛИЦА 16+
 19.45 Д/Ф «ЮНКСАМЕРА. ВЕРТИКАЛЬНЫЙ МУЗЕЙ» 16+
 20.25 КИНОВЕСЬЯ СПЕКТАКЛЯ «ЖИЛ, БЫЛ, ДОМ» 16+
 22.20 Д/Ф «ЖИЛ, БЫЛ, ДОМ. А ПОТОМ...» 16+
 23.05 Х/Ф «СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ В ИНТЕРЬЕРЕ» 16+
 01.05 ИСКАТЬ 16+

Домашний



06.30, 06.00 6 КАДРОВ 16+
 07.00 Х/Ф «МОЛОДАЯ ЖЕНА» 16+
 08.55 Х/Ф «НЕ МОГУ СКАЗАТЬ ПРОЩАЙ» 16+
 10.45 Х/Ф «ПОВОРОТ К СЧАСТЬЮ» 16+
 15.00 Х/Ф «ВАРИНО СЧАСТЬЕ» 16+
 23.20 Х/Ф «23 АВГУСТА» 16+
 02.50 Д/Ф «ЧУДЕСА» 16+

ТНТ



07.00, 07.55, 08.50, 09.50 ОДНАХДЫ В РОССИИ 16+
 10.55, 13.25, 16.00 ЭКСТРАСЕНСЫ. БИТВА СИЛЬНЫХ 16+
 18.30 ВЫХІДИ В СТАМБУЛЕ 16+
 22.40 ШОУ ВОЛИ 16+
 23.55 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЫ» 16+
 01.50, 02.35, 03.25, 04.10 ЖЕНСКИЙ СТЕПАН 16+
 05.00, 16.00, 16.40 Т/С «САШАТАНЯ» 16+

ЗВЕЗДА



06.15 Х/Ф «ЗОЛОТОЙ ГУСЬ» 6+
 07.20, 09.15 Х/Ф «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ» 12+
 09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
 09.40, 13.15 ВОЕННАЯ ПРИЕМКА 12+
 19.15 Х/Ф «ГЕНЬИ» 16+
 22.25 Х/Ф «12 СТУЛЬЕВ» 12+
 01.25 Х/Ф «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» 16+
 02.30 Д/Ф «ФРОНТОВЫЕ ИСТОРИИ ЛЮБИМЫХ АКТЕРОВ» 16+
 03.05 Д/Ф «МОСКВА ФРОНТУ» 16+
 03.30 Т/С «КАТЯ И БЛЭК» 16+
 04.35 М/Ф «РУСАЧОЧКА» 6+

ТВ Центр



06.35 Х/Ф «КА ВЕРНУТЬ МУЖА ЗА 30 ДНЕЙ» 12+
 08.15 Х/Ф «СТРАШНАЯ КРАСАВИЦА» 12+
 10.15 НАША СМЕШНАЯ ЖИЗНЬ 16+
 11.00 АНДЕХОД-КЛУБ «НЕХУМРЫЕ ЛЮДИ» 16+
 11.35 Д/Ф «ВАСИЛИЙ ЛИВАНОВ. ЭЛЕМЕНТАРНО» 16+
 12.20 Х/Ф «НЕ ВАЛЫ ДУРАКА...» 12+
 14.30, 00.35 СОБЫТИЯ 16+
 14.45 Д/Ф «ЗАКЛЮЧЕННЫЕ ВОЙНЫ» 16+
 15.30 АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ 16+
 16.20 Х/Ф «ВИШЕНКА НА ТОРТЕ» 16+
 18.10 «ДЕД МОРОЗ И ГОД КОНЕЦ». ЮМОР 12+
 22.05, 00.50 ХОРОШИЕ ПЕСНИ 12+

СПАС



05.10 Х/Ф «ЗАПАСНЫЙ ИГРОК» 0+
 06.40 М/Ф «ПРАЗДНИК НОВОГОДНИЙ ЕЛКИ» 0+
 07.50 МОЯ БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ 6+
 08.50 Д/Ф «СВИДЕТЕЛИ ХРИСТА. МУЧЕНИКИ ПЕРВЫХ БЕКОВ» 6+
 10.00 ПРОСТИ ЧЛДЕСА 12+
 12.25 БОЖЕСТВЕННАЯ ЛИТУРГИЯ. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ 0+
 14.25, 00.50 Д/Ф «СВЯТЫЕ ДЕТИ» 6+
 15.40 Х/Ф «УТИКИ ПРИСТАНЬ» 12+
 17.05 Х/Ф «ДОБРОЕ УТРО» 0+
 18.55 Д/Ф «СВЯТИТЕЛЬ МАКАРИЙ МОСКОВСКИЙ. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+
 19.30 Х/Ф «ОСТРОВ» 16+
 21.45 ПАЛОМНИЦА. СЛОВО О ЛЮБИМОМ БАТИШКЕ 12+
 23.05 Х/Ф «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ» 0+
 00.40 ДЕД ПАТРИАРХА 0+
 01.50 ФЕСТИВАЛЬ МУЗЫКАЛЬНЫХ ТРАДИЦИЙ РОССИИ. ХРАНИМЫЕ ВЕКАМИ 0+
 10.00, 08.00, 22.00, 23.00, 23.30, 04.00, 04.30 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+

5 канал



05.00, 08.00, 11.00, 22.00, 03.00 НОВОСТИ ТАУ 9 1/2. ИТОГИ НЕДЕЛИ 16+
 06.00, 06.30, 15.30, 16.00, 23.00, 23.30, 04.00, 04.30 ВМЕСТЕ ПО РОССИИ 12+
 07.00, 19.00 Д/Ф «СЛУШАЙ, ЛЕНИНГРАД. ЧТО ТЕБЕ СПОЮ...» 12+
 09.00, 17.00, 09.30, 13.00, 13.30 Д/Ф «РУСЬ ИЗНАЧАЛЬНАЯ» 12+
 10.00 Д/Ф «СТАС НАИМ. МЕДУД РАКОМ И СЫЛЬБОЙ» 12+
 12.00, 00.00, 18.00 ВСЕ ГОВОРЯТ ОБ ЭТОМ 16+
 12.50, 18.50, 00.50 НАВИГАТОР. ЛУЧШЕЕ 12+
 14.00, 01.00 М/Ф «АМЕРИКАНСКИЙ ДЕДУШКА» 16+
 16.30 Д/Ф «ОТКРЫТИЯ И ДОСТИЖЕНИЯ УЧЕНЫХ УРАЛА» 12+
 17.30 О ЛИЧНОМ И НАЛИЧНОМ 12+
 20.00 Х/Ф «ГОД ТЕЛЕНКА» 12+
 21.30, 21.45, 02.30, 02.45 Д/Ф «СОВЕТСКИЙ ДИЗАЙН» 12+

