

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА



Издаётся с 6 июля 1934 года

16+

№ 154 (22343)

ПЯТНИЦА

28 августа

2026 года

GAZETACRIMEA.RU

Фото из архива «Крымской газеты»



Как помочь ребёнку
адаптироваться к
детскому саду

стр. 10



ВРАЧ-ЭНДОКРИНОЛОГ, ДИЕТОЛОГ,
ДИАБЕТОЛОГ
ЕКАТЕРИНА ГРИШАЕВА

о том, как стресс,
модные диеты и
«чудо-средства»
ломают гормональную
систему

стр. 6-7



КАДРЫ РЕШАЮТ

ЧЕМ КРЫМ ПРИВЛЕКАЕТ ВРАЧЕЙ И ФЕЛЬДШЕРОВ

Стр. 2-3

Главные
законодательные
нововведения
сентября

стр. 8

Ангелы передовой:
как проходят будни
военных медиков

стр. 21

Как справиться
с «синдромом
упущенного лета»

стр. 28

Фото из архива «Крымской газеты»

СКАЗАНО

ЮРИЙ ГОЦАНЮК,

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ СОВЕТА МИНИСТРОВ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ:



rk.gov.ru

«В 2026 году на реставрацию памятников, модернизацию музеев и строительство новых объектов культуры в Крыму выделено 2,2 млрд рублей. С 2014 года уже отремонтировано и отреставрировано более 200 объектов культуры и культурного наследия на 7,6 млрд рублей. В рамках нацпроекта «Семья» на 2026 год предусмотрено 230 млн рублей. Средства направлены на капремонт Музея боевой славы в Ленино, библиотек и домов культуры, техоснащение 13 музеев, в том числе Центрального музея Тавриды, Крымского этнографического музея, создание модельных библиотек, а также обновление оборудования для филармонии, музыкального театра и детских школ искусств».

ИРИНА КИВИКО,

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ПРЕДСЕДАТЕЛЯ СОВЕТА МИНИСТРОВ РК –
МИНИСТР ФИНАНСОВ РК:

rk.gov.ru

«Более 88 тысяч предпринимателей и порядка 200 тысяч самозанятых – это не просто сухие статистические данные, а фундамент, на котором держится экономическое благополучие полуострова. За каждым из этих людей стоят уникальные идеи, ежедневный упорный труд и искреннее желание развивать родной регион. Малый бизнес сегодня является драйвером занятости, развития туристической инфраструктуры, сельского хозяйства и сферы услуг. Мы обязаны создавать условия, чтобы этот созидательный потенциал не угасал, а лишь набирал обороты, позволяя крымчанам реализовывать смелые проекты и строить планы на будущее».

МЕДИЦИНА СЕГОДНЯ

Привлечение кадров в государственные медицинские организации региона – одна из главных задач.

МИЛЛИОН
ЗА ПЕРЕЕЗД

Участникам программ предоставляются единовременные выплаты: миллион рублей – для врачей и 500 тысяч рублей – для специалистов со средним медицинским образованием. Есть и другие меры поддержки: компенсация аренды жилья или ежемесячного платежа по ипотеке, региональная выплата работникам дефицитных специальностей, компенсация коммунальных платежей, предоставление служебного жилья или земельного участка.

– В этом году в Крыму по программе «Земский доктор» планируется принять около 70 врачей, по программе «Земский фельдшер» – 32 специалиста со средним медицинским образованием, – уточнил министр здравоохранения РК Алексей Натаров.

Заклучая договор, медик должен отработать в вы-

КАДРЫ
РЕШАЮТ ВСЁ

Минздрав Крыма приглашает медицинских специалистов стать участниками программ «Земский доктор» и «Земский фельдшер».

КАК ВЕСТИ СЕБЯ ПРИ АТАКЕ БПЛА

В ЗДАНИИ:

Спуститесь в подвал или паркинг.
Не пользуйтесь лифтом



В КВАРТИРЕ:

Найдите место без окон между несущих стен. Чаще всего это ванная комната. Сядьте на пол.



НА УЛИЦЕ:

Немедленно укройтесь в ближайшем здании, подземном переходе или паркинге.



В ТРАНСПОРТЕ:

Покиньте машину и найдите укрытие.



ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ БПЛА:

Ни в коем случае ничего не трогайте. Покиньте место, где нашли устройство.



Если вы увидели БПЛА, незамедлительно сообщите об этом по номеру

112

Источник: МЧС



В Раздольненской районной больнице начали проводить малоинвазивные операции.
Фото: rk.gov.ru

ПУСТИТЬ КОРНИ В КРЫМУ

За прошлый год республика привлекла таким образом 90 медиков. По миллиону рублей получили 70 врачей, по 500 тысяч рублей – 20 медработников среднего звена.

Например, хирург Аким Щербаков мечтал стать врачом с юности. С 2024 года он работает в Красногвардейской Центральной районной больнице в селе Восход. По программе «Земля врачам» медику предоставили участок под ИЖС. А единовременную выплату в миллион рублей мужчина направил на постройку дома.

На сегодня больницы Крыма активно оснащаются новейшей техникой. Это обнадеживающая тенденция. Но доступность медицинской помощи для жителей региона зависит и от того, с каким успехом идёт борьба с дефицитом кадров.

Например, в августе современная хирургическая помощь стала доступна жителям Раздольненского района непосредственно в районной больнице. Её операционный блок получил современное оборудование.

– Для больницы закуплена система эндоскопиче-

ской визуализации стоимостью 5,7 млн рублей. Сегодня на базе медучреждения впервые выполнили лапароскопическую операцию по удалению паховой грыжи. Малоинвазивное вмешательство продолжалось менее часа и прошло без осложнений, – сообщили в Минздраве РК.

Ольга НАГОРНАЯ.

СПРАВКА

Участвовать в программах «Земский доктор» и «Земский фельдшер» могут врачи и специалисты со средним медобразованием, прибывшие на работу в сельские населённые пункты, пгт и малые города с численностью населения до 50 тысяч человек. Рассчитывать на господдержку могут и выпускники медицинских вузов и колледжей, которые по завершении обучения возвращаются работать в свои населённые пункты.

бранной организации не менее пяти лет. За это время у него есть право однократно перевестись в другую медорганизацию, расположенную в сельской местности или малом городе в пределах региона.

СЛОВО РЕДАКТОРА



Финальный выпуск летнего еженедельного информационного хит-парада снова получился более чем разноплановым. На этой неделе мультфильм становится геополитическим фактором, концерт – вопросом госбезопасности, а историческая память срочно требует нового постаменты. В лидерах недели – решения, которые выглядят так, будто их авторы соревнуются не в эффективности, а в жанре политической сатиры. Встречаем наших победителей!

#МУЛЬТФРОНТ_НЕДЕЛИ

Пятое место уходит на Украину, где СНБО расширил санкционный список, в который, помимо предприятий и лиц, связанных с российским ВПК, попали создатели мультсериала «Маша и Медведь». Так анимационная студия «Анимакорд», её руководители и продюсеры оказались в одной компании с оборонными предприятиями, крупным бизнесом и чиновниками. В итоге перечень угроз национальной безопасности выглядит особенно многожанрово. С одной стороны – пять структур, связанных с «Русалом» Олега Дерипаски, с другой – девочка в розовом сарафане, Медведь и нарисованный лес, которые, судя по решению СНБО, тоже требуют стратегического реагирования. Кроме того, ограничения ввели против 28 граждан России, 36 российских и одной китайской компании, включая представителей предприятий ВПК. Отдельного внимания заслуживает формулировка Владимира Зеленского о людях, «которые тем или иным образом стали частью российского образа жизни». Теперь, кажется, под особый контроль может попасть не только промышленная кооперация, но и способность смотреть мультфильмы.

#ТОКСИЧНОСТЬ_НЕДЕЛИ

Не удивила на неделе и Прибалтика, вновь заняв одно из мест нашего рейтинга. В Литве, по сообщениям местных СМИ, Министерство культуры и Департамент государственной безопасности разрабатывают критерии для оценки российских и белорусских артистов. Идея проста и современна: перед въездом исполнителя в страну определить степень его «политической токсичности» – с возможным запретом на въезд сроком до пяти лет. Предполагается, что при выдаче виз будут изучать публичные заявления, тексты песен и активность музыкантов в социальных сетях. Вероятно, концертный менеджмент постепенно превратится в отдельную дисциплину «Как привезти артиста и не ошибиться в трактовке его лайков за последние десять лет». Промоутерам, которые решат пригласить недостаточно благонадежного, по версии чиновников, исполнителя, могут грозить штрафы и отзыв лицензии. Сам факт, что концерт российского или

белорусского артиста в Клайпеде способен рассматриваться как угроза государственности, звучит как весьма своеобразный комплимент русскоязычной культуре. Когда министерство и спецслужбы вынуждены измерять культурное влияние в градусах опасности, значит, с собственной уверенностью в мягкой силе дела обстоят не слишком празднично.

#А_КУШАТЬ_ХОЧЕТСЯ_ВСЕГДА

Бронзу получают изголодавшиеся по гонорарам бывшие звёзды, а сейчас никому не нужные релоканты из Италии Потап и Настя Каменских.

Они напомнили украинцам, что у тех нет свободы говорить на русском, и решили об этом снять ролик, в котором высмеяли сторонников мовы. Украинцы подняли в комментариях шумиху, призвали СБУ организовать проверку. Объявление в розыск от СБУ через 3, 2...

Сколько роликов ни снимай, а заявления Потапа в самом начале СВО мы все помним, поэтому прощения ему нет и не будет, ролики его не спасут. Это не первый случай «прозрения» артистов. Ранее украинская певица Ольга Полякова назвала Украину концлагерем, заявила, что общество превращается в «запуганных мышей».

#МОНУМЕНТАЛЬНОСТЬ_НЕДЕЛИ

Серебро достаётся конкурсу на лучший проект памятника гетману Ивану Мазепе. Монумент предлагается установить в Киеве, на месте демонтированного памятника Владимиру Ленину. Историческая реконструкция пространства продолжается в режиме замены одних символов другими. В документе говорится, что инициатива принимается «с целью увековечения памяти гетмана Украины Ивана Мазепы». Фигура выбрана символическая: осенью 1708 года Мазепа разорвал союз с Петром I и перешёл на сторону шведского короля Карла XII. В исторической традиции этот поступок стал одним из главных образов политического предательства, что весьма символично.

#КАДРЫ_НЕДЕЛИ

Золото уходит коллегам в Скандинавию, где шведский телеканал SVT приехал в Киев снимать репортаж, но, судя по опубликованным кадрам, получил сюжет без предварительной подготовки. Перед камерой съёмочной группы сотрудники ТЦК силой затащивали мужчину в автомобиль: его тащили по земле за руки, а прохожие не вмешались. Журналистам не пришлось искать сложные маршруты, договариваться о доступе или проводить скрытую съёмку: эпизод произошёл прямо в городской среде. История принудительной мобилизации, которую украинские соцсети давно называют «бусификацией», на этот раз оказалась зафиксирована европейскими журналистами. Такой сюжет увидят не только на Украине, но и за её пределами – прежде всего там, где Киев привыкли представлять исключительно через официальные заявления и тщательно выверенные пресс-релизы. Украинские власти, вероятно, предпочтут считать произошедшее частным эпизодом. Но у телевизионной картинке, в отличие от пресс-комментария, обычно есть неприятная привычка оставаться в памяти.

Мария ВОЛКОНСКАЯ, главный редактор «Крымской газеты».

ГАЗЕТА ЗАРЯЖЕНА НА 100%

КРЫМСКАЯ ГАЗЕТА

ИЗДАЕТСЯ С 1931 ГОДА

ГЛАВНОЕ О КРЫМЕ И ДЛЯ КРЫМА
ТОЛЬКО ПРОВЕРЕННЫЕ ФАКТЫ И СОБЫТИЯ

НОВОСТИ Актуально и достоверно

ЭКСКЛЮЗИВ Только у нас

ЦИФРЫ Факты, которые важны

АНАЛИТИКА Разбираем по сути

100%

ЧИТАЙТЕ С ПОЛЬЗОЙ. ОСТАВАЙТЕСЬ В КУРСЕ. БУДЬТЕ ПЕРВЫМИ.

ПРОВЕРЕННАЯ ИНФОРМАЦИЯ

КРЫМСКАЯ ПОВЕСТКА

СВЕЖИЕ НОВОСТИ

СДЕЛАНО В КРЫМУ

ПОДПИШИСЬ НА «КРЫМСКУЮ ГАЗЕТУ» – БУДЬ В КУРСЕ НОВОСТЕЙ!

КАДРЫ МЕСЯЦА

СВЕТ В ЛЮДЯХ

7 августа, Ялта. В городе работают центры содействия.

В Ялте уже две недели перебои с электричеством, а в негазифицированных кварталах невозможно приготовить еду. Но люди не опускают руки – помогают друг другу. Власть и волонтеры развернули системную поддержку. На улицах работают пять полевых кухонь, социальные работники доставляют горячие обеды, газовые баллоны и портативные плитки инвалидам и пожилым. Право на компенсационные выплаты имеют более 140 тысяч жителей, и уже обработано 40 тысяч заявлений. «Мы понимаем, что мы такие не одни», – говорит местная жительница Наталья. И это главное, что держит город в эти дни.



ВСЕ ОТТЕНКИ АВГУСТА

Самые яркие события уходящего месяца – в объективах фотокорреспондентов «Крымской газеты»

ЦВЕТУЩИЙ СИМФЕРОПОЛЬ

10 августа, Симферополь. Столица Крыма радуется горожан яркими красками.



Август – время буйства красок в крымской столице. Клумбы на проспекте Кирова, в парке имени Гагарина и на набережной Салгира утопают в петуниях, бархатцах и цинниях. Коммунальные службы ежедневно поливают зелёные зоны, несмотря на жару. Горожане с удовольствием прогуливаются по тенистым аллеям, делают яркие фото на фоне цветочных композиций. В этом году озеленители сделали ставку на многолетники и засухоустойчивые сорта, которые радуют глаз даже в зной. Симферополь по праву называют одним из самых зелёных городов полуострова.

ЗАПОЛНЕННЫ ДО ПРЕДЕЛА

13 августа, Симферополь. Ситуация с водоснабжением стабильна.

По данным ГУП «Вода Крыма», все водохранилища естественного стока заполнены на 100%, включая Изобильненское, которое обеспечивает Алушту. Приток воды превышает забор даже в разгар лета благодаря периодическим дождям. Запасы подземных вод также пополнились. До 2030 года в республике планируют реконструировать 14 объектов водоснабжения, в том числе магистральные водоводы в Феодосии и Евпатории. На восьми объектах работы завершат уже к 2027 году. В селе Льговском установят станцию очистки, чтобы жители получали не техническую, а питьевую воду. Модернизация охватывает практически весь полуостров – от Керчи до ЮБК.



Присоединяйтесь к «Крымской газете» во  **ВКонтакте** и будьте в курсе главных новостей!

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА



КОГДА РУЛЬ НЕ ВАРИАНТ

16 августа, Симферополь. Итоги трёхдневного рейда Госавтоинспекции.

С 14 по 16 августа сотрудники ГИБДД провели операцию «Нетрезвый водитель». За три дня пресечено 11 фактов управления автомобилем в состоянии опьянения либо отказа от медицинского освидетельствования. Нарушителям грозит лишение прав на срок до двух лет и штраф до 30 тысяч рублей. В Госавтоинспекции напоминают: пьяный водитель – смертельная угроза для всех участников дорожного движения. Рейды будут продолжены в течение всего летнего сезона, особенно на курортных трассах, где число ДТП традиционно растёт. Полиция призывает граждан сообщать о нетрезвых водителях по телефону дежурной части.

НОВЫЙ ХИТ СЕЗОНА

20 августа, Симферополь. Крымчане выбирают портативные электростанции.



В условиях частых отключений света портативные электростанции стали спасением для тысяч крымских семей. Это, по сути, большой аккумулятор со встроенным инвертором, выдающий 220 В, – тихий и экологичный аналог бензинового генератора. Как выбрать подходящий? Эксперт «Крымской газеты» советует брать модель с запасом мощности 20–30% от суммарной нагрузки приборов и обращать внимание на ёмкость в ватт-часах, а не на маркетинговые миллиампер-часы. Для холодильника и телевизора хватит станции на 1–2 кВт, а для полного резервирования дома – от 3 кВт. Главное – не перегружать, соблюдать температурный режим и раз в несколько месяцев полностью разряжать и заряжать устройство.

ЛЕС В ОГНЕ

25 августа, Ялта. Лесному пожару присвоили статус региональной ЧС.

С 22 августа ситуация с лесным пожаром в окрестностях Ялты официально признана природной чрезвычайной ситуацией регионального характера. Администрации города поручено защитить населённые пункты от огня и при необходимости провести эвакуацию, развернув пункты временного размещения и питания. Руководителем ликвидации ЧС назначен Председатель Совета министров РК Юрий Гоцанюк. На месте работают пожарные расчёты и добровольцы, привлечена авиация. Власти призывают жителей не разводить костры и немедленно сообщать о возгораниях. По предварительным данным, огонь охватил несколько гектаров лесного массива, но угрозы жилым домам пока нет.