СПАС



06.00 НАСТРОИНИЕ 0+
 08.10, 05.30 СМЕХ. ДРОЖЬ И ВИДЕО 16+
 08.45 Х/Ф «ВОЛВАСЫ РОЩА» 12+
 10.35, 04.20 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ. ВЕЧНО ВТОРЬЕ» 16+
 11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ 16+
 11.50, 02.50 Х/Ф «СЕЛЬСКИЙ ДЕТЕКТИВ. ЧЕРНАЯ БАБОЧКА» 12+
 12.20, 23.00 ТЕЛЕЧОПЕК О ГУЛЬША ЗАИНАЧАЙНАЯ» 16+
 15.00, 18.00, 21.00, 00.00 НОВОСТИ 16+
 15.20 ЛИТЕРАТУРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
 16.00, 02.45 СМЕЙ ДЕНЬ! 16+
 16.30, 00.15 КТО МЫ ТАТАРЫ? 12+
 17.30, 00.45 ЗЕРКАЛО ГЛОХИ 16+
 18.20 ДО СЕРЦА К СЕРДЦУ 16+
 20.30 ТОЧКА ОПОРЫ 16+
 21.25 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ 12+
 21.25 ПРОЩАННИЕ 16+
 02.10 Д/Ф «БЕГСТВО ОТ СЛАВЫ» 16+

5 канал



06.00, 08.30 УТРО НА СПАСЕ 0+
 11.00 Д/Ф «СВЯТИТЕЛЬ МАКАРИЙ МОСКОВСКИЙ. ЦИКЛ ДЕНЬ АНГЕЛА» 0+
 11.35, 23.50 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
 11.45, 12.15, 12.45, 13.10 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
 13.40 Х/Ф «ДОБРОЕ УТРО» 0+
 15.30 Х/Ф «ЖИВИТЕ В РАДОСТИ» 0+
 17.05 Х/Ф «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА» 0+
 18.25, 19.30 БЕСТОП 18+
 20.10, 04.10 ПРИЯЛ ЛИНИЯ, ОТВЕТ СВЯЩЕННИКА 12+
 21.10 Д/Ф «РУССКИЕ УТРО ГОСПОДНИ» 0+
 22.20, 03.40 ПОЛЫ БЫТЫ 16+
 22.50 ПРИЯЛ ЛИНИЯ ЖИЗНИ 16+
 00.00 ВЕЧЕР НА СПАСЕ 0+

5 канал



06.00, 06.40, 07.20, 08.05, 09.30, 09.45, 10.35, 11.25, 12.15, 13.30, 00.30 Д/С «БЕЛИКОПЕЛНАЯ ЛЯТЕРКА-4» 16+
 08.40 ЗНАНИЕ - СИЛА 12+
 09.00, 13.00, 17.00 ИЗВЕСТИЯ 16+
 14.20, 15.10, 16.00, 16.45, 17.30, 18.05, 19.00, 19.45, 20.40, 21.25, 22.20, 23.05 Т/С «СЛЕД» 16+
 00.00 ИЗВЕСТИЯ. ИТОГИ ВЫПУСК 16+

№1-2 (1283-1284) 1-7 ЯНВАРЯ 2026 г.

Ленпенор областная газета

СТС



06.00 М/Ф «ТРИ КОТА» 0+
 06.30 М/Ф «ДЕТЕКТИВ ФИННИК» 0+
 07.30 М/Ф «МЛС... ПРИПЫЛЫ» 6+
 09.20 М/Ф «МАЛЫЧИК. ДЕЛЬФИН» 6+
 11.05 М/Ф «МАЛЫЧИК. ДЕЛЬФИН-2» 6+
 13.05 М/Ф «МАРАКУДА» 6+
 14.55 М/Ф «СИНЕХИЙ ЧЕЛОВЕК» 12+
 16.55 М/Ф «ПАПИ МАМЕ ЗАВЕРНЯ» 12+
 19.00 М/Ф «НОВЫЙ ГОД В БЕРЕЗОВКЕ» 12+
 21.00 Х/Ф «ЕЛКИ-11» 12+
 22.55 Х/Ф «ПОДБЕЗДА» 16+
 01.05 Х/Ф «КРАСАВИЦА И ЧИДОВИЩЕ» 16+

ТВ3



06.00, 05.30 МУЛЬТИФИЛМЫ 0+
 07.15, 08.15, 09.15, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00 Т/С «ЧЕРНОБЫЛЬ. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ» 16+
 15.00, 16.00, 16.45, 17.45, 18.45, 19.45, 20.45, 21.30 СЕРИАЛ ЧЕРНОБЫЛЬ 2, ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ 16+
 22.30 Х/Ф «ЧЕРНОБЫЛЬ. ЗОНА ОТЧУЖДЕНИЯ. ФИНАЛ» 16+
 04.45 Т/С «СТАРЦЕ» 16+

РЕН ТВ



06.00 С БОДРЫМ УТРО! 16+
 08.30, 12.30, 16.30, 23.00 НОВОСТИ 16+
 08.55 САМАЯ НАРОДНАЯ ПРОГРАММА 16+
 09.30 ЗНАЕШЬ ЛИ ВЫ, ЧТО?

10.30 НАУКА И ТЕХНИКА 16+
 11.30 КУПИ-ПРОДАЙ 16+
 12.55 НЕИЗВЕСТНАЯ ИСТОРИЯ 16+
 13.55 Д/Ф «ЛЕНДЕНЫ И МИФЫ» 16+
 14.55 БЕЗУМНЫЕ ФАКТЫ 16+
 16.00 ИНФОРМАЦИОННАЯ ПРОГРАММА 112 16+
 17.00 Х/Ф «ГОНКА С ВРЕМЕНЕМ» 16+
 18.30 Х/Ф «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИП» 16+
 20.45 Х/Ф «МАСТЕР» 16+
 23.40 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ 16+

ПОНЕДЕЛЬНИК, 12 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ

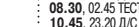


МАТЧ ТВ



06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕНТНЫХ 16+
 07.30, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
 08.30, 02.45 ТЕСТЫ НА ОТЧОВИСТВО 16+
 10.45, 23.40 Д/С «ПОНЯТЬ, ПРОСТИТЬ» 16+
 11.55, 13.20 Д/С «ПОРНА» 16+
 13.00, 01.25 Д/С «ЗНАЧАРКА» 16+
 13.35, 01.50 Д/С «ВЕРНУЮ ПОБЫМОТО» 16+
 14.10, 20.20 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ ДУШ» 16+
 14.45 Х/Ф «НЕРДОДНАЯ ДОЧЬ» 14+
 19.00 Х/Ф «ТРЕБУЮСЬ МАМА В СЕМЬЮ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ» 16+
 21.00 Х/Ф «СИНАЧКА» 16+
 22.35 Х/Ф «САМЫХ...» 16+
 23.35 Х/Ф «ЗНАК КАЧЕСТВА» 16+
 00.45 Д/Ф «90-Е ХИТЫ КАБАЦКИЕ» 16+
 01.25 ПРОЩАННИЕ 16+
 02.10 Д/Ф «БЕГСТВО ОТ СЛАВЫ» 16+

КУЛЬТУРА



ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.30, 13.40, 14.20, 16.45, 17.15,
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ
16+
12.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА
16+
15.00 ДАВИ ПОЖЕМСЯ!
16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ
16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ»
12+
00.00, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1



05.00 УТРО РОССИИ 12+
09.00, 11.00, 14.00, 16.30, 20.00, 03.00
ВЕСТИ
09.30, 11.30, 21.10 МЕСТО ВРЕМЯ.
ВЕСТИ-УРАЛ
09.55 О САМОМ ГЛАВНОМ
12+
12.00, 18.00 60 МИНУТ 12+
14.30, 02.30, 03.30 Т/С «РАЙСКИЙ»
16+
17.00 МАЛОХАВ 16+
21.30 Т/С «ЛИМПИТИЦЫ» 12+
00.40 Т/С «НЕВЕСТА КОМДИВА»
12+