ПОД ГРАДУСОМ

12 августа, Крым. Как полуостров переживает жару.

Ещё с начала месяца на Крым с территории Африки шли жаркие тропические воздушные массы. Они распространились на Западную Европу, европейскую территорию России, в том числе и Крым. Несколько дней кряду на полуострове была аномально жаркая погода. По данным синоптиков, среднесуточная температура превышала климатическую норму примерно на 7 градусов. В Крыму сильной жарой считается температура воздуха около +40 градусов, однако даже превышение среднесуточной нормы на 7 градусов создаёт серьёзную нагрузку на организм и требует особого внимания. Синоптики отмечают, что такая погода в Крыму считается опасным метеорологическим явлением.



Олег АНФАЙЛОВ. Фото Галы АМАРАНДО и Михаила ГЛАДЧУКА.

КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА

ДИСПАНСЕРИЗАЦИЯ – ЭТО...

...ХОДИТЬ К ВРАЧУ, КОГДА НИЧЕГО НЕ БЕСПОКОИТ.

ЧТО НЕОБХОДИМО?

Обратиться в медицинскую организацию по месту жительства, при себе иметь паспорт и полис ОМС.

18–39 лет – 1 раз в 3 года.

старше 40 лет и др. категории граждан – ежегодно, в т. ч. работающие пенсионеры и работающие граждане за 5 и менее лет до наступления пенсионного возраста.

ЗАБОТЬТЕСЬ О СВОЁМ ЗДОРОВЬЕ ВОВРЕМЯ

ИНТЕРВЬЮ

НА ХРУПКИХ КОСТЯХ

– Вы работаете эндокринологом уже 16 лет. Какие заболевания стали встречаться значительно чаще?

– Когда я начинала, чаще всего встречались сахарный диабет и его осложнения, нарушения функции щитовидной железы – преимущественно у пациентов 40–50 лет и старше. Сейчас большая часть – у людей от 18 лет. Около 60–70% обращений связаны с необходимостью снижения массы тела, ещё 20–30% – с нарушениями функции щитовидной железы.

Стало значительно больше стало пациентов с проблемами костной ткани. Если раньше остеопороз и нарушения обмена кальция были в основном проблемой людей 50+ и преимущественно женщин, то сейчас я вижу таких пациентов уже в 30–35 лет, причём мужчины страдают уже немалого реж.

– С чем это связано?

– В первую очередь с характером питания. В рационе мало продуктов, богатых кальцием, при этом много трансжиров, которые ухудшают его всасывание. Для Крыма добавляется йоддефицит. Есть и повсеместная нехватка витамина D, а ведь это основной ресурс, который удерживает кальций в костях. Казалось бы, в нашем регионе много солнца, но ультрафиолет коварно не даёт витамину D усваиваться.

К счастью, у врачей сейчас гораздо больше возможностей для диагностики. В Крыму есть рентгеновская остеоденситометрия – исследование, которое позволяет точно определить наличие остеопороза. Мы также активно используем биоимпедансный анализ состава тела. Он показывает соотношение костной, мышечной и жировой ткани и особенно полезен при работе с избыточным весом.

Раньше остеопороз лечили кальцием и витамином D вслепую. Сегодня я обязательно назначаю маркеры костного обмена P1NP и бета-CrossLaps и подбираю терапию строго по скорости резорбции.

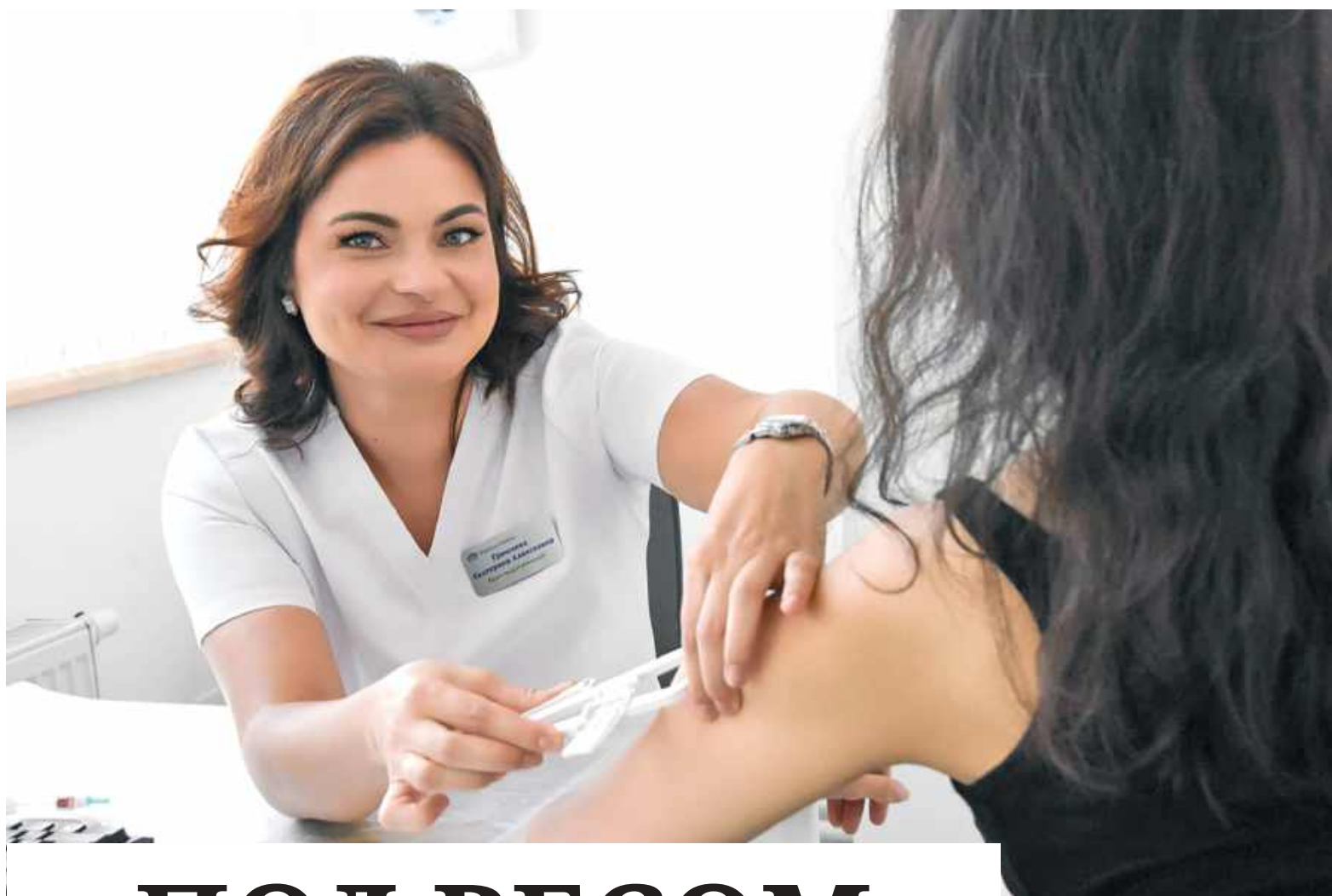
– По вашей статистике, 20–30% крымчан имеют нарушения функции щитовидной железы. Мы продвинулись в методах лечения?

– Пока что сложно говорить об этом. Например, в России только начинают точечно появляться частные клиники в крупных городах, где выполняют мировую практику – склеротерапию доброкачественных узлов щитовидной железы. Это органосохраняющая методика, которая позволяет уменьшить образование без операции. В Крыму такой возможности нет.

ОБМАНУТЬ ОРГАНИЗМ

– В начале интервью вы отметили, что к вам стали чаще обращаться пациентки 18–20 лет из-за веса. У них действительно есть избыток массы тела или это просто из-за моды на точёную фигуру?

– Примерно в 90% случаев это действительно ожирение. Растёт уровень тревожности, и люди

ПОД ВЕСОМ
СТРЕССА

Как живут люди с весом более 280 кг, какие эксперименты ставят над собой пациенты в погоне за красотой и вечной жизнью и какие необратимые последствия оставляет сбитый режим дня? Обо всём этом и не только – в интервью врача-эндокринолога, диетолога, диабетолога, члена РАЭ Екатерины Гришаевой.

справляются с ней по-разному: кто-то перестаёт есть, кто-то, наоборот, заедает стресс. За последние 10 лет количество пациентов с ожирением увеличилось примерно на 60%.

Отсюда вытекает новая тенденция среди молодых крымчан репродуктивного возраста, которые хотят иметь детей. Им сложно зачать и безопасно выносить беременность.

– Впоследствии мы пытаемся похудеть, снова набираем вес и опять садимся на диету... К чему приводят такие колебания?

– Организм – очень умная система: он адаптируется к условиям, которые мы ему создаём. Есть такое понятие, как метаболическая память. Жировая ткань после снижения веса стремится вернуться к исходному состоянию. Повторить эффект диеты, на которой мы до этого худели, очень сложно. Чем чаще и жестче мы устраиваем такие эксперименты, тем менее эффективной становится каждая следующая попытка. Приходится всё сильнее ограничивать питание, а это уже путь к потере не столько к жировой, сколько мышечной и костной тканей. В результате растёт риск остеопороза. А восстановить эти ткани, к слову, гораздо сложнее.

– Насколько вес определяет генетику?

– Да, очень часто человек приходит и говорит: «У нас в семье все полные». Но дело не только в генах. В семье формируются определённые пищевые привычки, и ребёнок просто с детства не знает другого варианта питания. Так проблема передаётся из поколения в поколение.

“ЕСТЬ ТАКОЕ ПОНЯТИЕ, КАК МЕТАБОЛИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ. ЖИРОВАЯ ТКАНЬ ПОСЛЕ СНИЖЕНИЯ ВЕСА СТРЕМИТСЯ ВЕРНУТЬСЯ К ИСХОДНОМУ СОСТОЯНИЮ. ПОВТОРИТЬ ЭФФЕКТ ДИЕТЫ, НА КОТОРОЙ МЫ ДО ЭТОГО ХУДЕЛИ, ОЧЕНЬ СЛОЖНО

– А был пациент, которому удалось прервать такую цепочку?

– Один из первых моих пациентов после переезда в Крым – парень 18 лет. При росте 176 сантиметров он весил 140 килограм-

мов. Родители и ближайшие родственники тоже весили 100–130 килограммов. В школе над ним сильно издевались из-за веса, поэтому он даже не хотел поступать в институт: боялся, что повторится травля. Ему было тяжело просто жить обычной жизнью: гулять со сверстниками, кататься на велосипеде, заниматься физической активностью. Начались и нарушения половой и эндокринной функции. Сформировалось эмоциональное заедание: он понимал, что у него проблема, но продолжал есть, потому что не умел иначе справляться с переживаниями. Мы провели обследование, подключили психолога.

– Какими результатами уже можно похвастаться?

– Сейчас он весит 80–85 килограммов. Он начал ходить в спортзал, поступил в университет, собирается стать программистом. И, главное, семья тоже подтянулась. И мама, и папа снизили вес.

– 140 килограммов – самый большой вес в вашей практике?

– Нет. Рекорд – 285 килограммов. При таком ожирении уже приходится рассматривать бариатрическую хирургию. Причём среди пациентов с весом 250 килограммов и больше чаще встречаются мужчины.

– А почему мужчины чаще доходят до такого веса?

– Одно из объяснений – снижение тестостерона, которое сопровождается ожирением. Дефицит тестостерона способствует перераспределению жировой ткани по женскому типу, а это в свою очередь усугубляет ситуацию. Получается замкнутый круг: ожирение снижает тестостерон, а его дефицит способствует дальнейшему набору жировой ткани.

– Расскажите подробнее историю этого пациента. С чего всё началось?

– Триггером стал развод. На фоне стресса он начал больше есть и практически перестал двигаться. Он работал водителем маршрутного такси и, набрав вес, был вынужден уволиться. После этого у него совсем пропала мотивация что-либо делать – он оказался в тяжёлом психологическом состоянии. Сейчас мужчина восстанавливается после бариатрической операции. Весит около 150 килограммов. Нашёл удалённую работу, а благодаря этому появилось время для физической активности – он регулярно ходит в спортзал.

– Препараты группы ГПП-1 захватили мир. Их всё чаще используют просто для коррекции фигуры. Какие последствия вы чаще наблюдаете?

– В первую очередь страдает пищеварительная система, возможны проблемы с желчным пузырём, в том числе образование камней. Буквально недавно у меня была пациентка, которая по рекомендации нутрициолога курсами колола препарат ГПП-1. При этом исходно он ей вообще не был показан: избыток массы тела был недостаточным для такой терапии. Она похудела на таком препарате, поехала в отпуск, там вернулась к привычному рациону и действительно набрала вес. Она снова решила использовать этот препарат, но, в первых, он уже не помог, а во-

вторых появились проблемы со стороны пищеварительной системы.

– **Вы назвали самый большой вес. А самый маленький?**

– 42 килограмма при росте 170 сантиметров. Девушке было 27 лет. Ещё в школе она готовила с одноклассниками танец к окончанию учебного года. Партнёр сказал ей: «Я тебя поднимать не буду, ты толстая». При этом у девочки была абсолютно нормальная масса тела. Эта фраза стала для неё триггером. Она начала резко ограничивать питание и в итоге дошла до анорексии. Вообще, девочки с расстройствами пищевого поведения начинают попадать ко мне гораздо раньше – уже в 15–17 лет.

Сейчас она весит 45 килограммов. Для её роста это всё ещё дефицит массы тела, но по сравнению с тем состоянием, в котором она к нам пришла, это уже большой прогресс.

– **Помните случай, когда похудение привело к серьёзному аутоиммунному заболеванию?**

– Да, был сложный случай: пациентка решила любой ценой похудеть перед свадьбой, чтобы влезть в конкретное платье. Сначала она ограничивала калории, затем перешла к голоданию. Организм перестал получать необходимые ресурсы, появилась выраженная слабость, после чего выявилась системная красная волчанка – тяжёлое состояние. Предрасположенность к заболеванию у неё была, но без этого эпизода оно могло бы не проявиться.

«НЕ НАКРУЧИВАЙ СЕБЯ»

– **Термин «психосоматика» сегодня используется очень часто. Может ли длительный стресс сам по себе запустить эндокринное заболевание?**

– Длительный стресс действительно истощает иммунную систему и может стать пусковым фактором, но лишь для уже существующей предрасположенности – к ожирению, аутоиммунным заболеваниям щитовидной железы, остеопорозу. Особенно это актуально при нарушении сна и ненормированном графике, например при ночных сменах, когда организм не успевает адаптироваться к постоянно меняющемуся ритму.

– **Вспомните случаи, когда человек много лет лечился совершенно не от того заболевания.**

– В прошлом году ко мне пришла 18-летняя девушка с мамой. С 14 лет у неё были нерегулярные менструации. Гинеколог выявил повышенный пролактин и назначил терапию, хотя у подростков с ещё не сформировавшимся циклом по одному показателю пролактина лечение назначать нельзя. Затем семья обратилась к нутрициологу. Девочке назначили огромное количество БАДов, «чистили от паразитов», добавляли витамины и микроэлементы. За четыре года у неё накопился целый список назначений, а уровень пролактина, наоборот, снизился до минимального. В анализах появились избыток меди и витаминов группы В.

Мы вместе с гинекологом заменили ненужные препараты и нормализовали уровень пролактина. После этого у девушки восстановились менструации.

Есть ещё одна типичная ситуация – с заболеваниями щитовидной железы. Человек, который чувствует себя нормально, сдаёт анализы, видит повышенные антитела к ТПО или тиреоглобулину и пугается. Часто эти

“ ЭТО «РУССКАЯ РУЛЕТКА». МУЖЧИНЫ ДУМАЮТ, ЧТО ПОКУПАЮТ МОЛОДОСТЬ, А ПОЛУЧАЮТ ПОЖИЗНЕННЫЙ КОНВЕЙЕР ИЗ УКОЛОВ И АНАЛИЗОВ. У МЕНЯ БЫЛ ПАЦИЕНТ, КОТОРЫЙ КУПИЛ ТЕСТОСТЕРОН В ИНТЕРНЕТЕ – И УЖЕ НА ТРЕТЬЕМ МЕСЯЦЕ СТОЛКНУЛСЯ СО СГУЩЕНИЕМ КРОВИ, ПОДАВЛЕНИЕМ ФУНКЦИИ ГИПОФИЗА И РИСКОМ ОТРЫВА ТРОМБА.

антитела являются лишь носительством и не требуют лечения. Человек начинает искать информацию в интернете и принимать гормональные препараты. Получает красивую цифру в анализах, но щитовидная железа могла работать самостоятельно.

РАЗ – БАРАШЕК, ДВА – БАРАШЕК

– **Многие сейчас живут с хронически нарушенным сном. Что происходит с организмом человека, который месяцами нормально не высыпается?**

– Сначала возникает тревожность, которую человек часто пытается компенсировать едой, особенно сладким, жирным и углеводистым. Постепенно это приводит к набору веса и нарушениям гормональной системы.

Страдает и репродуктивная функция: у женщин нарушаются овуляторные процессы, у мужчин ухудшается качество спермы.

В результате организм переходит в режим выживания. И если в этот момент появляется дополнительный стресс, например простуда или травма, то ресурсов для восстановления уже не будет хватать. Любое состояние может осложняться вплоть до аутоиммунного заболевания.

– **Иногда человек честно соблюдает все правила отхода ко сну, но не может заснуть до самого утра. Мелатонин не помогает. Как выйти из этого порочного круга?**

– Это может говорить о перевозбуждении нервной системы. Важно разобраться, где нужна помощь эндокринолога, а где –

психолога или психиатра. Если механизм уже запустился, нужно определить причину нарушения сна, а не просто пытаться заглушить симптом.

Когда есть выраженное перевозбуждение и нарушения гормональной регуляции, БАДы типа мелатонина и прочих «сонников» бесполезны.

«РУССКАЯ РУЛЕТКА»

– **К слову, о БАДах. Насколько опасно самостоятельно использовать мужчинам тестостерон ради энергии, мышц, либидо и «омоложения»? Сейчас это популярная добавка.**

– Это «русская рулетка». Я вижу последствия каждую неделю. Мужчины думают, что покупают молодость, а получают пожизненный конвейер из уколов и анализов.

У меня был пациент, 35-летний предприниматель, который купил тестостерон в интернете. Первые два месяца он чувствовал себя прекрасно: выросли мышцы, усилилось либидо. На третьем месяце появились слабость, головные боли, мелькание «мушек» перед глазами. Обследование показало сгущение крови, подавление функции гипофиза и нарушение работы яичек. Грудь увеличилась на два размера и стала болезненной, давление доходило до 160/100, на ЭКГ были тахикардия и экстрасистолы. И самое опасное: на УЗИ обнаружили флотирующий тромб в подколенной вене с высоким риском отрыва. Мы начали экстренное лечение. Через полгода собственная функция яичек восстановилась, но уровень тестостерона остался ниже исходного. Пациенту потребовалась поддерживающая терапия, операция по поводу гинекомастии (увеличения грудных желёз у мужчин. – Ред.) и регулярное наблюдение сосудистого хирурга.

– **Почему произошла такая реакция?**

– Дело в том, что внешний тестостерон подавляет собственную выработку гормона: мозг получает сигнал, что организму больше не нужно производить его самостоятельно. Яички уменьшаются, после отмены уровень тестостерона может оказаться даже ниже исходного. Вторая проблема – сгущение крови. Тестостерон стимулирует образование эритроцитов, а выраженное повышение гематокрита увеличивает риск тромбозов и инсульта. Избыток тестостерона также превращается в эстрадиол. Это может привести к увеличению груди, задержке жидкости, повышению давления и перепадам настроения. Кроме того, тестостерон способен усугублять апноэ сна и создавать дополнительную нагрузку на сердце. Если кажется, что тестостерон снизился, начинать нужно не с уколов, а с обследования и нормализации сна, питания и образа жизни.

– **Какие исследования стоит чаще проводить людям после 30, 40 или 50 лет?**

– После 30 лет я бы обратила внимание на ферритин, трансферрин, витамин D, ТТГ, свободный Т4 и анти-ТПО.

После 40 – расширенный липидный профиль, включая Апо-В и Апо-А1. Исследования кортизола и ДГЭА-С должны назначаться по показаниям, а не просто «для проверки гормонов».

После 50 лет – паратгормон, ионизированный кальций, ИФР-1, альдостерон-рениновое соотношение. Мужчинам – ПСА по возрасту и показаниям, женщинам – ФСГ и эстрадиол в тех случаях, когда это действительно необходимо.

Из универсального – ежегодный контроль гликированного гемоглобина.

ДОРОГОЙ ЭКСПЕРИМЕНТ

– **Какие популярные практики вы бы назвали бесполезными или потенциально опасными?**

– Инъекции NAD+. Пока недостаточно данных об их безопасности. Криотерапия всего тела – это процедура с рисками, при этом убедительных доказательств серьёзного эффекта нет. Пептиды вроде BPC-157 и тимозина остаются экспериментальным направлением. Генетические тесты «на все болезни» тоже часто создают больше тревоги, чем пользы: далеко не каждый выявленный генетический риск означает развитие заболевания.

– **А как вы относитесь к длительным голоданиям ради «аутофагии» и «омоложения»?**

– Для здорового человека нет необходимости голодать по пять дней ради «очистки» клеток. После многодневного голодания я чаще вижу потерю мышечной массы, дефицит питательных веществ и проблемы с желчным пузырём. Чем дольше голодание, тем выше риски.

“ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА НЕТ НЕОБХОДИМОСТИ ГОЛОДАТЬ ПО ПЯТЬ ДНЕЙ РАДИ «ОЧИСТКИ» КЛЕТОК. ПОСЛЕ МНОГОДНЕВНОГО ГОЛОДАНИЯ Я ЧАЩЕ ВИЖУ ПОТЕРЮ МЫШЕЧНОЙ МАССЫ, ДЕФИЦИТ ПИТАТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ И ПРОБЛЕМЫ С ЖЁЛЧНЫМ ПУЗЫРЁМ. ЧЕМ ДОЛЬШЕ ГОЛОДАНИЕ, ТЕМ ВЫШЕ РИСКИ.

– **Холодовые практики, ледяные ванны, сауны, дыхательные техники способны действительно менять гормональное и метаболическое здоровье в долгосрочной перспективе?**

– Не всё так однозначно, как обещает реклама. Холод провоцирует острый гормональный и сосудистый ответ, а польза сауны для сердечно-сосудистой системы подтверждена исследованиями. Но превращать это в обязательный ежедневный ритуал «для омоложения» не нужно. Длительное пребывание в ледяной воде повышает риск аритмий и резких сосудистых реакций. Гипервентиляционные дыхательные техники тоже подходят не всем.

– **Возможно ли вообще сегодня медицинскими методами существенно повлиять на темп старения?**

– Остановить биологические часы мы не можем. Но можем убрать факторы, которые ускоряют старение. В первую очередь это контроль метаболических нарушений, нормальный сон и физическая активность. А вот переливания плазмы молодых людей, NAD+, стволовые клетки и экзосомы для «омоложения» пока не имеют достаточной доказательной базы для здоровых людей.

– **Каких технологий мировой эндокринологии вы хотели бы видеть больше в крымской практике?**

– В первую очередь генетическое тестирование моногенных форм диабета – например, MODY. Особенно у пациентов, у которых диабет развивается в молодом возрасте без ожирения. Это позволяет правильно выбрать лечение и иногда избежать ненужного назначения инсулина.

Ещё одно направление – эластография щитовидной железы. Она помогает оценивать жёсткость узлов и точнее определять, кому действительно нужна пункция.

Перспективны и малоинвазивные методы лечения узловых образований – микроволновая и радиочастотная абляция. В Крыму хотелось бы видеть их гораздо шире.

– **Есть ли направление, которое активно развивается в мире, но вы относитесь к нему скептически?**

– Да. Я называю это «инъекционная эндокринология для здоровых». Например, гормон роста для «омоложения» и сжигания жира. У здоровых взрослых он действительно может увеличить мышечную массу, но убедительного улучшения силы или качества жизни нет, а риски есть.

Вторая история – эпигенетические тесты на «биологический возраст». Я видела пациентов, которые получали результат «реальный возраст 65 лет» при паспортном возрасте 45, впадали в тревогу и начинали покупать NAD+ и другие процедуры. А потом выяснялось, что у человека банально плохой сон и дефицит витамина D. Это псевдонаучный рынок, который очень хорошо зарабатывает на страхе старения.

Диана МАСЛОВА.

Фото Галы АМАРАНДО.

ЗАКОНЫ СЕНТЯБРЯ

Фото: сгенерировано ИИ



СТАВОК БОЛЬШЕ НЕТ!

Самозапрет на ставки, ипотечные каникулы и лекарства с доставкой на село – «Крымская газета» изучила главные законодательные нововведения сентября.

ЛУДОМАНЫ ПОД ЗАЩИТОЙ

С начала осени россияне с игровой зависимостью смогут бесплатно ходить к психиатру-наркологу в государственных клиниках: Минздрав добавил лудоманию в список заболеваний, которые лечат такие врачи. В то же время начнут штрафовать букмекеров, если они нарушат самозапрет клиента на участие в азартных играх. Установить такой запрет граждане смогут с 1 сентября. Для этого надо подать заявление через «Госуслуги». Запрет можно оформить на любой срок, но минимум – на год.

АПТЕКИ НА КОЛЁСАХ

С нового месяца начнётся трёхлетний эксперимент: в селах, где нет обычных аптек, будут работать передвижные аптечные пункты. В них можно будет купить самые нужные лекарства, но не все: не будет препаратов с наркотическими и психотропными веществами, сильнодействующих средств, лекарств с содержанием спирта больше 25% и тех, которые требуют особого хранения.

Участвовать в эксперименте смогут аптеки, которые владеют лицензией на продажу, хранение и перевозку лекарств не меньше трёх лет. Для этого нужно подать заявление в региональный орган власти и получить разрешение от Росздравнадзора.

ЗДЕСЬ ВАМ НЕ СПРАВОЧНАЯ

С 1 сентября меняется порядок выдачи медицинских справок и заключений. Одно из ключевых нововведений: теперь справки смогут запрашивать близкие родственники (дети, родители, братья и сестры, бабушки, дедушки и др.). Пациент сможет выбрать формат документа – бумажный или электронный. Второе важное изменение: справки и заключения будут оформлять строго на основании сведений из медкарты пациента (раньше такого требования не было).

ТКО: КУЧА МАЛА

С сентября по-новому будут считать тарифы на вывоз мусора, чтобы цены были понятнее и зависели от реального объёма отходов.

Главное изменение: тарифы на обработку, обезвреживание, захоронение, энергетическую утилизацию и производство искусственных грунтов из мусора теперь будут устанавливаться с учётом веса отходов.

Раньше методика была менее чёткой, из-за чего возникали раз-

ночтения в ценах. Теперь операторы обязаны вести учёт веса мусора. Если они этого не сделают, то не смогут покрывать свои убытки за счёт повышения тарифов для людей.

БЕЗ ИСПЫТАТЕЛЬНОГО СРОКА

С 1 сентября в Трудовом кодексе появится новое правило: работодателям нельзя будет устанавливать испытательный срок

“С 1 СЕНТЯБРЯ В ТРУДОВОМ КОДЕКСЕ ПОЯВИТСЯ НОВОЕ ПРАВИЛО: РАБОТОДАТЕЛЯМ НЕЛЬЗЯ БУДЕТ УСТАНОВЛИВАТЬ ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК ЖЕНЩИНАМ, У КОТОРЫХ ЕСТЬ ДЕТИ ДО ТРЁХ ЛЕТ. ТАК ВЛАСТИ ХОТЯТ ЗАЩИТИТЬ МОЛОДЫХ МАМ ОТ ДИСКРИМИНАЦИИ ПРИ ПРИЁМЕ НА РАБОТУ

женщинам, у которых есть дети до трёх лет. Так власти хотят защитить молодых мам от дискриминации при приёме на работу.

Раньше испытательный срок использовали, чтобы проверить навыки сотрудника, но нередко это становилось поводом отказать в работе именно матерям. Теперь такой возможности у работодателей не будет.

ИПОТЕЧНЫЕ КАНИКУЛЫ ПО НОВЫМ ПРАВИЛАМ

С 1 сентября меняются правила ипотечных каникул для семей с детьми. Если в семье рождается или усыновляется второй ребёнок или последующие дети, заемщик может один раз взять каникулы сроком до 1,5 года. Первые шесть месяцев платить по кредиту не нужно и проценты не начисляются. А с 7-го месяца проценты будут копиться – их придётся выплатить в конце срока кредита. Чтобы получить каникулы, достаточно предъявить свидетельство о рождении или усыновлении.

А вот в случае рождения или усыновления первенца условия «ипотечных каникул» строже: от-

КОРОТКО

● С 1 сентября организации с оборотом более 120 млн рублей за 2025 год будут обязаны обеспечить возможность приёма платежей в цифровых рублях. Однако открытие цифрового кошелька останется полностью добровольным для граждан.

● С 1 сентября школьникам запретят пользоваться смартфонами во время занятий. Исключение сделают только для экстренных ситуаций. На переменах запрет не действует, но использование гаджетов будет регулировать каждая школа отдельно.

● В сентябре пройдёт Единый день голосования. Если по уважительной причине не можете прийти на избирательный участок: – с 10 по 16 сентября подайте заявление на портале «Госуслуги»,

– с 10 сентября до 14:00 20 сентября обратитесь в участковую избирательную комиссию лично, по телефону или передайте просьбу через родных.

срочку предоставят только на шесть месяцев, к тому же придётся подтвердить снижение дохода не менее чем на 20%, притом что расходы на выплату кредита составляют более 40% от бюджета семьи.

ОТ ЗАРПЛАТЫ ДО QR-ОПЛАТЫ

Россияне с 1 сентября смогут платить в магазинах с помощью универсального QR-кода. Возможность оплачивать товары с помощью нового инструмента появится в магазинах крупных торговых сетей. Как отмечают эксперты, это не новый самостоятельный способ списания денег, а единое «окно», через которое можно выбрать разные способы оплаты, включая Систему быстрых платежей, сервисы банков или рассрочки, а также цифровые рубли. Он позволит и покупателям, и продавцам существенно упростить процесс оплаты без карт и избежать путаницы. Банки и другие операторы по переводу денежных средств должны обеспечить возможность его использования во всех сервисах для онлайн-оплаты.

Ольга НАГОРНАЯ.

Все главные новости Крыма в «Крымской газете»

на одноклассники



КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА



МЫ ПОБЫВАЛИ



Благоустроенная площадка в самом центре села.



Площадка для проведения мероприятий.

УРОЖАЙ ОБНОВЛЕНИЙ

Чему радуются и на что жалуются жители Урожайного Симферопольского района



Новая амбулатория.

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

Марина, местная жительница:

– Освещение по селу сделали, по улицам установили больше мусорных баков. Хотелось бы, чтобы отремонтировали здание Дома культуры и библиотеку, которая располагается в нём. Амбулаторию построили. Магазины новые открываются, вроде как кафе будет – тоже хорошо. Площадь новую в центре сделали, на ней к каждому празднику мероприятия проходят. Придомовые территории привели в порядок, тротуары в центре села, озеленением занимаются... Детскую площадку в центре открыли, по селу есть ещё площадки, но они уже старенькие. Футбольное поле у нас шикарное! Банкомат и аптека в Урожайном есть, хочется, чтобы они были и в Живописном. Транспорт ходит хорошо, даже через второе отделение рейсы делает.

СЛОВАМИ НЕ ОПИСАТЬ

Елена, местная жительница:

– Нужно сделать дорогу в объезд села, потому что все большегрузы ездят через село. И на центральной улице установить «лежащих полицейских». На новых улицах асфальта нет вообще! Центр села очень красивый! Освещение уличное везде сделали. Амбулатория новая, врачи хоро-



Жители нового массива мечтают о хороших дорогах.

шие, но терапевтов не хватает. Дневной стационар есть, но физпроцедуры не делают. Узкие специалисты приезжают по графику. Невозможно даже описать, насколько лучше село стало за эти 12 лет при России!

УЧЁБА В ДВЕ СМЕНЫ

Светлана, местная жительница:

– Дороги в центре асфальтировали, уличное освещение сделали. Тротуары сделали, но только на центральной улице. «Лежащих полицейских» и дорожных знаков не хватает. Газ есть, вода идёт без перебоев. Единственной школы уже мало – нужно строить вторую. Давно уже обещают её построить... Дети учатся в две

смены, и с каждым годом их становится всё больше. В новом микрорайоне пока не благоустроены дороги. В дождь там даже на машинах проехать проблематично.

РЕКИ ПО УЛИЦАМ

Ульвие, пенсионерка:

– В новом микрорайоне нигде нет дорог. Например, на Крымской, когда идёт дождь, так затопливает, что пройти невозможно. С улицы Амет-Хана Султана потоки воды стекают. А по этим улицам дети в школу идут... Из хорошего – сделали уличное освещение. Построили амбулаторию. Школу нам новую нужно: дети уже не помещаются, учатся в две смены. Хотя бы модульную начальную построить... Сколько

лет уже обещают! Детский сад хороший, но места там тоже заканчиваются уже: много людей сюда переезжает.

ВНИМАНИЕ К ЦЕНТРУ

Тамара, продавец:

– Благоустройством центра села плотно занялись. А вот второе отделение пока не попало в фокус их внимания. Дороги, детские площадки – всё требует внимания. В Урожайном стали менять крыши и окна в МКД. В школе ремонт делается силами родителей. Мест в ней не хватает, дети в две смены учатся. Нужно строить вторую школу обязательно.

Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

ПО ДЕЛУ

Галина ШАБАНОВА, председатель Урожайновского сельского совета – глава администрации Урожайновского сельского поселения:

– Самое большое наше достижение – новая модульная амбулатория с современным оборудованием. Мы выделили земельный участок в 30 соток для того, чтобы там была очень хорошая территория с парком. В поселении установлено шесть детских игровых площадок, четыре из которых – в 2025 году. Одна из них по инициативному бюджетированию. Проведены работы по благоустройству придомовых территорий МКД. У нас их семь, плюс общежитие. Нам в 2025 году сделали все территории, подъездные пути к ним заасфальтировали. За этот период было асфальтировано 15 км дорог, построили 6 км тротуаров. 90% улиц имеют уличное освещение. Оба села у нас газифицированы. Но так как у нас были образованы новые семь массивов под ИЖС, то по программе догазификации мы завершаем ещё два – квартал Сокина и улицу Таврическую. Каждый год мы устанавливаем по две-три площадки для сбора ТБО. Сейчас 32 площадки по двум сёлам. Ещё нужно десять, и тогда мы полностью уйдём от подворового сбора. В этом году мы выиграли проект по инициативному бюджетированию и будем делать ограждение кладбища, которое у нас закрыто полностью. Сделали экопарковку возле детского сада. У нас хороший стадион, на котором находится спортивная площадка. В прошлом году заменили покрытие. У нас четыре детские футбольные команды, и они там занимаются. В позапрошлом году, видя, что команды растут и им нужно место для тренировок, заложили новое поле.

ЗАЧЕМ И ПОЧЕМУ?

Бывает, что вас мучит какой-то вопрос, а задать его неудобно. Спросите газету, мы ответим.

ПОЧЕМУ ЛОСОСИ ИДУТ НА НЕРЕСТ ВСЕ СРАЗУ, СТАНОВЯСЬ ОЧЕНЬ УЯЗВИМЫМИ ДЛЯ ХИЩНИКОВ?

На самом деле при такой стратегии размножения для каждой отдельной особи вероятность быть съеденной минимальна. Никакой хищник не может съесть больше лососей, чем вмещает его желудок. Если бы лососи шли на нерест равномерно в течение всего года, хищники, получая обильное питание, могли бы увеличить свою численность. Но ни один вид хищников, способных угрожать взрослым лососям, не может размножиться за две недели или месяц, пока продолжается нерест. И даже если бы мог, весь остальной год выросшему поголовью хищников пришлось бы довольствоваться скудными кормовыми ресурсами. Поэтому чем короче время нереста, тем меньшая доля пришедших на него рыб окажется съеденной. Причём от выедания больше всего страдают те лососи, которые приходят на нерест первыми или последними. Таким образом, естественный отбор постоянно поддерживает максимальную синхронность нереста.

КОГДА ПРИДУМАЛИ ПЕРВЫЙ БУДИЛЬНИК?

Первый будильник был водяным. Его изобрёл ещё за 400 лет до н. э. древнегреческий философ Платон. Он использовал его, чтобы созывать своих учеников на занятия. Клепсидра – так назывался водяной будильник – состояла из двух соединённых между собой сосудов. В верхний наливалась вода и, потихоньку вытекая, вытесняла собой воздух из нижнего сосуда, который устремлялся к присоединённой к сосудам флейте. Услышав звуки флейты, ученики спешили на занятия. В Древнем Китае были изобретены огневые будильники. На палочку, состоящую из смеси смолы и опилок, наносили риски, по которым можно было «выставлять» нужное время. На соответствующую риску на нитке подвешивался грузик, палочку поджигали, и, когда она догорала до нитки, груз падал на металлический поднос. Первый механический будильник собрал в 1787 году американец Леви Хатчинс. Но на нём невозможно было выставлять время звонка. Механизм звонил только в четыре часа. Лишь через 60 лет француз Антуан Радье придумал, как устранить этот недостаток. Усовершенствованный будильник Антуана и стал прародителем для современных механических будильников.

ПОЧЕМУ ЧЕЛОВЕК НЕ МОЖЕТ ВПАСТЬ В СПЯЧКУ?

Обычно животные впадают в спячку, чтобы пережить зимние холода или летнюю засуху, которые характеризуются недостатком пищи. Предкам современных людей, жившим в Африке и не знавшим холодов, удавалось обеспечивать себя пищей круглый год. Хотя с тех пор люди расселились по всей планете, они научились обеспечивать себя едой и теплом и в более суровом климате. Также люди физиологически не приспособлены к глубокой спячке, которая предполагает замедление всех процессов в организме и значительное снижение температуры тела. Находиться в подобном состоянии человек может некоторое время и только под присмотром медиков, но попытки самостоятельно ввести себя в спячку чреваты летальным исходом. Не исключено, однако, что в спячку всё же могли впасть некоторые предки неандертальцев, жившие на территории современной Северной Испании. С таким предположением выступили в 2020 году учёные, проанализировав около 7500 костей, принадлежавших как минимум 29 людям, которые жили примерно полмиллиона лет назад.

Подготовила Мария САВИНА.

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ



фото из архива «Крымской газеты»

В САД – БЕЗ СЛЁЗ

Поход в детский сад – это первый серьёзный шаг маленького человека к будущей самостоятельной жизни. Это первая долгая разлука с мамой и папой, знакомство с чужими взрослыми и детьми. Волнительный период для всех... Важно знать, как к нему подготовиться и что делать. Поговорим про адаптацию.



Татьяна ПАНТЕЛЕЙМОНОВА,
детский психолог.

Если выражаться простыми словами, то адаптация – это приспособление, привыкание к чему-то новому. Ребёнок выходит за рамки обычной домашней жизни и знакомится с новой для себя средой и её правилами (правилами группы, распорядком дня).

Чтобы адаптация проходила легко, ребёнок должен до детского сада уметь говорить на том уровне, чтобы попросить помощи и сказать, что он хочет, одеваться и обуваться (как минимум в летнюю одежду и обувь), пользоваться ложкой и ходить на горшок.

Навыки самообслуживания помогают не нуждаться всё время в воспитателе, который физически не может заниматься всеми детьми одновременно. Если данные умения у ребёнка ещё не сформированы, начинайте потихоньку работать над их развитием. Дальше откладывать уже нельзя.

Облегчить период адаптации у ребёнка можно, заранее познакомив его с детским садом и воспитателем. Расскажите ему в позитивном ключе, что скоро он будет ходить сюда и весело играть. Стоит также узнать режимные моменты в группе и повторять их дома за несколько недель до похода в детский сад. В то же время, что и в садике, принимать пищу, выходить гулять и ложиться на дневной сон.

Не транслируйте в семье ребёнку недоверие к детскому саду, тревогу, что скоро предстоит разлука. Это могут быть разговоры дома при ребёнке или его расспросы после садика с тревогой в голосе. Вы должны как родители показать малышу, что доверяете тем, с кем он остаётся. Если есть какие-то волнения, то обсуждайте их не в присутствии ребёнка.

Расширяйте знакомства малыша на детской площадке – со взрослыми и детьми, чтобы он взаимодействовал с новыми людьми. Учите его играть в сюжетно-ролевые игры. Дети, которые умеют занимать себя сами, лучше адаптируются к детскому саду.

С собой в группу давайте малышу любимую игрушку (желательно не большую), чтобы он не чувствовал себя одиноко. Это будет его связь с домом. Если ребёнок капризничает и не хочет идти в сад, можно сказать, что он

должен отвести эту игрушку и позаботиться о ней. Таким образом вы переключите его внимание на заботу о ком-то, покажете, что он уже большой и сильный. Часто выручает.

Порой родители обманывают ребёнка, говоря, что скоро вернутся, или просят

нужное, чтобы он был особенным для вас.

Оставлять ребёнка первое время стоит не более чем на 2–3 часа и постепенно продлевать, при условии его хорошего самочувствия. Убедите дополнительные стрессовые факторы в первые недели детского сада. У детей и так будет много эмоциональной нагрузки, поэтому следует воздержаться от походов в гости или от их приёма, переездов и т. п.

Распространённой ошибкой является нерегулярное посещение детского сада (за исключением периода болезни). Водить ребёнка нужно регулярно: если это не делать, то каждый раз вы будто начинаете адаптацию заново. Даже после выходных могут быть небольшие откаты в привыкании, и это нормально.

Если адаптация затянулась или протекает тяжело, я рекомендую ни в коем случае не бросать детский сад, а работать в команде – совместно с воспитателем и педагогом-психологом: они видят полную картину ситуации. В сентябре и начале октября педагог-психолог проводит много времени в яслях и младшей группе. Не бойтесь обращаться, спрашивать, как обстоят дела, какие дополнительные рекомендации они могут дать.

Подготовил
Дмитрий ПОЛУЭКТОВ.

“ НЕ ТРАНСЛИРУЙТЕ В СЕМЬЕ РЕБЁНКУ НЕДОВЕРИЕ К ДЕТСКОМУ САДУ, ТРЕВОГУ, ЧТО СКОРО ПРЕДСТОИТ РАЗЛУКА

принести игрушку из группы, а сами убегают в это время. Так не делаем. Момент расставания с мамой или папой облегчит ритуал прощания. Это может быть поцелуй, объятие или рукопожатие, после которого малыш пойдёт в группу. Глав-

29 августа

12:00, «ДОКТОР
МЯСНИКОВ» 12+
«РОССИЯ-1»



30 августа

21:00, «ПОГОНЯ» 16+
ТНТ



31 августа

10:50, «БИТВА ШЕФОВ»
16+
«ПЯТНИЦА!»



Редакция не несёт
ответственности
за возможные изменения
в программе заявленных
мероприятий.

ТВ-ОБЗОР



ФОТО: НТВ.РУ

«ТЫ СУПЕР!» 6+

С 6 сентября, НТВ, 20:20

В эфире канала – премьера юбилейного сезона международного вокального конкурса «Ты супер!» для детей, оставшихся без попечения родителей. Этот сезон будет особенным: на сцену вернутся 48 самых ярких участников прошлых лет. Зрители вновь встретятся с ребятами, покорившими сердца миллионов, и узнают, как изменилась их жизнь после участия в проекте.

В этом году кресла звёздного жюри займут композитор народный артист России Игорь Крутой, певица, лидер рок-группы «Ночные снайперы» Диана Арбенина, а также исполнители Ёлка и Александр Панайотов. Традиционно ведущими проекта выступят Вадим Такменёв и Анастасия Пак.

Игорь Крутой занимает судейское кресло со второго сезона шоу. На протяжении девяти лет маэстро помогает ребятам делать первые шаги на большой сцене. Лидер «Ночных снайперов» Диана Арбенина уже стала неотъемлемой частью жюри: она поддерживала ребят и делилась ценными советами на протяжении шести сезонов конкурса.

Ёлка также поддерживала ребят и оценивала их выступления в первом и четвёртом сезонах, находя для каждого участника нужные слова и помогая справляться с волнением ребят.

Александр Панайотов впервые появился в жюри проекта в седьмом сезоне, когда временно заменил Игоря Крутого. Поэтому юбилейный сезон станет для певца особенным: в этом году он впервые войдёт в постоянный состав жюри «Ты супер!».

В этом году на сцене «Ты супер!» вновь выступят Анастасия Симоганова, Валерия Адлейба, Иван Масленников, Карина Исмаилова, Денберел Ооржак, Виталий Толочкин, Владимир Скрипаль, Юрий Тришин, Роман Дружинин и многие другие яркие герои. Зрители узнают, каких успехов они добились, какие испытания преодолели и чем живут сегодня. А конкурсанты вновь продемонстрируют все грани своего таланта.

ФИЛЬМЫ НА ВЫХОДНЫЕ



«ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНИЮ» 6+

29 августа, СТС, 18:00

Емеля, поймав волшебную Щуку, которая пообещала выполнить три его желания, пустил два из них на ветер, а третье решил приберечь. Поэтому, чтобы добиться руки царской дочери Анфисы, придётся ему действовать без волшебной силы, самому. А помогать ему будет Щука, которая без своей шкурки предстаёт обычной девушкой Василисой. Вместе им предстоит найти скатерть-самобранку, встретиться с котом Баюном, отправиться в мрачное царство Коцея и понять, что настоящее чудо – это быть с тем, кого любишь.



«ДЕЖА ВЮ» 12+

30 августа, ОТР, 19:15

1925 год. Мафия чикагских подпольных в эпоху сухого закона, торговцев спиртным потерпела едва ли не крах из-за предательства Микка Нича. Теперь его должен уничтожить киллер Джонни Поллак, который добирается аж до Одессы, где Микита Ничипорук открыл «великий самогонный путь». Американский киллер, изображая профессора-энтомолога, ищет предателя в кипучем городе и становится... почётным гостем Советской России... Приспешники Микиты объявляют американцу войну, а он даже не подозревает, что попал в сети советских правоохранительных органов...



ФОТО: TNT-ONLINE.RU

«ПОРА НА ЗАВОД» 16+

31 августа, ТНТ, 20:00

Молодой и успешный московский инвестор Вадим умеет рисковать миллионами, но совсем не умеет работать руками. Ради любви к Тане он меняет дорогой костюм на робу. И вот Вадим, никогда не державший в руках даже рубанок, отправляется на Уральский металлургический завод, чтобы заслужить уважение её отца, сурового бригадира Игоря Романовича. Теперь его новый офис – раскалённый цех, а новые коллеги – металлурги, которых красивыми словами не впечатлить. Грубый юмор и неподъёмные физические нагрузки – лишь малая часть испытаний, с которыми он столкнётся.



«ХОЗЯИН МОСКВЫ» 12+

31 августа, Первый канал, 22:00

Первая половина XIX века. В Москву приезжают крепостные Никишины: семнадцатилетний Иван, его отец Терентий, старший брат Василий и сестра Агаша. Терентий хочет выкупить себя и детей, но их помещик продаёт их и имение. Так крепостные остаются в Москве. Иван влюбляется в купеческую дочь Машу Клыкову, но не может жениться, пока он крепостной. Агаша становится актрисой домашнего театра, её соблазняет Павел, сын хозяина. А брат Василий устраивается приказчиком к купцу Клыкову и тоже влюбляется в Машу. Впереди Никишиных ждёт много испытаний, самым грозным из которых оказывается оккупация Москвы Наполеоном...



«МИМИНО» 12+

30 августа, «Мир», 23:45

Провинциальный пилот Валико Мизандари по прозвищу Мимино, что значит «сокол», занимается вертолётными перевозками почты, фруктов, кур, баранов и даже коров в горных районах Грузинской ССР. Однажды встретив в тбилисском аэропорту приятеля по лётному училищу и увидев, на каком великолепном сверхзвуковом самолёте тот летает и в компании каких красавиц-стюардесс работает, Мимино решает изменить свою жизнь и отправляется в Москву подавать документы на переобучение.

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



05:00, 07:50 «Доброе утро» 0+
07:05 «Выборы-2026»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:25 «Модный приговор» 0+
10:15 «Жить здорово!» 16+
11:00, 12:15, 18:30 «Время покажет» 16+
14:00, 17:00, 23:00 «Большая игра» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:05 «Мужское / Женское» 16+
19:50 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
22:00 Т/с «Хозяин Москвы» 12+
00:05 «Время героев» 16+
01:05, 03:05 Подкаст.Лаб 16+



05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:30, 21:10 Вести. Местное время
12:00, 18:00 «60 минут». Ток-шоу 12+
14:30, 02:20, 03:30 Т/с «Тайны следствия» 16+
17:00 «Малахов» 16+
21:30 Т/с «Овчарка. Новые серии» 16+
23:40 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+



06:00 «Вопреки всему» 12+
07:00, 09:00, 12:55, 15:25, 03:55 Новости
07:05, 11:35, 19:15, 21:30, 00:30 Все на Матч! 12+
09:05 «Лица страны. Евгений Климов» 12+
09:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Германия – Кюрасао 6+
12:35 Специальный репортаж 12+
13:00 «Есть тема!» 16+
14:25, 01:30 Футбол. Альфа-Банк. Российская премьер-лига. Обзор тура 6+
15:30 «Громком» 12+
16:55 VI Всемирные игры кочевников. Церемония открытия 6+
19:25 Футбол. Лига Пари. «Спартак» (Кострома) – «Ротор» (Волгоград) 6+
22:20 Футбол. Чемпионат Испании. «Барселона» – «Райо Вальекано» 6+
02:30 II Всероссийская спартакиада. Конкур. Приз Раиса Республики Татарстан 6+
04:00 II Всероссийская спартакиада. Волейбол. Женщины. Финал 6+



05:00, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 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 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Невский. Расплата за справедливость» 16+
00:35 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян 16+
01:10 Т/с «Балабол» 16+



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:45, 06:40, 07:35, 09:30, 09:40, 10:45, 11:55, 04:40 Т/с «Участок» 16+
08:25 «Фирменный рецепт» 12+
13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка 8» 16+
14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка 3» 16+
17:30, 18:20, 19:00, 19:45, 20:40, 21:25, 00:30, 01:15, 02:15, 02:50, 03:25, 04:05 Т/с «След» 16+
00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+