НТВ



04.10, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС» 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 СА ГРАНЬЮ
16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»
16+
22.15 Т/С «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА»
16+
00.40 Т/С «ПАУТИНА»
16+

МАТЧ ТВ 2



08.00, 17.00 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+
08.30 БИАТЛОН 12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.30, 05.55
НОВОСТИ
09.05, 13.35, 17.35, 21.00, 23.25, 03.00
ВСЕ НА МАТЧ! ПРЯМОЙ ЭФИР
11.05, 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
11.25 КОМАНДА МЕЧТЫ 12+
12.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ
СПЕРКУБОК ИСТИНИ. ОБЗОР 6+
15.00 ЕСТЬ ТЕМА! ПРЯМОЙ ЭФИР
16+
16.25 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА 12+
18.15 ХОККЕЙ. ФЕНОМЕН ЧЕМПИОНАТ
ХКЛ АВАНГАРД (ОМСК) -
СЛАВАТЮЛЯ (УФА). ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
21.25 БАСКЕТБОЛ. ЕДИНАЯ ЛИГА
ВТБ. ЦСКА - САМАРА. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
20.50 ФУТБОЛ. КУБОК ИТАЛИИ. 1/8. РОМА
- ТОРино. ПРЯМАЯ ТРАНСЛЯЦИЯ
12+

КУЛЬТУРА



06.30 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 12+
07.20, 13.00 Д/Ф «ВУЛКАН ТЕНДЕР» МИР,
РОДЖЕННЫЙ ИЗ ОГНЯ» 12+
08.15 Д/Ф «ТАБОВ». ДВОРЦЕ АСЕЕВЫХ»
12+
08.45 Х/Ф «ПОСЛЕДНИЙ ВИЗИТ» 12+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30, 23.45
НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 12+
10.15 НАБЛЮДАТЕЛЬ 12+
11.15, 00.50 Х/Ф «ПОХИЩЕНИЕ» 12+
12.45 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КНИГИ 12+
13.55 Д/Ф «НОВЫЕ ЛЮДИ ПЕРЕСЛАВЛЯ И
ОКРЕСТНОСТИ» 12+
14.40 «КАК ВАЖНО БЫТЬ СЕРЬЕЗНЫМ».
ТЕЛЕПЕСЕКАТОР 12+
16.10 Д/С «ЗАБЫТОЕ РЕМЕСЛО»
12+
16.30 ЭРМИТАЖ 12+
17.15 Д/Ф «РУССКОЕ КИНО» 12+
18.10, 12.30, 20.00 Х/Ф «МАСТЕРА ВОКАЛЬНОГО ИСКУССТВА»
12+
19.00 УРОКИ РУССКОГО 12+
19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ 12+
20.05 СПОКОЙНОЙ НОЧИ, МАЛЫШИ!
0+
20.25 Х/Ф «СТАРЫЙ НОВЫЙ ГОД»
12+
22.40, 00.00 РОМАНТИКА РОМАНСА
12+

Домашний



06.30, 05.35 ПО ДЕЛАМ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ 16+
07.30, 04.45 ДАВАЙ РАЗВЕДЕМСЯ! 16+
08.30, 02.45 ТЕСТ НА ОТЦОВСТВО 16+
10.45, 23.30 Д/С «ПОНЯТЬ. ПРОСТИТЬ»
16+
11.55, 00.35 Д/С «ПОРЧА» 16+
13.00, 01.25 Д/С «ЗНААРКА» 16+
13.35, 01.55 Д/С «ВЕРНУ ЛЮБИМОГО»
16+
14.10, 02.20 Д/С «ГОЛОСА УШЕДШИХ
ДУШ» 16+
14.45 Х/Ф «НЕРОДНАЯ ДОЧЬ»
16+
19.00 Х/Ф «Я ТЕБЕ НЕРОВНА» 16+
04.25 6 КАДРОВ 16+

ТНТ



07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00,
12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30,
15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 05.50,
06.20, 06.40 Т/С «САШАТАН» 16+
17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30,
20.00, 20.30, 21.00, 21.30 Т/С
«ПРАЗДНИКИ» 16+
18.00 Х/Ф «УША, А ВЫ ОСТАЛИСЬ...»
16+
19.00 Х/Ф «НА КРЫЛЬЯХ Счастья» 16+
04.25 6 КАДРОВ 16+

ЗВЕЗДА



05.30, 15.05, 17.10, 04.05 Т/С «БЕРЕГА» 16+
07.00 СЕГОДНЯ УТРО 12+
09.00, 13.00, 19.00 НОВОСТИ ДНЯ 16+
09.15, 21.00 ОТКРЫТЫЙ ЭФИР 16+
11.00, 18.00 СПЕЦИАЛЬНЫЙ РЕПОРТАЖ
16+
11.15, 19.15 ПО ГОРЯЧИМ СЛЕДАМ 16+
11.35 Д/С «ОСВОБОЖДЕНИЕ ЕВРОПЫ».
О ЧЕМ НЕ ПОМНИТ МИР
12.10, 12.30, 20.10 Х/Ф «ГУСАРСКАЯ
БАЛАДА» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
20.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
22.45 МЕХД ТЕМ 12+
23.15 Д/Ф «ИНЖЕНЕРНЫЕ ВОЙСКА:
НАСЛЕДНИКИ СЕКРЕТОВ ПОБЕДЫ»
16+
00.05 ПРАЗДНИК НАЦКОНЦЕРТ
«ЛЮБИМЫЕ ПЕСНИ НА «ЗВЕЗДЕ» 16+

ТВ Центр



06.00 НАСТРОЕНИЕ
08.10 ДОКТОР И... 16+
08.40 Х/Ф «БЕРЕЗОВАЯ РОША» 12+
10.35 Д/Ф «АКТЕРСКИЕ ДРАМЫ.
ПОСЛЕДНИЕ БРАКИ» 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00, 00.00 СОБЫТИЯ
12+
13.45 МОЙ ГЕРОЙ 12+
14.50 ГОРОД НОВОСТИ 16+
15.00 Х/Ф «ИДЕЯ ТЕБЯ ИСКАТЬ.
ЗАКРЫТЫЕ ДВЕРЯМИ» 12+
16.55 Д/Ф «БИТВА СО СКРОВЬЮ» 16+
18.10 Х/Ф «СИНИЧКА-2» 16+
22.35 10 САМЫХ... 16+
23.05 Д/Ф «ДОЛГАЯ ДОРОГА К ЗАГСУ» 16+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