06:30 «Диалоги о животных. Московский зоопарк»
07:20 «Легенды мирового кино»
07:45 Д/ф «Последний парад «Беззаветного»
08:25 Д/с «Первые в мире. Искусственное сердце Демикова»
08:40 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 01:10 XX век. «Татарский сувенир. Альметьевск»
11:50 Д/ф «Предки наших предков. История тюрков. Петроглифы реки Чаган»
12:45 Новости. Подробно. Арт
13:00 Д/ф «Г. Раболо. Усадьба Устиновых»
13:30 Алексей Учитель. Линия жизни
14:20 Х/ф «Прогрулка»
15:50, 01:50 Д/ф «Фабрика кисейных барышень»
17:15 Д/ф «Десять колец Марины Цветаевой»
18:05 Жизнь замечательных идей. «Законы космической моды»
18:45 Д/ф «Сражение за Поднебесную»
19:45 «Главная роль»
20:05 «Правила жизни»
20:30 Линия жизни. Вадим Репин
21:30 Вадим Репин, Иван Рудин и Московский государственный симфонический оркестр
22:15 Т/с «Большая перемена»
23:25 Д/ф «Александр Зиновьев. Зияющие высоты»
00:20 Д/ф «Тайны гробниц древних майя»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние птицы» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 М/с «Беби Борн» 0+
07:40 М/с «Фиксики. Новенькие» 0+
10:30 М/с «Робокор Поли и его друзья» 0+
10:45 М/с «Папозавры» 0+
13:45 М/с «Джи-Джи Бонд. Супергонимик» 6+
14:00 М/с «Инфинити Надо» 6+
14:30 «Навигатор. Новости» 0+
14:40 М/с «Барбоскины» 0+
17:00 М/с «ЛОЛ Сюрпрайз» 6+
17:10 М/с «Ум и Хрум» 0+
19:00 М/с «Сказочный патруль» 0+
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+
21:15 М/с «Лунтики» 0+
23:00 М/с «Фьюжн Макс» 6+
23:20 «Ералаш» 6+
00:55 М/с «Смешарики» 0+
03:25 М/с «Смешарики. Новые приключения» 0+



06:00 «Это сделано в России» 12+
06:10 Х/ф «Внимание, черепахи» 0+
07:30, 20:15 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 20:00 Новости
08:05, 08:35 «Пёстрый мир» 12+
09:05, 09:35, 12:10, 13:10, 18:20 «ОТражение» 12+
10:00 «Выборы-2026. Дебаты»
11:05 Д/ф «Народный артист Федор Шалапин» 12+
11:30 Д/ф «Открывая Россию. Томская область» 12+
15:15 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов» 0+
17:00 «Преодоление. Николай Морозов» 16+
17:40 «Конструкторы будущего» 12+
20:45, 04:20 Х/ф «Монолог» 16+
22:25 Х/ф «Дой» 16+
23:55 Х/ф «Первые на Луне» 12+
01:05 «Моя история. Александр Соколов» 16+
01:45 «ОТражение. Итоги» 12+
02:40 «Большая страна» 12+
03:35 Д/ф «Город и истории» 12+



06:00, 07:40 «Настроение»
07:30, 17:44 «Выборы-2026» 12+
08:10 «Смех, дрожь и видео» 16+
08:40 Т/с «Сельский детектив. Чёрная бабочка» 16+
10:35 Д/ф «Алиса Фрейндлих. Вчера, сегодня и всегда» 16+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50, 03:00 Т/с «Метод уборщицы» 12+
13:45 «Мой герой. Александр Адабашьян» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00 Х/ф «Чистосердечное признание 5» 16+
16:50 Д/ф «Смерть всесоюзной славы» 16+
18:10 Х/ф «Некрасивая подружка. Палата №13» 16+
20:00 Х/ф «Некрасивая подружка. Ключ на дне озера» 16+
22:35 «10 самых. Время перемен. Рекламная пауза» 16+
23:05 «Энак качества» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:30 «Петровка, 38» 16+
00:45 Д/ф «Дорогие товарищи. Побег дипломата» 16+
01:30 Д/ф «Неизвестный Берия» 16+
02:10 Д/ф «Война с Японией. Халхин-Гол» 16+



05:00, 18:00, 01:20, 04:25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+
09:00 «Военная тайна» 16+
11:00 «Как устроен мир» 16+
12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 12» 16+
13:00 «Загадки человечества» 16+
15:00 «Дикий, дикий мир» 16+
17:00, 02:10 «Тайны Чапман» 16+
20:00 «Безумные факты» 16+
21:00 Х/ф «Сорвиголовы» 12+
23:25 Т/с «Крутые меры» 16+



05:00, 11:45, 23:30 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55, 06:45 Мультфильмы на Спасе 0+
06:30, 20:10 «От воскресенья до воскресенья» 6+
07:00 «Простые чудеса» 12+
08:00, 17:00, 23:00, 03:45 «Вечер на Спасе» 0+
08:30 Д/ф «Святые целители. Икона Божией Матери «Всецарица» 0+
09:00 «Церковь и мир» 0+
09:25 «Русский ковчег Яном Таксиром» 12+
10:15 Д/ф «Батюшка Ипполит» 0+
11:55 Д/ф «Иконы-целительницы «Неупиваемая Чаша», «Живоносный источник», «Всецарица». Лики Богородицы» 0+
12:35 «Гробус православия» 12+
13:35 Х/ф «Не хочу быть взрослым» 0+
15:05 Х/ф «Человек родился» 0+
17:30 Х/ф «Я родом из детства» 12+
19:25, 04:15 «Прямая линия. Ответ священника» 12+
20:25 «Бесогон» 18+
21:35, 02:15 Д/ф «Константин Ушинский. Отец русской школы» 0+
22:30 «Поле битвы» 16+
23:40 Д/ф «Икона Божией Матери «Прибавление ума», «Благодатное небо». Лики Богородицы» 0+
00:10 Д/ф «Моя Россия. Традиции образования. Культура нации» 0+
00:40 Д/ф «Санкт-Петербургская духовная академия. Путь к служению» 0+



05:00, 08:55, 04:50 «100 мест, где поест» 16+
06:10 «С лёгким утром!» 16+
07:30 «Просто кухня. Лучшее» 12+
08:30 «Клуб обаятельных животных» 16+
09:25 Х/ф «Любови не бывает?» 16+
11:35 Х/ф «Дикая» 16+
13:50, 14:40 Т/с «Ландыши. Такая нежная любовь» 16+
15:35 Т/с «Ландыши. Вторая весна» 16+
17:55, 20:00, 20:30 Т/с «Гудовы» 16+
21:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» 12+
23:15 Х/ф «1+1» 18+
01:30 Х/ф «Шофёр напрокат» 16+
03:05 Х/ф «Жанна Дюбарри» 16+



06:30, 05:30 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:30, 04:40 «Давай разведёмся» 16+
08:30, 02:55 «Тест на отцовство» 16+
10:45 Д/с «Прости меня» 16+
11:50 Д/с «Беда отведуд» 16+
13:00, 01:30 Д/с «Знахарка» 16+
13:35, 02:00 Д/с «Верну любимого» 16+
14:10, 02:30 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14:45 Х/ф «Слишком близко, слишком больно» 16+
19:00 Х/ф «Сёстры по любви» 16+
23:20 Д/с «Понять. Простить» 16+
00:30 Д/с «Пороча» 16+
04:35 «Одна за всех» 16+



06:00, 05:45 Мультфильмы 0+
08:30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
09:00, 16:00 Т/с «Слепая» 16+
10:00, 15:30 Т/с «Порча» 16+
11:00 Т/с «Гадалка» 16+
18:00 Т/с «Кордон» 16+
20:00 Т/с «Скорая помощь» 16+
00:30 Х/ф «Судья Дредд» 18+
02:00 «Кадони шоу» 16+
02:45 «Экстратакси» 16+
03:15 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:20 «Секреты на кухне» 16+
05:30, 00:50, 04:30 «Пятница News» 16+
05:50 «Запретный Китай» 16+
06:40 «Запретная Индия» 16+
07:40 «Четыре дачи» 16+
10:50, 02:50 «Битва шефов» 16+
23:00 «Выживалити. Наследники» 16+
01:10 Т/с «Комиссар Рекс» 16+



05:25 Х/ф «Небесный тихоход» 12+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 18:00 Новости дня 16+
09:15, 20:50 «Открытый эфир». Ток-шоу 16+
11:00, 13:25, 14:25, 15:05, 17:15 Т/с «Зло» 16+
15:00 Военные новости 16+
18:40 Специальный репортаж 16+
18:55 «По горячим следам» 16+
19:10 «Скрытые угрозы» 16+
22:35 «Между тем» 12+
23:05 Т/с «Война и мир» 12+
02:00 Х/ф «Дом, в котором я живу» 12+
03:35 Т/с «На безымянной высоте» 16+



05:00, 06:15, 10:35 Т/с «Дело было на Кубани» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
10:10 Д/ф «Кыргызстан. Прыжок барса» 16+
13:15 «Мировое соглашение» 16+
14:10 «Дела судебные. Битва за будущее» 16+
15:05, 20:25 «Дела судебные. Новые истории» 16+
16:15, 18:20 «Дела судебные. Яблоко раздора» 16+
18:30 «Дела судебные. Деньги верните!» 16+
21:15 Х/ф «Калина красная» 12+
23:25 Х/ф «Белорусский вокзал» 0+
01:10 Первый Евразийский канал 12+
02:00 «Наше кино. История большой любви» 16+
02:25 Х/ф «Василиса Прекрасная» 0+
03:35 Х/ф «Тахир и Зухра» 0+



07:00, 11:40, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
09:00 «Большой куш» 16+
20:00 Т/с «Пора на завод» 16+
21:00 Т/с «Олдскул» 16+
23:00 Х/ф «Профессионал» 16+
01:10 Х/ф «Садовник» 16+
03:05 Т/с «Однажды в России» 16+
04:55 «Утро TNT» 16+



05:00 События и звезды 16+
05:05 Музитив 16+
06:00 Короли чартов 16+
07:00, 18:20 10 самых! 16+
08:00 Хиты по-русски 16+
08:25, 15:00, 18:00, 21:40 Про-Новости 16+
09:00 Звезды о звездах 16+
10:00, 14:00, 19:00, 00:30 Плейлист. Лето 16+
10:30, 22:00 Топ-30. Народный хит 16+
13:00 Народный микрофон 16+
15:30 Лига свежих клипов 16+
16:00 Звезды с приветом 16+
17:00 Юмор FM чарт 16+
19:45 Кто следующий? 16+
20:40 От пленки до нейронки: мутация клипов 16+
01:00 Золотая лихорадка 16+
03:00 Караокинг 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:45, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15, 01:20 Д/ц «Жизнь замечательных идей» 12+
09:45 Д/ф «Петр Вильяминов. Под завесой тайны» 12+
10:25 Д/ц «Рассекреченная история» 16+
10:50 Д/ф «Их разлучит только смерть» 12+
11:30, 13:15 Т/с «Была любовь» 16+
14:45 «Эпоха в истории» 12+
15:15 Х/ф «Паспорт» 12+
17:15 «Одна на всех» 12+
17:40 «Радус Юга» 16+
18:00, 04:15 «Золото викингов» 12+
18:40, 22:00 Т/с «Такая работа 2» 16+
20:30 Т/с «Заяц, жаренный по-берлински» 12+
23:20, 00:30 Х/ф «Испанская актриса для русского министра» 12+
01:50 Д/ф «Большое дело. Красивые цветы» 12+
02:00 Д/ф «А о Петре ведайте...» 12+
03:30 Д/ф «Георгий Тараторкин. Человек, который был самими собой» 12+
05:00 Д/ц «Вместе по России» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:45, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 20:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 03:15, 12:30, 19:45 Экономика 12+
00:30, 02:30, 04:30, 09:15, 13:15, 16:15, 22:15 Сказано на радио 12+
00:45, 04:45, 10:15, 12:45, 20:45 Эпоха 12+
01:15, 04:15, 05:45, 10:45, 12:15, 14:15, 17:15, 19:30 Интервью 24 12+
01:30 Занавес 16+
02:15, 05:30, 11:20, 16:40 Чрезвычайный Крым. Итоги 16+
02:45 Под сукном 12+
03:30, 06:15, 09:30, 13:30, 17:30 Спорт. Итоги 12+
05:15, 10:30 Парламент 12+
07:00 Утро нового дня 12+
11:45 Игра в классики 16+
14:30 Документальный фильм 12+
15:15 Политотдел 16+
18:15, 21:15 Планета+ 16+
18:20, 23:55 Мнение 24 12+
18:25, 23:50 Спорт 24 12+
18:30, 22:30 Д/ц «Россия XXI век» 12+
19:00 Главное 12+
20:30, 23:45 Чрезвычайный Крым 16+
21:00, 23:30 Новости 24. Севастополь 12+
21:20 Футбол. Live 12+



00:30 Т/с «Мастер охоты на единорога» 16+
02:00, 18:45 «Ватан хатырасы» 12+
00:15, 06:30 «Мирас» 12+
02:30 «Гарих излери» 12+
03:00 «Гек арзум Ватан» 12+
04:00 «Миллет яньгырыай» 6+
06:00 «Диний субет» 12+
07:00 «Мераба, саба!» 6+
09:00 «Ватаным Кырым» 12+
09:30 Д/ф «Один день в городе» 12+
10:00 Д/ф «Моя любовь – Россия! Традиции чаепития» 12+
10:30 «Ватандасы» 12+
10:45 «Хыш сефа» 6+
11:15 М/ф 6+
11:30, 19:30 «Хаберлер» рус. яз. 16+
11:45 Х/ф «Кто следующий, мечта-тели?» 16+
13:15 «Ильхам» 12+
13:30, 17:30, 21:00 «Хаберлер» кр.тат. яз. 16+
13:45 Т/с «Квест» 16+
14:30 Х/ф кр.тат.яз. «Поддержанные львы» 16+
16:15, 21:30 М/ф кр.тат.яз. 0+
16:30 ДЕБАТЫ 16+
18:00 Т/с «Команда Че» 16+
19:00 «Яйла бою» 6+
20:00 Т/с «Крестный» 16+
20:45 «Ватан хатырасы» 12+
21:45 Т/с «Квест» 16+
22:30 Т/с «Свидетели» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00, 8:00, 9:00 Итоги недели 12+
6:30 Слава Севастополя. 12+
6:45 Интервью. 12+
7:00, 10:30 Доброе утро, Севастополь. 12+
8:30 Х/ф Вечная Отечественная. Аты-баты, шли с экрана в бой солдаты. 16+
9:30 Даргавс. Загадки города мертвых. 12+
10:00 Культурная среда. 12+
11:30 Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо. Советское кино 16+
13:30, 15:00, 17:00 Новости 12+
13:45, 15:15, 17:15 Защитники Отечества. 12+
14:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 9с. 16+
15:30 Нобелевские лауреаты. 6с. 16+
16:00 Д/ф Наука и технологии сегодня. 5с. 16+
17:30 Т/с У нас будет ребенок. 6с. 16+
18:30 Акцентные. 12+
18:45 Интервью. 12+
19:00 Скажите честно. 12+
19:30, 21:00, 23:30 Вечерние новости 12+
20:00 Т/с Волная грамота. 7с. 16+
21:30 Х/ф Гагарин. Первый в космосе. 16+
0:00 Полночь на СТБ 12+
0:30 Ночной информационный канал 12+

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



04:55 М/с «Три кота» 6+
05:40 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига» 6+
06:40 «Союзмультфильм» представляет... 6+
07:45 Т/с «Дальнобойщики» 16+
10:40 Т/с «Ментовские войны» 16+
18:00 Т/с «Лютый 2» 16+
22:00 Т/с «А у нас во дворе...» 16+
00:15 Х/ф «Трезвый водитель» 16+
01:55 Х/ф «Завтрак у папы» 12+
03:25 Х/ф «Любовь-морковь» 12+

РОДНОЕ КИНО

00:30 Х/ф «Барышня-крестьянка» 0+
02:55 Х/ф «Небеса обетованные» 0+
05:15 Х/ф «Мужчина в моей голове» 16+
07:30 Х/ф «Особенности национальной охоты» 16+
09:25 Х/ф «ДМБ» 16+
11:00, 16:10, 23:35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
13:50 Х/ф «Пятый элемент» 16+
19:00 Х/ф «Жмурки» 16+
21:05 Х/ф «Узник замка Ифа» 12+

КИНОСВИДАНИЕ

01:35 Х/ф «Сабрина» 12+
04:00 Х/ф «Заснеженная магия» 12+
05:45 Х/ф «Очень плохие мамочки» 18+
07:30 Х/ф «Рождество с бывшей» 16+
09:15 Х/ф «Горничная» 18+
11:45 Х/ф «Мы рождаем!» 16+
13:55 Х/ф «Стриптизерши» 18+
15:50 Х/ф «Мадам Парфюмер» 12

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



05:00, 07:50 «Доброе утро» 0+
07:05 «Выборы-2026»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Но-
вости
09:25 «Модный приговор» 0+
10:15 «Жить здорово!» 16+
11:00, 12:15, 18:30 «Время пока-
жет» 16+
14:00, 17:00, 23:00 «Большая игра»
16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:05 «Мужское / Женское» 16+
19:50 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
22:00 Т/с «Хозяин Москвы» 12+
00:10, 03:05 Подкаст.Лаб 16+



05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00,
03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-
шоу 12+
11:30, 21:10 Вести. Местное время
12:00, 18:00 «60 минут». Ток-шоу
12+
14:30, 02:25, 03:30 Т/с «Тайны след-
ствия» 16+
17:00 «Малахов» 16+
21:30 Т/с «Овчарка. Новые се-
рии» 16+
23:40 «Выборы 2026. Дебаты»
00:55 «Вечер с Владимиром Соло-
вьёвым» 12+



06:00 «Вопреки всему» 12+
07:00, 09:00, 12:55, 15:25, 03:55 Но-
вести
07:05, 11:35, 15:30, 20:00, 22:45 Все
на Матч! 12+
09:05, 12:35 Специальный репор-
таж 12+
09:25 Футбол. «Чемпионат мира-
2026». Нидерланды - Япо-
ния 6+
13:00 «Есть тема!» 16+
14:25 «География спорта. Гатчи-
на» 12+
14:55 «Что за спорт?» 12+
16:00 Футбол. Fonbet Кубок Рос-
сии. «Акрон» (Тольятти) -
«Локомотив» (Москва) 6+
18:15 Футбол. Fonbet Кубок России.
«Факел» (Воронеж) - «Крас-
нодар» 6+
20:30 Футбол. Fonbet Кубок Рос-
сии. «Ростов» (Ростов-на-
Дону) - ЦСКА 6+
00:30 Футбол. Чемпионат Испа-
нии. Обзор тура 6+
01:30 Д/ф «Энди Маррей» 12+
02:30 II Всероссийская спартаки-
ада. Регби-7. Женщины 12+
04:00 Дзюдо. Мировой тур. Тур-
нир «Большого шлема» 12+



04:40, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00,
00:20 Сегодня
13:25 «Чрезвычайное происше-
ствие» 16+
14:00 «Место встречи» 16+
16:45 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Невский. Расплата за
справедливость» 16+
00:35 «Захар Прилепин. Уроки рус-
ского» 16+
01:10 Т/с «Балабол» 16+



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Изве-
стия» 16+
05:25, 05:55, 06:50, 09:30, 09:45,
10:50, 11:55 Т/с «Участок» 16+
07:35 «Стройнадзор» 16+
08:05 «Страна советов» 16+
08:40 «Знание - сила» 12+
13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пя-
тёрка 8» 16+
14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Велико-
лепная пятёрка 3» 16+
17:30, 18:20, 18:55, 19:45, 20:40, 21:25,
00:30, 01:15, 02:00, 02:35,
03:05, 03:35 Т/с «След» 16+
00:00 «Известия. Итоговый вы-
пуск» 16+
04:15 Т/с «Спецотряд «Штурм» 16+



06:30 «Диалоги о животных. Мо-
сковский зоопарк»
07:20 «Легенды мирового кино»
07:50, 18:35, 00:10 Д/ф «Тайны
гробниц древних майя»
08:40 Т/с «Модна Сергеевна»
10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Ново-
сти культуры
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 01:00 XX век. «Урок за уро-
ком»
11:45, 01:35 Д/ф «Доживем до поне-
дельника. Счастье - это ког-
да тебя понимают»
12:45 Новости. Подорожно. Книги
13:00 Больше чем любовь. Ролан
Быков и Елена Санаева
13:40, 22:15 Т/с «Большая пере-
мена»
14:45 Д/с «Слово о словах. Полу-
чить по шапке»
15:00, 02:15 Д/с «Первооткрыва-
тельницы. Юлия Лермон-
това»
15:45 «Сати. Нескучная классика...»
16:30 Д/с «Запечатленное время.
Чудо архитектуры Универ-
ситет на Воробьевых горах»
17:15 Лауреаты II междуна-
родного юношеского
телевизионного конкур-
са музыкантов «Санкт-
Петербургский Олимп». Ге-
оргий Андрианов
18:05 Жизнь замечательных идей.
«Рукотворная эволюция»
19:45 «Главная роль»
20:05 «Правила жизни»
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:45 Д/ф «Дневник сельского
учителя»
21:30 «Белая студия»
23:25 Д/ф «Александр Зиновьев.
Зияющие высоты»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00,
02:30, 03:00, 03:30, 04:00,
04:30, 05:00, 05:30, 06:00,
06:30, 07:00, 07:30, 08:00,
08:30, 09:00, 09:30, 10:00,
10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30,
13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00,
15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30,
18:00, 18:30, 19:00, 19:30,
20:00, 20:30, 21:00, 21:30,
22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК
«Россия 24»



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малы-
ши!» 0+
07:35 «Чик-зарядка» 0+
07:40 М/с «Диксики. Самое вре-
мя!» 0+
10:45 «Парк Турум-Бурум» 0+
11:05 М/с «Команда Флоры. Эко-
патруль» 0+
13:05 М/с «Шаранавты. Герои кос-
моса» 6+
14:30 «Навигатор. Новости» 0+
14:45 М/ф «Трое из Простоква-
шино» 0+
15:05 М/ф «Каникулы в Просток-
вашино» 0+
15:25 М/ф «Летучий корабль» 0+
15:45 М/ф «Вовка в тридевятом
царстве» 0+
16:05 М/с «Барбоскины» 0+
19:00 М/с «Сказочный патруль» 0+
21:00 «Спокойной ночи, малы-
ши!» 0+
21:15 М/с «Оранжевая корова» 0+
23:00 М/с «Фьюжн Макс» 6+
23:20 «Ералаш» 6+
00:55 М/с «Смешарики» 0+
03:25 М/с «Смешарики. Новые
приключения» 0+



06:00 Д/ф «Народный артист Фе-
дор Шалапин» 12+
06:25 Д/ф «Открывая Россию. Том-
ская область» 12+
06:50, 01:00 «Преодоление. Антон
Макаренко» 16+
07:30, 20:15 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00,
10:50, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00,
20:00 Новости
08:05, 08:35 «Пёстрый мир» 12+
09:05, 09:35, 10:05, 12:10, 13:10, 18:20
«ОТражение» 12+
11:00 Д/ф «Разведчик от науки.
Петр Козлов» 12+
11:30 Д/ф «Открывая Россию. Ре-
спублика Карелия» 12+
15:15 Х/ф «Ключ без права пере-
дачи» 0+
17:00 «Ректорат» 12+
17:40 Специальный репортаж 12+
20:45 Х/ф «Дорогая Елена Серге-
евна» 12+
22:15, 04:15 Х/ф «Униженные и
оскорбленные» 12+
00:00 Д/ф «Кино эпохи пере-
мен» 16+
01:40 «ОТражение. Итоги» 12+
02:35 «Большая страна» 12+
03:25 Д/ф «Город с историей» 12+



06:00, 07:40 «Настроение»
07:30, 16:54 «Выборы-2026» 12+
08:10 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Сельский детектив.
Кошки, опасные для жиз-
ни» 16+
10:35 Д/ф «Владимир Высоцкий.
Последние гастроли» 16+
11:30, 14:30, 17:55, 22:00 События 16+
11:50, 03:00 Т/с «Метод уборщи-
цы» 12+
13:45 «Мой герой. Ольга Богдано-
ва» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00 Х/ф «Чистосердечное при-
звание 5» 16+
17:00 «Выборы-2026» Дебаты 12+
18:10 Х/ф «Некрасивая подружка.
Половина сердца» 16+
20:05 Х/ф «Некрасивая подруж-
ка. Похудей или умри» 16+
22:35 «Закон и порядок» 16+
23:05 Д/ф «Звёзды. Модный при-
говор» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:30 «Петровка, 38» 16+
00:45 Д/ф «Следствие ведёт КГБ.
Операция «Набат» 16+
01:30 «Прощание. Вячеслав До-
брынин» 16+
02:15 Д/ф «Война с Японией. На
солках Маньчжурии» 16+
04:40 Д/с «Актерские судьбы.
Алексей Локтев и Светла-
на Савёлова» 16+
05:15 Д/с «Назад в СССР. Кто не ра-
ботает, тот не ест» 16+



05:00, 18:00, 01:20, 04:25 «Самые
шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Но-
вести 16+
09:00 «Военная тайна» 16+
10:00 «Совбез» 16+
11:00 «Как устроен мир» 16+
12:00, 16:00, 19:00 «Информацион-
ная программа 112» 16+
13:00 «Загадки человечества» 16+
14:00 «Невероятно интересные
истории» 16+
15:00 «Легенды и мифы» 16+
17:00, 02:10 «Тайны Чапман» 16+
20:00 «100 вопросов обо всем» 16+
21:00 Х/ф «Честный вор» 16+
23:25 Т/с «Крутые меры» 16+



05:00, 00:00 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55, 06:45 Мультфильмы на Спа-
се 0+
06:30, 20:10 «От воскресенья до
воскресенья» 6+
07:00 «Простые чудеса» 12+
08:00, 17:00, 23:00, 03:20 «Вечер на
спасе» 0+
08:30 Д/ф «От подъёма до от-
боя...» 0+
08:45 Д/ф «Санкт-Петербургская
духовная академия. Путь к
служению» 0+
09:25 Д/ф «Донская икона Божи-
ей Матери. Лики Богороди-
цы» 0+
10:00 «Божественная литургия» 0+
12:30 «Лобуз православия» 12+
13:25 Х/ф «Отпуск, который не со-
стоялся» 6+
15:00 Х/ф «В добрый час!» 0+
17:30 Х/ф «Сохранить город» 0+
19:30, 04:15 «Прямая линия. Ответ
священника» 12+
20:25 «Бесогон» 18+
21:35, 01:45 Д/ф «Беслан. Запо-
нить то, что хочется за-
быть» 12+
22:30 «Поле битвы» 16+
00:10 Д/ф «Непобедимая побе-
да» 0+
01:05 Д/ф «Полковой священник,
гвардии капеллан. Путь ар-
хистратига» 0+
02:30 «Во что мы верим» 0+



05:00, 08:55, 04:10 «100 мест, где
поеть» 16+
06:10 «С лёгким утром!» 16+
07:30 «ПРОСТО кухня. Лучшее» 12+
08:30 «Клуб обаятельных живот-
ных» 16+
10:00 Х/ф «Укол зонтиком» 16+
12:00 Х/ф «Красотки» 16+
13:55 Т/с «Ландыши. Вторая вес-
на» 16+
17:55, 20:00, 20:30 Т/с «Гудовы» 16+
21:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс.
Миссия «Клеопатра» 12+
23:10 Х/ф «Холоп из Парижа» 16+
01:25 Х/ф «Залёт» 18+
02:40 Х/ф «Пляжная вечерин-
ка» 18+



06:30, 05:30 «По делам несовер-
шеннолетних» 16+
07:25, 04:40 «Давай разведём-
ся!» 16+
08:25, 02:20 «Тест на отцовство» 16+
10:40 Д/с «Прости меня» 16+
11:45 Д/с «Беду отведу» 16+
12:55, 01:00 Д/с «Знахарка» 16+
13:30, 01:25 Д/с «Верну любимого»
16+
14:05, 01:55 Д/с «Голоса ушедших
душ» 16+
14:40 Х/ф «На реке» 16+
19:00 Х/ф «Взятка» 16+
23:00 Д/с «Понять. Простить» 16+
00:00 Д/с «Порча» 16+
04:00 «Одна за всех» 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 0+
08:30 М/с «Леди Баг и Супер-
Кот» 6+
09:00, 16:00 Т/с «Слепая» 16+
10:00, 15:30 Т/с «Порча» 16+
11:00 Т/с «Гадалка» 16+
18:00 Т/с «Кордон» 16+
20:00 Т/с «Скорая помощь» 16+
00:45 Х/ф «Миссия ассасина» 18+
02:00 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:25 «Секреты на кух-
не» 16+
05:50, 00:50, 04:30 «Пятница
News» 16+
06:20 «Запретный Китай» 16+
07:10 «Запретная Индия» 16+
08:10 «Четыре дачи» 16+
11:20 «Молодые ножи» 16+
14:00 «Чёрный список. На кух-
не» 16+
19:00 «Осторожно, покрашено!»
16+
20:00 «Новый Ревизорро» 16+
21:00, 02:50 «Битва шефов» 16+
23:00 «Выжили. Наследни-
ки» 16+
01:20 Т/с «Коммиссар Рекс» 16+



05:10 Т/с «На безымянной высо-
те» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 18:00 Новости
дня 16+
09:15, 20:50 «Открытый эфир». Ток-
шоу 16+
11:00, 13:25, 14:25, 15:05, 17:15 Т/с
«Зло» 16+
15:00 Военные новости 16+
18:40 Специальный репортаж 16+
18:55 «По горячим следам» 16+
19:10 «Улика из прошлого» 16+
22:35 «Между тем» 12+
23:05 Т/с «Война и мир» 12+
02:35 Х/ф «Морской охотник» 12+
03:45 Т/с «СМЕРШ. Легенда для
предателя» 16+



05:00 Д/с «Понять. Простить» 16+
05:50, 06:15 Х/ф «Кин-дза-дза!» 0+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вме-
сте каждый день 16+
08:35, 10:35 Х/ф «Осенний мара-
фон» 12+
10:10 Д/ф «Узбекистан. Жемчу-
жина Шелкового пути» 16+
11:05 Х/ф «За спичками» 16+
13:15 «Мировое соглашение» 16+
14:10 «Дела судебные. Битва за бу-
дущее» 16+
15:05, 20:25 «Дела судебные. Но-
вые истории» 16+
16:15, 18:20 «Дела судебные. Ябло-
ко раздора» 16+
18:30 «Дела судебные. Деньги вер-
ните!» 16+
21:15 Х/ф «Белое солнце пусты-
ни» 0+
23:00 Х/ф «Ты-мне, я-тебе» 12+
00:35, 01:45 «Наше кино. История
большой любви» 16+
01:00 Первый Евразийский ка-
нал 12+
02:10 Х/ф «Близнецы» 0+
03:30 Х/ф «Член правительства»
12+



07:00, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
19:00 Т/с «Пора на завод» 16+
21:00 Т/с «Олдскул» 16+
23:00 Х/ф «Новая теща» 18+
00:55 Х/ф «Линкольн для адво-
ката» 16+
02:55 Т/с «Однажды в России» 16+
05:00 «Утро ТНТ» 16+



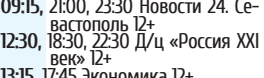
05:00 События и звезды 16+
05:05 Музтив 16+
06:10 Муз-ТВ чарт 16+
07:00 Звезды на утро 16+
08:00, 12:00, 01:00 Хиты по-русски
16+
08:40, 15:00, 18:00, 21:40 Про-
Новости 16+
09:00 Top-15 Like FM 16+
10:00 #ЯнаМузТВ 16+
11:00, 14:00, 19:00 Плейлист | Осень
16+
11:30, 18:20 10 самых! 16+
13:00 Угадай первоклассника 16+
15:20 В десятку! 16+
16:00 Народный микрофон 16+
17:00 Русский чарт 16+
19:45 Кто следующий? 16+
20:40 Серийный... Фанат. За-
чем stalkеры преследуют
звезд? 16+
22:00 Короли чартов 16+
23:00 Лихие хиты 16+
00:00 Наше 16+
03:00 Золотая лихорадка 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00,
20:00, 00:00, 03:00 Ново-
сти 24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15 М/ф «Белка и Стелка.
Звездные собаки» 6+
10:40 Д/ф «А о Петре ведайте...» 12+
11:30, 13:15 Т/с «Была любовь» 16+
14:45 Д/ф «Непопчатый край» 12+
15:15, 20:30 Т/с «Заяц, жаренный
по-берлински» 12+
16:45 «Клуб Шико» 12+
17:10 «АГОНИМЫ» 12+
17:40 «Мне только проспирить» 12+
18:20 «PROбуи» 12+
18:40, 22:00 Т/с «Такая работа
2» 16+
23:20 Д/ф «Георгий Тараторкин.
Человек, который был са-
мым собой» 12+
00:30 Д/ц «Возвращение. Виктор
Горн» 12+
00:50 Д/ц «Рассекреченная исто-
рия» 16+
01:20 Д/ц «Жизнь замечательных
идей» 12+
01:50 Д/ц «По делу. Как открыть
свою пекарню» 12+
02:00 Д/ф «Коды Курчатова» 12+
03:30 Д/ф «Алексей Жарков. Эф-
фек бабочки» 12+
04:15 «Золото викингов» 12+
05:00 Д/ц «Вместе по России» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00,
05:00, 06:00, 06:30, 09:00,
10:00, 11:00, 12:00, 13:00,
14:00, 15:00, 16:00, 17:00,
18:00, 20:00, 22:00, 23:00 Но-
вести 24 12+
00:15, 03:30, 13:30, 19:00, 21:20 Глав-
ное 12+
00:45, 17:30, 20:45 Эпоха 12+
01:15, 10:45, 14:15, 17:15, 19:30 Интер-
вью 24 12+
01:30, 09:30, 16:30 Футбол. Live 12+
02:15, 10:25, 12:15, 18:15, 21:15 Плана-
та 16+
02:25, 06:20, 10:20, 12:25, 14:35, 18:25,
23:50 Спорт 24 12+
02:30, 05:30 Д/ф «Крым индустри-
альных» 12+
04:15, 11:15, 15:15 ПолитОтдел 16+
05:15, 10:30, 14:45, 16:15, 22:15 Сказа-
но на радио 12+
06:15, 10:15, 14:30, 20:30, 23:45 Чрез-
вычайный Крым 16+
06:25, 12:20, 14:40, 18:20, 23:55 Мне-
ние 24 12+
07:00 Утро нового дня 12+
09:15, 21:00, 23:30 Новости 24. Се-
вастополь 12+
12:30, 18:30, 22:30 Д/ц «Россия XXI
век» 12+
13:15, 17:45 Экономика 12+
19:45 Игра в классики 16+