СПАС



06.00, 12.10, 23.05 ДЕНЬ ПАТРИАРХА 0+
05.10 МУЛЬТИФИЛЬМЫ 0+
06.00, 08.30 УТРО НА СЛАСЕ 0+
11.00 Д/Ф «РУССКИЕ УГРОЗЫ ГОСПОДА»
0+
12.20 МОНАСТЫРСКАЯ КУХНЯ 0+
15.55 Х/Ф «МОЙ ДОБРЫЙ ПАПА» 12+
14.20 Д/Ф «СТАРЕЦ ПАСИИ» 16+
17.05 Х/Ф «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА» 0+
19.00 БЕСОГОН 18+
20.45 ПРИЯМАЯ ЛИНИЯ, ОТВЕТ
СВЯЩЕННИКА 12+
21.45 Д/Ф «АГАРНА» 16+
22.35, 03.40 ПОЛЕ БИТВЫ 16+
00.10 Д/Ф «ВИЗАНТИЯ. ЖИЗНЬ ПОСЛЕ
СМЕРТИ» 0+
00.30 ПЕТРОВКА, 38 16+

5 канал



06.00, 06.40, 07.20, 08.05, 09.30, 09.45,
10.35, 11.20, 12.10, 13.30, 00.30 Т/С
«ВЕЛИКОЛЕННАЯ ПЯТЕРКА-4» 16+
12.25, 13.20, 20.10 Х/Ф «ГУСАРСКАЯ
БАЛАДА» 16+
17.00 ВОЕННЫЕ НОВОСТИ 16+
20.10 УЛИКА ИЗ ПРОШЛОГО 16+
22.45 МЕХД ТЕМ 12+
23.15 Д/Ф «ИНЖЕНЕРНЫЕ ВОЙСКА:
НАСЛЕДНИКИ СЕКРЕТОВ ПОБЕДЫ»
16+
00.05 ИЗДАНИЯ В РОССИИ 16+
00.40 Д/С «ХРОНОТОП» 12+

ТНВ



06.00, 13.05, 01.10 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00, 19.10, 21.25 КОНЦЕРТ 12+
08.30, 18.20, 21.25, 05.10 ОТ СЕРДЦА К
СЕРДЦУ 16+
09.30 СООТЕСТВЕННИКИ 16+
10.00 НАРОД МОЙ... 16+
10.30, 19.30, 19.35, 04.55 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 21.00, 00.00
НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ВРЕМЯ ПОГОВОРЯТ 16+
15.20 ЛИТЕРАРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00, 02.45 СЕМЬ ДНЯЙ 16+
16.30, 03.15 КТО ТАТАРЫ? 12+
20.00 СЕМЕЙНЫЙ ОЧАЙ 16+
20.30 ТОЧКА ОПОРИ 16+
23.10 КИМ ЖИВЕТ 16+
03.30 СУДЬБЫ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЕ 16+
04.20 ТЕПЛЬЕ ОБЪЯТИЯ МАТЕРИ 16+
00.00 Д/С «ХРОНОТОП» 12+

№1-2 (1283-1284) 1-7 ЯНВАРЯ 2026 г.

13

ТНВ



06.00, 13.05 ПАНОРАМА 16+
08.00, 17.00 КОНЦЕРТ 12+
08.30 СЛОВЕМЕТ ВМЕСТЕ! 12+
09.30 СООТЕСТВЕННИКИ 16+
10.00 В ДУШЕ МЕЛОДИИ ТАЛЬЯНКИ
12+
10.30, 17.30, 04.35 ТАТАРЫ 16+
11.00, 15.00, 18.00, 22.00, 00.00
НОВОСТИ 16+
11.30 МУЗЫКАЛЬНЫЙ МАЙДАН 16+
12.05 ПЕСЕННЫЕ ЧАСЫ 16+
15.20 ЛИТЕРАРНОЕ НАСЛЕДИЕ 6+
16.00 СЕМЬ ДНЯЙ 16+
16.30 КТО МАТАРЫ? 12+
18.20 НАРОД МОЙ... 16+
18.50 ТОЧКА ОПОРИ 16+
19.00 ХОККЕЙ ЧЕМПИОНАТ КХЛ. АК
БАРС (КАЗАНЬ) - НЕФТЕХИМИК
(НИЖНЕКАМСК) 0+
22.25 «ПЕРВЫЙ ТЕАТР». РЕМАКЕ.
НОВОГДНЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ
16+
00.15 С НОВЫМ ГОДОМ!
ПРЕДСТАВЛЕНИЕ 12+

СТС



06.00, 05.05 М/С «ОТЕЛЬ «У ОВЕНЕК» 0+
06.30 М/С «МАША И МЕДВЕДЬ» 0+
08.10 М/Ф «ЗВЕРОКРЕКБРЫ» 6+
10.15 М/Ф «САДКО» 6+
11.55 М/Ф «АНЗЕЛЬ И РЕГЕЛЬ.
МИССИЯ «СЛЯЩАЯ КРАСАВИЦА»
12+
13.55 М/Ф «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА.
БОЛЬШЕ, ЧЕМ СКАЗКА» 6+
15.50 М/Ф «ЯГА И КНИГА ЗАКЛЮЧИНИЙ»
6+
17.55, 19.00, 19.30 Т/С «ВЕНЕРЯЯ
ШКОЛА» 16+
20.00 Х/Ф «ШУТКИ В СТОРОНУ» 16+
21.35 Х/Ф «ШУТКИ В СТОРОНУ-2.
МИССИЯ В МАМАХ» 16+
23.55 Х/Ф «КАДРЫ» 12+
01.45 М/Ф «ИЩУ ДРУГА НА КОНЦ СВЕТА»
16+

ТВ3



06.00 С БОДРЫМ УТРОМ! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00
НОВОСТИ 16+
09.00 ВОЕННАЯ ТАИНА 16+
10.00 СОВЕС 16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА
16+
14.00 НЕВЕРЯТОВЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ
ИСТОРИИ 16+
15.00 ВОПРОСЫ ОВО БОВСЕМ
16+
17.00 ТАЙНЫ ЧЛПАН 16+
18.00, 00.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 Х/Ф «МОЖА Я - КИЛПЕР»
16+
21.55, 23.30 Х/Ф «ВЗРЫВНАЯ
БЛОНДИНКА» 16+

РЕН ТВ



06.00, 05.45 МУЛЬТИФИЛЬМ 0+
08.15 М/Ф «ЛЕДИ БАГ И СУПЕР-КОТ» 6+
08.45, 15.30 Т/С «СЛЕПАЯ» 16+
09.45 Т/С «ГАДАЛКА» 16+
18.00 Т/С «ГЛУХАР» 16+
23.15 Х/Ф «ИСКУССТВО ОБМАНА» 18+
01.15 Т/С «СТАРЕЦ» 16+

06.00 С БОДРЫМ УТРОМ!
16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00
НОВОСТИ 16+
09.00 ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ
16+
10.00 ЗАСЕКРЕЧЕННЫЕ СПИСКИ
16+
11.00 КАК УСТРОЕН МИР 16+
12.00, 16.00, 19.00 112 16+
13.00 ЗАГАДКИ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА
16+
14.00 НЕВЕРЯТОВЫЕ ИНТЕРЕСНЫЕ
ИСТОРИИ 16+
15.00 МОМЕНТ В ИСТОРИИ
16+
17.00 ТАЙНЫ ЧЛПАН
16+
18.00, 00.30 САМЫЕ ШОКИРУЮЩИЕ
ГИПОТЕЗЫ 16+
20.00 Х/Ф «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-
СТРИП» 16+
22.10, 23.30 Х/Ф «ГОРОД КИЛПЕРОВ»
6+