00.10 Т/с «Команда Чех» 16+
01.00 Т/с «Крестный» 16+
01.45 «Ватандаш» 12+
02.00 «Юрт нефеси» 12+
02.30, 05.30, 13.30, 17.30, 21.00 «Ха-
берлер» кр.тат.яз. 16+
03.00, 07.00 «Мераба, саба! 6+
04.45 «Мирас» 12+
05.00 «Тарих излери» 12+
06.00 «Хызмет ве берекет» 12+
06.30, 11.30, 19.30 «Хаберлер» рус.
яз. 16+
09.00 Х/ф кр.тат.яз. «Подержан-
ные львы» 16+
10.45 «Ватан хатырасы» 12+
11.00 Д/ф «Моя любовь» Россия!
Традиция чапиптия» 12+
11.45 «Гек арзум Ватан» 12+
12.45 Д/ф «Просто физика» 12+
13.15 «Ватандаш» 12+
13.45 Т/с «Квест» 16+
14.30 Х/ф кр.тат.яз. «Один пре-
красный день» 16+
16.15 «Крымские клады» 12+
16.30, 21.30 М/ф кр.тат.яз. 0+
16.45 Т/с «Команда Чех» 16+
17.45 «Яйла бою» 6+
18.15 «Ватаным Кырым» 12+
18.45 «Ватандаш» 12+
19.00 «Ватан хатырасы» 12+
19.15 «Лыльхам» 12+
20.00 Т/с «Сердце не обманет,
сердце не предаст» 16+
21.45 Т/с «Квест» 16+
22.30 Т/с «Дом на набережной» 16+
23.20 Т/с «Обручальное коль-
цо» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севасто-
поля 0+
6:00, 9:00, 15:00, 17:00 Новости 12+
6:30, 10:00 Скажите честно. 12+
7:00, 10:30 Доброе утро, Севасто-
поль. 12+
8:00 Т/с Преступление. 2 сезон.
9 с 16+
9:30 Д/ф 90-е. 1 с 12+
11:30 Т/с Волная грамота. 17 с 16+
12:30 Интервью. 12+
13:00 Выборы-2026. Теледеба-
ты 12+
13:40, 15:15, 17:15, 18:30 Защитник Се-
вастополя вместе. 12+
14:00 Т/с Преступление. 2 сезон.
10 с 16+
15:30 Вместе с наукой. 1 с 12+
16:00 Нобелевские лауреаты. 7 с 16+
17:30 Т/с У вас будет ребенок. 7 с 16+
18:45 Интервью. 12+
19:00 Город Героев. 12+
19:30, 21:00 Вечерние новости 12+
20:00 Т/с Волная грамота. 18 с 16+
21:30 Х/ф Большая свадьба. 16

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



05:00, 07:50 «Доброе утро» 0+
07:05 «Выборы-2026»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:25 «Модный приговор» 0+
10:15 «Жить здорово!» 16+
11:00, 12:15, 18:30 «Время покажет» 16+
14:00, 17:00, 23:00 «Большая игра» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:05 «Мужское / Женское» 16+
19:50 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
22:00 Т/с «Хозяин Москвы» 12+
00:10, 03:05 Подкаст.Лаб 16+



05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:30, 21:10 Вести. Местное время
12:00, 18:00 «60 минут». Ток-шоу 12+
14:30, 02:25, 03:30 Т/с «Тайны следствия» 16+
17:00 «Малахов» 16+
21:30 Т/с «Овчарка. Новые серии» 16+
23:40 «Выборы-2026. Дебаты»
00:55 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+



06:00 «Вопреки всему» 12+
07:00, 09:00, 12:55, 15:25, 03:55 Новости
07:05, 11:35, 15:30, 23:00 Все на Матч! 12+
09:05, 12:35 Специальный репортаж 12+
09:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Кот-д'Ивуар – Эквадор 6+
13:00 «Есть тема!» 16+
14:25 «География спорта. Ногинск» 12+
14:55 «Что за спорт?» 12+
16:00 Футбол. Fonbet Кубок России. «Оренбург» – «Рубин» (Казань) 6+
18:15 Футбол. Fonbet Кубок России. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Динамо» (Махачкала) 6+
20:30 Футбол. Fonbet Кубок России. «Спартак» (Москва) – «Родина» (Москва) 6+
00:30 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура 6+
01:30 Д/ф «Рафаэль Надаль» 12+
02:30 Триатлон. Мировая серия. Женщины 6+
04:00 Джюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема» 12+



04:45, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 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 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Невский. Расплата за справедливость» 16+
00:35 «Мы и наука. Наука и мы» 12+
01:45 Т/с «Балабол» 16+



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 07:00, 07:55, 09:30, 10:00, 11:00, 12:00, 04:15 Т/с «Спецотряд «Штурм» 16+
08:25 «Стройнадзор» 16+
13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка 8» 16+
14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка 3» 16+
17:30, 18:20, 19:05, 19:45, 20:35, 21:25, 00:30, 01:15, 02:00, 02:40, 03:10, 03:40 Т/с «След» 16+
00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+



06:30 «Диалоги о животных. Московский зоопарк»
07:20 «Легенды мирового кино»
07:50, 18:35 Д/ф «Тайны гробниц древних майя»
08:40 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 01:05 ХХ век. «Очевидное – невероятное. Бермудский треугольник»
12:15 Д/с «Первые в мире. Лампа Лодыгина»
12:45 Новости. Подробно. Кино
13:00 Больше чем любовь. Евгений и Ванда Леоновы
13:40, 22:15 Т/с «Большая перемена»
15:00, 02:15 Д/с «Первооткрыватели. Надежда Ладыгина-Котс»
15:45 «2 Верник 2»
16:30 «Библейский сюжет»
17:15 Лауреаты II международного юношеского телевизионного конкурса музыкантов «Санкт-Петербургский Олимп». Александр Дегазюк
18:05 Жизнь замечательных идей. «Позитивно-эмиссионная томография»
19:45 «Главная роль»
20:05 «Правила жизни»
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 «Абсолютный слух»
21:30 Д/ф «Евгений Леонов. Все-народный артист»
23:25 Д/ф «Александр Зиновьев. Зияющие высоты»
00:10 Д/ф «Экспедиция в Петру. По дороге благоволий»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние птицы» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 «Чик-зарядка» 0+
07:40 М/с «Фиксики. Новенькие» 0+
10:30 М/с «Робокар Поли и его друзья» 0+
10:45 «Всё, что вы хотели знать!» 6+
11:15 М/с «Лапозавры» 0+
13:45 М/с «Джи-Джи Бонд. Супергонимки» 6+
14:00 М/с «Инфинити Надо» 6+
14:30 «Навигатор. Новости» 0+
14:40 М/с «Простоквашино» 0+
17:00 М/с «ЛОЛ Сюрпрайз» 6+
17:10 М/с «Мастер Витя и Мотор» 0+
19:00 М/с «Сказочный патруль» 0+
20:20 М/с «Крошки» 0+
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+
21:15 М/с «Оранжевая корова» 0+
23:00 М/с «Фьюжн Макс» 6+
23:20 «Ералаш» 6+
00:55 М/с «Смешарики» 0+
03:25 М/с «Смешарики. Новые приключения» 0+



06:00 Д/ф «Разведчик от науки. Петр Козлов» 12+
06:25 Д/ф «Открывая Россию. Республика Карелия» 12+
06:50, 01:00 «Очень личное с Виктором Лошаком» 16+
07:30, 20:15 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 20:00 Новости
08:05, 08:35 «Пёстрый мир» 12+
09:05, 09:35, 12:10, 13:10, 18:20 «ОТ-Ражение» 12+
10:00 «Выборы-2026. Дебаты»
11:05 Д/ф «Вперёдсмотрящий. Академик Жорес Алфёров» 12+
11:30 Д/ф «Открывая Россию. Липецкая область» 12+
15:15 Х/ф «Дорогая Елена Сергеевна» 12+
17:00 «Отчий дом» 12+
17:15 «Человек и судьба» 16+
17:40 «Песня остаётся с человеком» 12+
20:45 Х/ф «Тень» 16+
22:15, 04:20 Х/ф «За спичками» 12+
23:55 Д/ф «Монета страны Малави» 16+
01:40 «ОТРажение. Итоги» 12+
02:35 «Большая страна» 12+
03:30 Д/ф «Город с историей» 12+



06:00, 07:40 «Настроение»
07:30, 16:54 «Выборы-2026» 12+
08:15 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Сельский детектив. Крыло ворона» 16+
10:35 Д/ф «Евгений Леонов. Зигзаги удач» 16+
11:30, 14:30, 17:55, 22:00 События 16+
11:50, 03:05 Т/с «Метод уборщицы» 12+
13:45 «Мой герой. Алексей Немов» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00 Х/ф «Сыщики» 16+
17:00 «Выборы-2026. Дебаты 12+
18:10 Х/ф «Некрасивая подружка. Ищите женщину» 16+
20:05 Х/ф «Некрасивая подружка. Тайна кольца» 16+
22:35 «Хватит слухов!» 16+
23:05 «Хроники московского быта. Семь миллионов алиментщиков» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:30 «Петровка, 38» 16+
00:45 Д/ф «Настоящий детектив. Чаепитие с убийцей» 16+
01:30 «Девяностые. Звёздные разводы» 16+
02:15 «Знак качества» 16+
04:45 Д/с «Актерские судьбы. Людмила Марченко и Валентин Зубов» 16+
05:15 Д/с «Назад в СССР. Партия – наш рулевой» 16+



05:00, 18:00, 01:15, 04:20 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+
09:00 Документальный спецпроект 16+
10:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+
11:00 «Как устроен мир» 16+
12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 12» 16+
13:00 «Загадки человечества» 16+
14:00 «Невероятно интересные истории» 16+
15:00 «Момент в истории» 16+
17:00, 02:05 «Тайны Чапман» 16+
20:00 «Дикий, дикий мир» 16+
20:45 Х/ф «Преступники» 18+
23:25 Т/с «Крутые меры» 16+



05:00, 11:55, 00:00 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55, 06:45 Мультфильмы на Спасе 0+
06:30, 20:10 «От воскресенья до воскресенья» 6+
07:00 «Простые чудеса» 12+
08:00, 17:00, 23:00, 03:20 «Вечер на Спасе» 0+
09:05 «Метанойя. Зависть в истории человечества» 12+
10:20 Д/ф «Беслан. Запомнить то, что хочется забыть» 12+
11:20 Д/ф «Иеромонах Серафим Роуз. Проповедники» 0+
12:05, 19:20, 04:15 «Прямая линия. Ответ священника» 12+
12:45 «Глобус православия» 12+
13:40 Х/ф «Сохранить город» 0+
15:40 Х/ф «В поисках капитана Гранта. С Жюлем Верном вокруг света» 6+
17:30 Х/ф «Когда наступает сентябрь» 0+
20:25 «Бесогон» 18+
21:35, 01:50 «Крест». Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым 0+
22:30 «Поле битвы» 16+
00:10 Д/ф «Эзотика. Завещание донецкого старца» 0+
01:35 Д/ф «Якутская духовная семинария» 0+
02:30 «Во что мы верим» 0+



05:00, 08:55 «100 мест, где поест» 16+
06:10 «С лёгким утром!» 16+
07:30 «Просто кухня. Лучшее» 12+
08:30 «Клуб обаятельных животных» 16+
10:05 Х/ф «Два мира» 12+
12:05 Х/ф «Холоп из Парижа» 16+
14:25 Т/с «Ландыши. Вторая весна» 16+
17:55, 20:00, 20:30 Т/с «Гудовы» 16+
21:00 Х/ф «Удача Логана» 16+
23:25 Х/ф «Наследник» 16+
01:45 Х/ф «Эксперимент «Ведьма» 18+
03:50 М/ф «Домовята. Навстречу приключениям» 6+



06:30, 05:30 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:25, 04:40 «Давай разведёмся!» 16+
08:25, 02:20 «Тест на отцовство» 16+
10:40 Д/с «Прости меня» 16+
11:45 Д/с «Белый отвед» 16+
12:55, 01:00 Д/с «Знахарка» 16+
13:30, 01:25 Д/с «Верну любимого» 16+
14:05, 01:55 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14:40 Х/ф «Отверженная» 16+
19:00 Х/ф «Одна ночь и вся жизнь» 16+
23:00 Д/с «Понять. Простить» 16+
00:00 Д/с «Понять. Простить» 16+
04:00 «Одна за всех» 16+



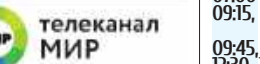
06:00, 05:30 Мультфильмы 0+
08:30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
09:00, 16:00 Т/с «Слепая» 16+
10:00, 15:30 Т/с «Порча» 16+
11:00 Т/с «Гадалка» 16+
18:00 Т/с «Кордон» 16+
20:00 Т/с «Скорая помощь» 16+
00:30 Х/ф «Эффект парадокса» 18+
02:00 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:20 «Секреты на кухне» 16+
05:40, 01:10, 04:30 «Пятница News» 16+
06:00 «Запретный Китай» 16+
06:50 «Прекрасное далеко. Дубай» 16+
08:50 «Четыре дачи» 16+
11:50, 19:00 «Адский шеф» 16+
14:50, 03:10, 04:25 «Битва шефов» 16+
01:30 Т/с «Комиссар Рекс» 16+



05:15 Т/с «СМЕРШ. Легенда для предателя» 16+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 18:00 Новости дня 16+
09:15, 20:50 «Открытый эфир». Ток-шоу 16+
12:10, 13:25, 15:05, 17:15 Т/с «Без права на ошибку» 16+
15:00 Военные новости 16+
18:40 Специальный репортаж 16+
18:55 «По горячим следам» 16+
19:10 Д/с «Секретные материалы» 16+
22:35 «Между тем» 12+
23:05 Т/с «Война и мир» 12+
01:10 Х/ф «Отцы и деды» 12+
02:30 Х/ф «Добровольцы» 12+
04:05 Х/ф «Два бойца» 12+
05:20 Д/с «Москва – фронту» 16+



05:00 Х/ф «Член правительства» 12+
05:10 Д/с «Понять. Простить» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
06:15, 01:50 «Наше кино. История большой любви» 16+
07:05, 10:10 Т/с «Вольф Мессинг. Видевший сквозь время» 12+
13:15 «Мировое соглашение» 16+
14:10 «Дела судебные. Битва за будущее» 16+
15:05, 20:25 «Дела судебные. Новые истории» 16+
16:15, 18:20 «Дела судебные. Яблоко раздора» 16+
18:30 «Дела судебные. Деньги верните!» 16+
21:15 Х/ф «Жестокий романс» 12+
00:10 «Наше кино. История большой любви. К 100-летию Евгения Леонова» 16+
01:00 Первый Евразийский канал 12+
02:15 Х/ф «Аршин Мал Алан» 12+
03:45 Х/ф «Парень из нашего города» 0+



07:00, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
19:00 Т/с «Пора на завод» 16+
21:00 Т/с «Олдскул» 16+
23:00 Х/ф «Мальдивы подождут» 16+
00:50 Х/ф «Сердцеёдки» 16+
02:50 Т/с «Однажды в России» 16+
05:00 «Утро TNT» 16+