СРЕДА, 14 ЯНВАРЯ



ПЕРВЫЙ



05.00 ДОБРОЕ УТРО 0+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 03.00 НОВОСТИ
09.05 МОДНЫЙ ПРИГОВОР 0+
09.55 ЖИТЬ ЗДОРОВО! 16+
10.40, 11.25, 13.45, 14.15, 16.45, 17.15,
22.45 ВРЕМЯ ПОКАЖЕТ
16+
12.35, 18.45 БОЛЬШАЯ ИГРА
16+
15.00 ДАВИ ПОЖЕМСЯ!
16+
15.50 МУЖСКОЕ/ЖЕНСКОЕ
16+
19.50 ПУСТЬ ГОВОРЯТ 16+
21.00 ВРЕМЯ
21.45 Т/С «ЗА ПОЛЧАСА ДО ВЕСНЫ»
12+
00.00, 03.05 ПОДКАСТ ЛАБ 16+

РОССИЯ 1



04.10, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС»
6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ
16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»
16+
22.15 Т/С «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА»
16+
00.40 Т/С «НЕВЕСТА КОМДИВА»
16+

НТВ



04.25, 08.25, 10.35 Т/С «ПЕС»
6+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 00.20
СЕГОДНЯ
13.25 ЧРЕЗВЫЧАЙНОЕ ПРОИСШЕСТВИЕ
16+
14.00 МЕСТО ВСТРЕЧИ
16+
16.45 ЗА ГРАНЬЮ
16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/С «ПЕРВЫЙ ОТДЕЛ»
16+
22.15 Т/С «ГОРЯЧАЯ ТОЧКА»
16+
00.40 Т/С «НЕВЕСТА КОМДИВА»
16+

МАТЧ ТВ 2



08.00, 17.00 ЛИГА В ЛИЦАХ 12+
08.30 ГЕОГРАФИЯ СПОРТА. РЫБИНСК
12+
09.00, 11.00, 14.55, 17.30, 05.55
НОВОСТИ
09.05, 13.35, 17.35, 00.30 ВСЕ
НА МАТЧ! ПРЯМОЙ ЭФИР
11.05, 14.35 СПЕЦРЕПОРТАЖ 12+
11.25 КОМАНДА МЕЧТЫ 12+
12.30 ФУТБОЛ. ЧЕМПИОНАТ
ИСПАНИИ (МОСКВА) -
СТАРТАК (МОСКВА). ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
14.20, 20.10 ФУТБОЛ. КУБОК ИТАЛИИ.
1/8. РОМА - ТОРино. ПРЯМАЯ
ТРАНСЛЯЦИЯ 12+
14.4

КАК ОДЕВАТЬСЯ, ЧТОБЫ НЕ ЗАМЕРЗНУТЬ?

АКТИВНЫЙ ОТДЫХ

Как правильно одеваться, собираясь на зимнюю прогулку, чтобы не замерзнуть или не вспотеть, зависит от погоды. Однако существуют общие рекомендации.

Надевайте теплые носки. Они должны согревать и не давать коже ног потеть. Выбирайте изделия из шерсти или качественной синтетики. Их можно надеть поверх легких хлопковых носков.

Выбирайте правильную обувь. Она должна быть теплой, комфортной, защищать от промокания и устойчиво держать вас на любой поверхности. Лучший вариант подошвы – рифленый рисунок из полиуретана, поливинилхлорида или водонепроницаемой резины. Верхний слой обуви может быть из натуральной кожи, идеальный вариант внутренней отделки – натуральный мех, но искус-

ственный тоже подойдет.

Надевайте несколько слоев одежды. Первый слой должен сохранять тепло и держать тело сухим. Это может быть термобелье из полиэстера, шерсти. Хлопок не подходит, он впитывает влагу, а не отводит ее. В качестве среднего слоя можно использовать одежду из флиса или шерсти, особенно если на улице сильный мороз. Верхний слой зависит от вашей активности. Оптимальный вариант – куртки и пуховики.

Не забывайте про аксессуары: зимние перчатки, варежки, головные уборы. Шапка должна плотно прилегать к голове, она может быть из шерсти или акрила с флисом. Женщинам и детям подойдет кашкор, он похож на съемный капюшон и дополнительного закрывает шею.

Что делать, если сильно переохладился? Есть несколько признаков начинающегося переохлаждения:

дрожь; учащенное дыхание и сердцебиение; бледные кожные покровы, «гусиная кожа»; сонливость, апатичность. Если заметили у себя эти симптомы, нужно срочно уйти в теплое помещение.

Переохлаждение – это снижение внутренней температуры тела до 35 градусов и ниже. Главная задача – восстановить ее до нормального уровня. Необходимо надеть сухую одежду, носки и пить горячие напитки. По возможности следует лечь под теплое одеяло, не забывайте накрывать голову, ведь через нее происходит 30% теплоотдачи. Если же переохлаждение несильное, достаточно зайти в теплое помещение и согреться.

КАК НЕ ДОПУСТИТЬ ОБМОРОЖЕНИЯ? Если человек долго находится на морозе и игнорирует первые признаки переохлаждения, появляется обморожение – повреждение тканей организма под воздействием низких температур.

Обморожению также могут привести теплая влажная одежда и обувь, переутомление, голод, длительное неподвижное и неудобное положение, ослабление организма после болезни, хронические заболевания сердца и сосудов.

Если появились симптомы – бледная кожа, онемение, покалывание в конечностях, нужно срочно зайти в теплое помещение и на пораженную поверхность кожи наложить теплоизолирующую повязку. Например, марлю, затем толстый слой ваты и снова марлю. Сверху можно обмотать kleenкой, потом обернуть шерстяной тканью.

Обмороженную руку или ногу можно согреть в ванне, постепенно повышая температуру воды с 20 до 40 градусов. Чтобы снять боль, можно выпить анальгетик. Следите за местом обморожения в течение суток. Если состояние ухудшается, срочно обратитесь к врачу.

«Роспотребнадзор»

ЗИМНИЕ МИФЫ О ПРОСТУДЕ И ХОЛОДЕ

НА ЗАМЕТКУ

С приходом зимы вокруг здоровья возникает множество мифов, которые иногда звучат убедительно. Но так ли это на самом деле?

Зимой нельзя ходить без шапки, можно заболеть менингитом. Шапка не спасет от инфекций, причина которых – бактерии и вирусы. Зато головной убор защитит уши от обморожения!

На улицу с мокрой головой нельзя – заболеешь. Мокрая голова сама по себе не вызывает болезни. Если вы выйдете недолго с мокрой головой на улицу, а спустя пару дней заболеете, причина болезни – вирус, которым заразились ранее. Но если долго гулять с мокрой головой, есть риск переохлаждения, что может повысить восприимчивость к инфекциям.

Шарф защищает от ангины. Ангину вызывают бактерии или вирусы, шарф

от них не спасет. Тепло от шарфа может снизить дискомфорт при обострении тонзиллита или фарингита, но не предотвращает инфекцию.

Нужно закрывать рот и нос шарфом, чтобы не простудиться. Ненужно. Шарф не фильтрует микробы, под ним накапливается влага, ткань остывает, охлаждает лицо и вызывает дискомфорт.

Алкоголь помогает в борьбе с инфекцией и согревает. На самом деле алкоголь не убивает микробы, замедляет выздоравление и вызывает потерю жидкости. Кроме того, ощущение тепла после его употребления происходит за счет расширения сосудов, что лишь ускоряет охлаждение на морозе.

Чеснок защищает от вирусов. Чеснок – часть здорового питания. Он не заменит вакцинацию, мытьё рук, гигиену и другие меры профилактики.

Долго гулять зимой – риск заболеть. Прогулки безопасны, если вы

одеты правильно, одежда сухая, есть движение. Риск повышается только при переохлаждении и встрече с вирусом.

Мороженое зимой опасно – будет ангина. Причина болезней – микробы, нахождение в скученных помещениях, контакт с больным, плохая гигиена рук.

Мороженое можно есть в любое время года. Зимой лучше есть его дома и небольшими порциями.

Ингаляции с картошкой помогут при ОРВИ. Сейчас для ингаляций доступны современные безопасные домашние ингаляторы – небулайзеры, которые распыляют лекарственные препараты. Пар от картошки не убьет микробы, но может вызвать серьезные ожоги лица и дыхательных путей.

Если заболел, обязательно переболеет вся семья. Да, ОРВИ имеют особенность быстро распространяться, но это не значит, что заболеют все. Кто-то перенесет инфекцию тяжелее, кто-



trapby

то – бессимптомно, а кто-то и вовсе не заболеет. Тяжесть заболевания зависит от наличия хронических заболеваний и состояния иммунной системы конкретного человека.

Увлажнитель воздуха распространяет микробы. Чистый увлажнитель не разносит микробы, а защищает слизистые носа и горла от пересыхания, уменьшает кашель и сухость кожи, делает дыхание комфортным. Источником микробов увлажнитель может стать, если долго не мыть емкости и включать его с застоявшейся водой.

Т-канал «ВсемСанПросвет»

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ, ПИТАЙТЕСЬ ПРАВИЛЬНО!

СОВЕТЫ ВРАЧА

Марина Старостина

Полноценное, сбалансированное питание – один из наиболее важных аспектов здорового образа жизни. Существуют доказательства влияния состава пищи на многие биологические характеристики организма, в частности, на продолжительность жизни, старение. Научно доказана связь между питанием и развитием основных хронических неинфекционных заболеваний.

Проблема современного мира – еда быстрого приготовления, фаст-фуд. С одной стороны, это просто, удобно, экономит времени. Но, поглощая такую пищу ежедневно, ваш организм вряд ли скажет вам спасибо. О здоровом питании мы поговорили с Оксаной Александровной Мезеновой – врачом-педиатром и детским эндокринологом городской детской поликлиники №13 Екатеринбурга.

- Что же представляет собой здоровое питание? Что должно быть у нас на столе?

- Это сбалансированный рацион, который обеспечивает организм необходимыми питательными веществами для роста, нормального развития и жизнедеятельности, способствует укреплению здоровья и профилактике заболеваний.

По рекомендациям ВОЗ, ежедневно нужно съедать примерно три порции овощей, каждая по 80 г. Сюда относятся свежие, приготовленные, консервированные и сухие овощи. А вот картофель не входит в эту рекомендуемую норму. Хорошо добавлять в рацион зелёные овощи – капусту, зелень, салаты, огурцы, кабачки. Также рекомендуется ежедневно съедать не менее двух порций фруктов по 80 г. При этом считаются не только свежие плоды, но и замороженные, приготовленные, сушёные фрукты.

- С детства знаем, что хлеб – всему голова. Но сейчас такое его разнообразие, как же выбрать полезный?

- Хлеб – важная составляющая здорового питания, он является источником углеводов, пищевых волокон, витаминов, в том числе – группы В, микро- и макроэлементов. Но не весь хлеб одинаково полезен. Например,

белый хлеб из пшеничной муки высшего сорта, максимально очищенный от оболочки зерна, требует меньше сил на переваривание, то есть он – продукт хороший, но должен быть ограничен, как и все рафинированные, легко усваиваемые углеводы. В день достаточно 1-2 кусочков такого хлеба. Для здорового питания больше подходят хлеб из ржаной муки, цельнозерновой хлеб – он считается одним из самых полезных, так как содержит витамины группы В, менее калорийный, помогает нормализовать уровень сахара, благотворно влияет на пищеварение. Хлеб с отрубями, благодаря наличию в его составе грубых пищевых волокон, долго переваривается и не вызывает резких колебаний уровня глюкозы в крови, что важно для людей с диабетом. Количество хлеба, которое можно употреблять в день, индивидуально. Здоровому человеку достаточно употреблять в день до трёх ломтиков хлеба при условии активного образа жизни.

- Как часто рекомендуется принимать пищу?

- Единого расписания, идеально под-

ходящего для всех, не существует, но в среднем рекомендуется есть 3-5 раз в день. Это может быть, например, такой график: первый завтрак, второй завтрак, обед, полдник и ужин; или «сокращённый вариант» из трёх приёмов пищи в день. Реже двух раз в сутки врачи есть не рекомендуют. Интервалы между приёмами пищи должны составлять 3-4 часа. Слишком длинные перерывы, дольше 5 часов, не полезны.

- Многие сейчас практически не готовят дома, а заказывают доставку еды. Ваше отношение к этому?

- Готовые рационы грешат тем, что в них добавляется много масла, усилителей вкуса. Часто в этих рационах много соли, сахара. Домашняя еда гораздо полезнее, ведь мы знаем, из чего она приготовлена.

- Ваши пожелания читателям газеты в наступившем году?

- Берегите себя, питайтесь правильно. Больше двигайтесь в зимние каникулы, гуляйте, ходите на лыжах. Пусть новый год будет удачным и здоровым, ярким, щедрым на добрые события и позитивные моменты.

ПОГОВОРИМ О СЕМЕНАХ

СОВЕТЫ БЫВАЛОГО САДОВОДА

Римма Врублев
Эл. почта: WrubellRimma@mail.ru
Тел.: 8-904-980-30-77

«У меня осталось много семян от прошлого сезона. Всегда беру с запасом, потому что качество их в последние годы сильно ухудшилось, всхожесть низкая. Можно ли использовать их будущей весной?» – написала садовод из Сысертского района Евгения Николаевна Барышева.

Запасливыми являются многие садоводы. Согласна с читательницей в том, что качество семян, приобретаемых в специализированных магазинах, в последние годы резко ухудшилось. У меня, к примеру, из пакета моркови «Алтайская лакомка» в минувшем сезоне не появил-

лось ни одного ростка.

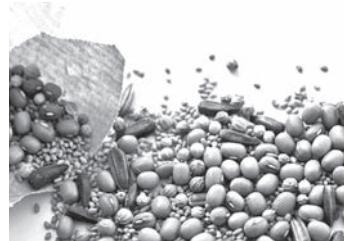
Главный совет для Е.Н. Барышевой: наверняка вы помните, что в прошлом сезоне взошло хорошо, а что – плохо, поэтому безжалостно выбросьте пакеты с остатками бракованных семян – через год они не станут лучше.

Наукой и дачной практикой предусмотрены сроки использования семян овощных культур. Многие не должны терять всхожесть длительное время: огурцы, помидоры, капуста, свекла, редька, редиска, горох, бобы, кукуруза, тыква, кабачки – в течение 4-5 лет; баклажаны, салаты, перцы, морковь годны 2-3 года; петрушка, щавель, укроп, ревень – 2 года. Самыми капризными являются семена астр: уже через год после сбора они не дадут всходов. Но бывают и исключения. У меня более 20 лет хранилась в саду фасоль, я уже и забыла про нее,

но когда рискнула даже не замоченную положить по семечку в лунки при посадке картошки, она дружно взошла!

Более надежными в смысле всхожести являются собственные семена. Самим можно получить семена огурцов, помидоров, перцев, морковки, свеклы, укропа, редиски, салатов, бобов, гороха, а если постараться, то и капусты всех видов. Например, 3-4 штуки моркови и свеклы, посаженные весной в грунт, могут дать столько семян, что их хватит на хорошую грядку, а то и две.

На всхожесть семян влияют и условия их хранения. Им не должно быть ни холода, ни жары. Оптимальная температура считается 12-15 градусов. В таких условиях они не замерзнут, не прорастут и не загниют. В городской квартире можно найти подходящее место. К примеру, на подоконнике возле стекла или на по-



www.botanichka.ru

роге у балкона или лоджии. Но только не вблизи батарей отопления!

Собственные семена и неиспользованные «магазинные» не должны храниться в полиэтиленовых пакетах. Только в холщовых мешочках или спичечных коробках! Даже зимой они должны дышать, наша задача – обеспечить им приток воздуха.

ПОЧЕМУ КОШКИ ВЫБИРАЮТ ОПРЕДЕЛЕННОГО ЧЕЛОВЕКА В ДОМЕ?



БРАТЬЯ НАШИ МЕНЬШИЕ

«Полезные советы»

Каждый вечер во многих домах разворачивается похожий сценарий: пушистый питомец внимательно обходит домочадцев, словно принимая важное решение о том, чья кровать сегодня станет его убежищем. За этим скрываются глубокие инстинкты и тонкий анализ окружающей обстановки.

Многие владельцы замечают у своих кошек явных фаворитов для ночных отдыхов. Зоопсихологи объясняют: выбор кошки – не случайность, а результат комплексной оценки безопасности, комфорта и эмоциональной связи.

Главный мотив, которым руководствуется кошка при выборе места для сна, – ощущение полной безопасности. Животное максимально уязвимо во время отдыха, поэтому инстинктивно стремится найти самое надёжное место и самого надёжного партнёра. Кошки внимательно наблюдают за членами семьи, тонко считывая, кто в доме ведёт

себя как лидер, кто первым реагирует на необычные звуки. Именно такого человека, воспринимаемого как лучшего защитника, питомец может выбрать для ночного сна.

Идеальный кандидат на роль «соседа по сну» – тот, кто ложится в одно и то же время, не ворочается и не встаёт среди ночи. Кошки избегают хаотичных ночных привычек: храпа, внезапного включения света или частой смены позы, которые могут нарушить их покой.

Когда вопрос безопасности решён, на первый план выходят факторы физического удобства. Кошки предпочитают температуру тела человека, которая является для них естественной грелкой. Они способны чувствовать индивидуальную «теплоту» людей, часто выбирая того, у кого температура кожи чуть выше или кто спит под более тёплым одеялом.

Обоняние является важнейшим источником информации для кошки. У каждого человека уникальный запаховый портрет, он формируется естественным ароматом кожи, используемой космети-

кой и даже эмоциональным состоянием. Кошки могут тяготеть к людям с приятным для них гормональным фоном и избегать резких запахов парфюма или лечебных мазей.

Выбор кошки также обусловлен не только инстинктами, но и сложившимися отношениями. Они чутко реагируют на эмоции, распознавая стресс, тревогу или спокойствие по микродвижениям и ритму дыхания человека. Питомец ищет общества того, чьё состояние наиболее стабильно. Мурлыкающий рядом питомец как бы говорит: «Здесь безопасно, тепло, и я доверяю тебе».

Однако иногда кошка, наоборот, приходит к расстроенному хозяину, пытаясь утешить, но это поведение характерно для очень крепкой, сложившейся связи. Внезапная смена привычек кошки – повод для внимания. Если питомец, долгое время спавший рядом, перешёл на диван в другой комнате, это может указывать на изменения в вашем здоровье, новый источник стресса в доме или проблемы у самого животного.

РОЖДЕСТВЕНСКОЕ ПЕЧЕНЬЕ

ВКУСНО ПОЕДИМ!

«Поваренок»

Традиция печь рождественское имбирное печенье существует много веков. Сначала специи были дорогими, использовались как лекарство, их приберегали строго для праздничного угощения. А нынче на праздники пекут много имбирного печенья – человечков, домики, звезды, украшают этим лакомством елку, кладут в подарки.

Печенье с кешью и карамелью

Измельчить в блендере 150 г орехов кешью, добавить 100 г сахара, 150 г сливочного масла. Должна получиться однородная орехово-масляная масса. Добавить 2 желтка (можно целое яйцо, но тогда печенье не будет храниться 2-3 недели), перемешать.

Взять 200 г муки, хорошо просолить крупной солью, добавить 0,5 чайной ложки разрыхлителя или соды. Смешать муку с орехово-масляно-яичной смесью,



eda.rambler.ru

должна получиться маслянистая масса, упругая, которая не липнет к рукам. Если тесто слишком мягкое, добавить муки, если слишком рассыпчатое – сметаны.

Раскатать тесто в колбаску, порезать ножом на кругляшки, чуть присыпать мукой, сформировать ровные лепешки. В разогретой до 170-180 градусов духовке выпекать 15-20 минут.

Для украшения печенья купите обычные «советские» ириски и сливки 30%. Растопите ириски, при постоянном помешивании медленно влейте их в сливки. Когда карамель станет однородной, ее нужно снять с огня и остудить. Она должна быть чуть теплой, тогда она хорошо ляжет, не растечется и аккуратно застынет. Украстье карамелью остывшее печенье.

БЕЗ ЖИРА НА КУХОННОЙ ПЛИТКЕ

ДОМАШНИЕ ХИТРОСТИ

«Полезные советы»

Процесс приготовления еды неизбежно оставляет следы на поверхностях, особенно на кухонном фартуке. Брызги масла, пар и мельчайшие частицы продуктов постепенно образуют трудноудаляемый налет. Раскроем секрет опытных хозяек, который поможет поддерживать безупречную чистоту на кухне.

Приготовьте состав, смешав в равных пропорциях обычное растительное масло и пищевую соду. Это экономичное и экологически чистое средство станет вашим главным союзником в борьбе с кухонными загрязнениями. Тщательно перемешайте ингредиенты до получения однородной пасты.

Аккуратно распределите полученную смесь по всей поверхности кухонного фартука, уделяя особое внимание зонам, наиболее подверженным загрязнению. Убедитесь, что вы покрыли каждый участок равномерным слоем. Оставьте средство на поверхности на полчаса.

Натуральные компоненты проникнут в микроскопические поры кафеля, формируя основу для защитной пленки.

Спустя 30 минут возьмите мягкую губку или ткань, слегка смоченную в воде с добавлением небольшого количества мягкого моющего средства. Осторожно протрите всю обработанную поверхность, удаляя излишки масляно-содовой смеси.

После очистки тщательно высушите кафель чистым полотенцем. Этот этап необходим для удаления остаточной влаги и придания поверхности естественного блеска. Убедитесь в отсутствии разводов и влажных пятен, которые могут нарушить целостность защитного барьера.

Для сохранения защитных свойств важно регулярно обновлять созданный барьер. После каждой генеральной уборки кухни повторяйте процедуру нанесения масляно-содовой смеси. Регулярное использование этой техники превратит утомительную уборку в простую и быструю процедуру.

СПОЕМТЕ, ДРУЗЬЯ

«Звенит
январская выюга»

Песнь, известную всем по комедии «Иван Васильевич меняет профессию», мы предлагаем вам исполнить вместе с героями любимого кинофильма.

**Музыка Александра Засецина,
слова Леонида Дербенёва**

С любовью встретиться –
Проблема трудная.
Планета вертится
Круглая, круглая.
Летят планета в达尔ь
Сквозь суматоху дней,
Нелегко, нелегко
Полюбить на ней!
Звенит январская выюга,
И ливни хлещут упрого,
И звёзды мчатся по кругу,
И шумят города.
Не видят люди друг друга,
Проходят мимо друг друга,
Теряют люди друг друга,
А потом не найдут никогда.
В любви ещё одна
Задача сложная:
Найдёшь, а вдруг она
Ложная, ложная?
Найдёшь обманную,
Но в суматохе дней
Нелегко, нелегко
Разобраться в ней.
А где-то есть моя
Любовь сердечная –
Непроторимая,
Вечная, вечная.
Её давно ищу,
Но в суматохе дней
Нелегко, нелегко
Повстречаться с ней.

ЗИМНИЕ УГОЩЕНИЯ ДЛЯ ПТИЧЕК

НА ПРИРОДЕ

Многие пенсионеры, отправляясь на зимнюю прогулку, берут с собой крупу, хлебные крошки, чтобы подкормить птичек. Это очень важное дело, ведь для насекомоядных птиц наступили тяжелые времена. Но всякий ли корм подходит для птиц? Что стоит насыпать в кормушку или подвесить на дерево для синичек и других пернатых?

Неочищенные семечки подсолнечника. Универсальный и один из самых любимых кормов для синичек и не только для них. Семечки охотно клюют многие пернатые невелички – зеленушки, поползни и другие птицы. Семечки содержат много жиров и сбалансированное количество белков и углеводов. Они калорийны и могут помочь пернатым быстро пополнить запас энергии, которая так необходима, чтобы поддерживать нужную температуру тела в холода. Но семечки должны быть не жареные и без соли.

Несоленое сало. Из животных кормов зимой для синичек сало – корм №1. Сало обязательно должно быть несоленым и некопченным, без перца, специй и добавок. Обычно берут свиное – оно самое распространённое, но подойдет для синичек и бараний, и говяжий жир. Его можно подвешивать на прочных веревочках.

Очищенные орехи. Самые любимые у птиц – очищенные греческие орехи. Они мягкие, чрезвычайно питательные. Более бюджетный вариант – сырой арахис,



очищенный от скорлупы. Орехи должны быть нежареными и несолеными.

Пшено. Если в кормушке имеются семечки, синицы практически всегда предпочтут именно их. Пшено для них – скорее резервный корм, когда нет ничего сырее. Не будет семечек – склюют и пшено.

Яблоки. Свежие яблоки для синичек и других мелких птиц следует нарезать на маленькие кусочки. Так птицы удобнее с ними справляться. Эта еда подходит для несильных морозов.

Вареное яйцо. Его варят вкрутую, затем либо мелко рубят и засыпают в кормушку, либо, очистив верхушку, целиком закрепляют на деревьях, продержав через яйцо проволоку.

Мякоть тыквы. Ее, как и яблоки, нарезают мелкими кусочками. Если тыква рыхлая, а морозы не очень сильные, то птицы могут расклевывать крупные

куски с семенами, выбирая то, что им больше нравится.

Различные крупы. В отличие от разных семечек, крупу синицы едят без энтузиазма. Могут клевать просо, гречку, но предпочтут иной корм. Специалисты по поеданию круп – воробы, они крупы употребляют охотно.

Хлопья. Овсяные или гречневые, они также могут служить кормом. Хлопья должны быть без соли, сахара и прочих дополнительных ингредиентов.

ЧЕМ НЕЛЬЗЯ КОРМИТЬ ПТИЧЕК?
Синицам и остальным мелким птицкам нельзя давать:

– соленое, жареное, копченое, заплесневевшее. Под запретом – жареные семечки, соленые орешки, соленое сало, колбаса, консервы. Не стоит давать и черный хлеб.

По материалам сайтов

МИФЫ И ПРАВДА О ВАРИКОЗЕ.
РАССКАЗЫВАЕТ МЕДИЦИНСКИЙ ЦЕНТР «АНГИО ЛАЙН»

Миф 1. Капсулы и таблетки могут избавить от варикоза.

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

Миф 2. Мази и гели помогут вылечить варикоз.

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

Миф 3. Вылечить варикоз можно с помощью пиявок.

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

Миф 4. Варикозные вены являются только косметической проблемой.

Наличие варикозных вен приводит к тяжелым нарушениям кровообращения, вплоть до некроза (смертья) кожи и подкожной клетчатки, что называется трофической язвой. Еще более опасными являются такие осложнения, как кровотечение из варикозных вен, тромбофлебит, тромбоз глубоких вен и др.

Миф 5. Устранить варикозные вены можно

только операцией в виде разрезов под наркозом с обязательной госпитализацией.

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

Миф 6. Без операции можно устраниить только маленькие венки.

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

Миф 7. За таким лечение нужно ехать далеко и надолго.

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

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

* лечение должно быть начато не позднее месяца после визита

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

Успейте воспользоваться выгодным предложением!

Запись на прием +7 (343) 304-63-46 www.mc-angio.ru

Екатеринбург, ул. 8 Марта, 86 (ост. Большакова), ул. Сиреневый бульвар, 8

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ ВРАЧА

6+ НАШ САЙТ: газетапенсионер.рф
ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Пенсионер

№1-2(1283-54)

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.

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 пересыпать их в инстанции. Редакция может публиковать материалы, не разделяя точки зрения автора. Все товары и услуги, рекламируемые в номере, подлежат обязательной сертификации, цена действительна на момент публикации. За содержание рекламных материалов редакция ответственности не несет. Рукописи не возвращаются и не рецензируются. Решение о публикации или об отказе в ней принимается редакцией.

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

Сайт: газетапенсионер.рф

Газета распространяется по подшивке, в газетных киосках, почтовых отделениях города и области. Цена – договорная. Газета отпечатана в АО «Прайн Принт Екатеринбург», Россия, г. Екатеринбург, пр. Космонавтов, 18, корп. 1. Сдана номера в печать по графику – 16.00, фактически 13.00, 30.12.2025 г. Дата производства 30.12.2025 г.

Выход в свет 12.01.2026 г. Тираж 7 000 экз. Заказ 3604.

Гл. редактор Н.Д. Березнякова,
E-mail: ps@mediakrug.ru

Корреспондент Е. Зинковская

Верстка В. Маргина

Отдел объявлений М. Волкова.

Отдел подписки Т. 8 995-743-10-48

Подписка на газету «ПЕНСИОНЕР»
по QR-коду