05:00 События и звезды 16+
05:05 Музтив 16+
06:10 У-Дачный чарт 16+
07:00 «ЯнаМузТВ» 16+
08:05 Teen чарт 16+
08:40, 15:00, 18:00, 21:40 Про-Новости 16+
09:00 Тор чарт Европы плюс 16+
10:00, 14:00, 19:00, 00:00 Плейлист 1 Осень 16+
11:00, 22:00 Топ-30. Русский плейлист недели 16+
13:00 Лихие хиты 16+
15:20 В десятку! 16+
16:00 Моя Волна 16+
17:00 Яндекс. Музыка чарт 16+
18:20 Хит-сториз 16+
19:45 Кто следующий? 16+
20:40 Пельменей мне, пельменей! Почему иностранцы рвутся в Россию? 16+
01:00 Золотая лихорадка 16+
03:00 Каракинг 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15 М/ф «Белка и Стелка. Карлибская тайна» 6+
10:35 Д/ф «Коды Курчатова» 12+
11:30 Т/с «Была любовь» 16+
13:15 Т/с «Дорогой мой человек» 16+
14:45 Д/ф «Большое дело. Красиветмет» 12+
15:15, 20:30 Т/с «Заяц, жаренный по-берлински» 12+
16:45 «Крымский андеграунд» 12+
17:10 «Любимое/не/любимое» 12+
17:45 «Одна на всех» 12+
18:10 «Эпоха в истории» 12+
18:25 «Клуб Шик» 12+
18:40, 22:00 Т/с «Такая работа 2» 16+
23:20 Д/ф «Алексей Жарков. Эффект бабочки» 12+
00:30 «Градус Юга» 16+
00:50, 05:00 Д/с «Вместе по России» 12+
01:20 Д/с «Жизнь замечательных идей» 12+
01:50 Д/с «Рассекреченная история» 16+
02:15 Д/ф «Магия экрана. Экстрасенсы из телевизора» 12+
03:30 Д/ф «Побег сквозь железный занавес» 12+
04:15 «Золото викингов» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 18:00, 20:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 03:30, 13:00, 19:00, 21:20 Главное 12+
00:45, 09:30, 13:15 Эпоха 12+
01:15, 05:15, 10:45, 14:15, 19:30, 20:45 Интервью 24 12+
01:30, 06:15, 10:15, 14:30, 20:30, 23:45 Чрезвычайный Крым 16+
01:35, 06:25, 12:20, 14:40, 18:20, 23:55 Мнение 24 12+
01:45, 10:30, 14:45, 16:15, 22:15 Сказано на радио 12+
02:15, 10:25, 12:15, 18:15, 21:15 Планета 16+
02:25, 06:20, 12:20, 12:25, 14:35, 18:25, 23:50 Спорт 24 12+
02:30, 05:30 Д/ф «Исследователь морского дна» 12+
04:15, 11:15, 15:15 ПолитОтдел 16+
07:00 Утро нового дня 12+
09:15, 21:00, 23:30 Новости 24. Севастополь 12+
09:45, 19:45 Экономика 12+
12:30, 18:30, 22:30 Д/с «Россия XXI век» 12+
16:30 Предвыборная агитация 12+



00:10 Т/с «Команда Че» 16+
01:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
01:45 «Ватан хатырасы» 12+
02:00 «Гарих излери» 12+
02:30, 05:30, 13:30, 17:30, 21:00 «Хабберлер» кр.ат.яз.16+
03:00, 07:00 «Мераба, саба!» 6+
04:45, 10:45 «Мирас» 12+
05:00 «Юрт нефеси» 12+
06:00 «Диний субет» 12+
06:30, 13:30, 19:30 «Хабберлер» рус.яз. 16+
09:00 Х/ф кр.ат.яз. «Один прекрасный день» 16+
11:00 Д/ф «Просто физика» 12+
11:45 М/ф 6+
12:00 «Хош сефа» 6+
12:30 «Чалгырджы» 6+
13:00 Д/ф «Квест» 16+
13:45 Т/с «Квест» 16+
14:30 «Тек арум Ватан» 12+
15:30 Д/ф «Рецепты врачей» 12+
16:00 Д/ф «Что будет если» 12+
16:30, 21:30 М/ф кр.ат.яз. 0+
16:45 Т/с «Команда Че» 16+
17:45 Д/ф «Вне зоны доступа» 12+
18:30 «Ильхам» 12+
18:45 «Ватандаш» 12+
19:00 «Юрт нефеси» 12+
20:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
20:45 «Ильхам» 12+
21:45 Т/с «Квест» 16+
22:30 Т/с «Дом на набережной» 16+
23:20 Т/с «Обручальное кольцо» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00, 9:00, 15:00, 17:00 Новости 12+
6:30 Интервью. 12+
6:45, 9:45, 19:00 Акценты 12+
7:00, 10:30 Доброе утро, Севастополь. 12+
8:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 10 с. 16+
9:30 Интервью. 12+
10:00 Город героев. 12+
11:30 Т/с Вольная грамота. 18 с. 16+
12:30 Интервью. 12+
13:00 Выборы-2026. Теледебаты 12+
13:40, 15:15, 17:15 Море интересно. 12+
14:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 11 с. 16+
15:30 Вместе с наукой. 2 с. 12+
16:00 Нобелевские лауреаты. 8 с. 16+
17:30 Т/с У вас будет ребенок. 8 с. 16+
18:30 Д/ф Из России с любовью. Марий Эл. 12+
19:15 Интервью. 12+
19:30, 21:00 Вечерние новости 12+
20:00 Т/с Хор. 1 с. 12+
21:30 Х/ф Лучшее во мне. 16+
23:30 Вечерние новости 12+
0:00 Полночь на СТБ 12+
0:30 Ночной информационный канал 12+

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



04:55 М/с «Три кота» 6+
05:30 М/ф «Два хвоста» 6+
06:40 «Союзмультфильм» представляет... 6+
07:45 Т/с «Дальнобойщики» 16+
10:40 Т/с «Ментовские войны» 16+
18:00 Т/с «Драйв» 16+
22:00 Т/с «А у нас во дворе...» 16+
00:00 Х/ф «Красотка в ударе» 12+
01:45 Х/ф «Хочу замуж» 12+
03:25 Х/ф «Как я встретил ее маму» 12+



00:00, 11:20, 16:15, 22:30 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
03:15 Х/ф «Особенности национальной охоты» 16+
05:00 Х/ф «Пятый элемент» 16+
07:20 Х/ф «Высокий блондин в черном ботинке» 6+
09:05 Х/ф «Мужчина в моей голове» 16+
14:10 Х/ф «Жмурки» 16+
19:00 Х/ф «Пленный» 16+
20:30 Т/с «Десантура» 16+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



05:00, 07:50 «Доброе утро» 0+
07:05 «Выборы-2026»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости
09:25 «Модный приговор» 0+
10:15 «Жить здорово!» 16+
11:00, 12:15, 18:30 «Время покажет» 16+
14:00, 17:00, 23:00 «Большая игра» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:05 «Мужское / Женское» 16+
19:50 «Пусть говорят» 16+
21:00 Время
22:00 Т/с «Хозяин Москвы» 12+
00:10, 03:05 Подкаст.Лаб 16+



05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00, 03:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:30, 21:10 Вести. Местное время 12+
12:00, 18:00 «60 минут». Ток-шоу 12+
14:30, 02:25, 03:30 Т/с «Тайны следствия» 16+
17:00 «Малахов» 16+
21:30 Т/с «Овчарка. Новые серии» 16+
23:40 «Выборы-2026. Дебаты»
00:55 «Вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+



06:00 «Вопреки всему» 12+
07:00, 09:00, 16:00, 03:55 Новости
07:05, 16:05, 00:00 Все на Матч! 12+
09:05, 11:35 Специальный репортаж 12+
09:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Швеция - Тунис 6+
11:55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. 1/2 финала 16+
17:00 Смешанные единоборства. UFC. Умар Нурмагомедов против Сонга Ядонга 16+
19:00 Футбол. Fombet Кубок России. «Динамо» (Москва) - «Ахмат» (Грозный) 6+
21:50 Футбол. Чемпионат Испании. «Реал Сосьедад» - «Сельта» 6+
01:30 Автоспорт. Дрифт. RDS GP 6+
02:30 Триатлон. Мировая серия. Мужчины 6+
04:00 Дзюдо. Мировой тур. Турнир «Большого шлема» 12+



04:55, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 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 «За гранью» 16+
17:50 «ДНК» 16+
20:00 Т/с «Невский. Расплата за справедливость» 16+
00:35 «Поздняков» 16+
00:55 Т/с «Балабол» 16+



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:10, 07:00, 07:55, 09:30, 10:00, 11:00, 12:00 Т/с «Спецотряд «Шторм» 16+
08:25 «Ваше здоровье!» 12+
13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка 8» 16+
14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка 3» 16+
17:30, 18:20, 19:05, 19:45, 20:40, 21:25, 00:55, 01:40, 02:25, 03:05, 03:45, 04:20 Т/с «След» 16+
00:00 «Известия. Итоговый выпуск» 16+
00:30 «День ангела» 0+



06:30 «Диалоги о животных. Московский зоопарк»
07:15 «Легенды мирового кино»
07:40, 18:35 Д/ф «Экспедиция в Петру. По дороге благовоний»
08:35 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:55 Новости культуры
10:15 «Наблюдатель»
11:15, 01:05 ХХ век. «Микаэл Таривердиев. Сонеты Шекспира»
11:50, 01:35 Д/ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещён. Без сюрпризов не можете?»
12:45 Новости. Подробно. Театр
13:00 Д/ф «Сражение за Поднебесную»
13:40, 22:15 Т/с «Большая перемена»
14:45 Д/с «Слово о словах. Вот тебе, бабушка, и Юрьев день»
15:00 02:15 Д/с «Первооткрывательницы». Фатима Бутаева»
15:45 «Белая студия»
16:30 Пряничный домик. «Ремёсла Карачаево-Черкесии»
17:15 Лауреаты II международного юношеского телевизионного конкурса музыкантов «Санкт-Петербургский Олимп». Александр Долгов
18:05 Жизнь замечательных идей. «Города будущего из материала прошлого»
19:45 «Главная роль»
20:05 «Правила жизни»
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:50 Д/ф «Сказка о потерянном времени. Осторожно! Волшебники рядом!»
21:30 «Энигма. Суми Чо»
23:25 Д/ф «Александр Зиновьев. Зияющие высоты»
00:10 Д/ф «Их называют викингами»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 «Чик-зарядка» 0+
07:40 М/с «Фиксики. Дай пять!» 0+
10:30 М/с «Робокар Поли и его друзья» 0+
10:45 Мастерская «Умелые ручки» 0+
11:05 М/с «Папозавры» 0+
13:45 М/с «Джи-Джи Бонд. Супергонщики» 6+
14:00 М/с «Инфинити Надо» 6+
14:30 «Навигатор. Новости» 0+
14:40 М/с «Простоквашино» 0+
17:00 М/с «ЛОЛ Сюрприз» 6+
17:10 М/с «Мастер Витя и Мотор» 0+
19:00 М/с «Сказочный патруль» 0+
20:20 М/с «Крошки» 0+
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+
21:15 М/с «Оранжевая корова» 0+
23:00 М/с «Фьюжн Макс» 6+
23:20 «Ералаш» 6+
00:55 М/с «Смешарики» 0+
03:25 М/с «Смешарики. Новые приключения» 0+



06:00 Д/ф «Вперёдсмотрящий. Академик Жорес Алфёров» 12+
06:25 Д/ф «Открывая Россию. Липецкая область» 12+
06:50, 01:10 «Очевидно. Вероятно» 12+
07:30, 20:15 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 20:00 Новости
08:05, 08:35 «Пёстрый мир» 12+
09:05, 09:35, 10:05, 12:10, 13:10, 18:20 «ОТРАЖЕНИЕ» 12+
11:00 Д/ф «Дело всей жизни маршала Василевского» 12+
11:30 Д/ф «Открывая Россию. Республика Северная Осетия - Алания» 12+
15:15 Х/ф «Тень» 16+
16:40 «Нескупное дело» 12+
17:00 «Родительское собрание» 12+
17:45 «Почитаем!» 16+
20:45 Х/ф «Слово для защиты» 12+
22:20, 04:10 Х/ф «Рагин» 16+
00:05 Д/ф «Колбаса Митрофана Аксёнова» 16+
01:50 «ОТРАЖЕНИЕ. Итоги» 12+
02:45 «Большая страна» 12+
03:40 Д/ф «Город с историей» 12+



06:00, 07:40 «Настроение»
07:30, 17:44 «Выборы-2026» 12+
08:15 «Доктор И.» 16+
08:40 Т/с «Сельский детектив. Актриса» 16+
10:40 Д/ф «Юрий Антонов. От печали до радости» 16+
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События 16+
11:50, 03:00 Т/с «Метод уборщицы» 12+
13:45 «Мой герой. Дина Корзун» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00 Х/ф «Сыщицы. Нож в спине» 16+
16:50 Д/ф «Звёздные семьи. Предел терпения» 16+
18:10 Х/ф «Некрасивая подружка. Вундеркинд» 16+
20:00 Х/ф «Некрасивая подружка. Тёмная лошадка» 16+
22:35 «10 самых... Спеть за звезду» 16+
23:10 Д/с «Легенды эстрады. Возвращения» 16+
00:00 События. 25-й час 16+
00:30 «Петровка, 38» 16+
00:45 «Девяностые. Время мордобития» 16+
01:30 Д/ф «Изнанка идеального брака» 16+
02:15 Д/ф «Русские тайны. НЛО» 16+
04:40 «10 самых... Спеть за звезду» 16+
05:15 Д/с «Назад в СССР. Быстрее, выше, сильнее!» 16+



05:00, 18:00, 01:10, 04:25 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости 16+
09:00 Документальный спецпроект 16+
10:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+
11:00 «Как устроен мир» 16+
12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 12» 16+
13:00 «Невероятно интересные истории» 16+
17:00, 02:05 «Тайны Чапман» 16+
20:00 «100 вопросов обо всем» 16+
20:10 Х/ф «Переговорщики» 16+
23:25 Т/с «Крутые меры» 16+



05:00, 11:55, 00:00 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55, 06:45 Мультфильмы на Спасе 0+
06:30, 20:10 «От воскресенья до воскресенья» 6+
07:00 «Простые чудеса» 12+
08:00, 17:00, 23:00, 03:20 «Вечер на Спасе» 0+
09:05 «Парсуна» 6+
10:05 Д/ф «Зосима. Завещание дошедшего старца» 0+
12:05, 19:20, 04:15 «Прямая линия. Ответ священника» 12+
12:50 «Лобуз правдопалаз» 12+
13:50 Х/ф «Кавалда наступает сентябрь» 0+
15:40 Х/ф «В поисках капитана Гранта. 37 параллель» 6+
17:30 Х/ф «Осторожно, бабушка!» 0+
20:25 «Безогон» 18+
21:30, 01:40 Д/ф «Остров веры» 16+
22:30 «Поле битвы» 16+
00:10 Д/ф «Зосима. Пророчества сбываются» 0+
01:15 Д/ф «Донбасс. Девушка в огне» 16+
02:30 «Во что мы верим» 0+



05:00, 08:55, 04:00 «100 мест, где поётся» 16+
06:10 «С лёгким утром!» 16+
07:30 «ПроСТО кухня. Лучшее» 12+
08:30 «Клуб обаятельных животных» 16+
09:55 Х/ф «Шофёр напрокат» 16+
12:00 Х/ф «1+1» 18+
14:15 Т/с «Ландыши. Вторая весна» 16+
17:55, 20:00, 20:30 Т/с «Гудовы» 16+
21:00 Х/ф «Последний наёмник» 16+
23:05 Х/ф «Автобан» 16+
01:05 Х/ф «Охота на короля» 18+
02:30 Х/ф «Немного о любви» 18+



06:30, 05:35 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:25, 04:45 «Давай разведёмся!» 16+
08:25, 02:20 «Тест на отцовство» 16+
10:40 Д/с «Прости меня» 16+
11:45 Д/с «Белуд отведу» 16+
12:50, 01:00 Д/с «Знахарка» 16+
13:25, 01:25 Д/с «Верну любимого» 16+
14:00, 01:55 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14:35 Х/ф «Мужчина, который не хочет на мне жениться» 16+
19:00 Х/ф «Прости меня, моя любовь» 16+
23:00 Д/с «Понять. Простить» 16+
00:00 Д/с «Порча» 16+
04:00 «Одна за всех» 16+



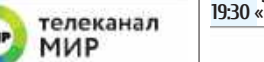
06:00 Мультфильмы 0+
08:30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
09:00, 16:00 Т/с «Слепая» 16+
10:00, 15:30 Т/с «Порча» 16+
11:00 Т/с «Гадалка» 16+
18:00 Т/с «Кордон» 16+
20:00 Т/с «Скорая помощь» 16+
00:30 Х/ф «МиниМакс» 12+
02:00 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:10 «Секреты на кухне» 16+
05:30, 02:00, 04:30 «Пятница News» 16+
06:00 «Запретный Китай» 16+
06:50 «Прекрасное далеко. Китай» 16+
08:00 «Четыре дачи» 16+
11:00 «Адский шеф» 16+
14:10 «Новые «Четыре свадьбы» 16+
19:00 «Женись на мне немедленно» 16+
21:10 «Свадьба всплывёт» 16+
22:50 «Одни дома» 16+
00:00 Х/ф «Письма о любви» 18+
02:20 «Битва шефов» 16+



05:40 Х/ф «Три процента риска» 12+
07:00 «Сегодня утром» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 18:00 Новости дня 16+
09:15, 20:50 «Открытый эфир». Ток-шоу 16+
11:00, 18:55 «По горячим следам» 16+
11:20, 13:25 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина» 12+
13:40, 15:05, 17:15 Т/с «Снайпер. Последний выстрел» 16+
15:00 Военные новости 16+
18:40 Специальный репортаж 16+
19:10 «Код доступа» 12+
22:35 «Между тем» 12+
23:05 Х/ф «Инспектор ГАИ» 12+
00:55 Х/ф «Адмирал Ушаков» 12+
02:40 Х/ф «Корабли штурмуют бастионы» 12+
04:10 Х/ф «Близнецы» 6+



05:00 Х/ф «Парень из нашего города» 0+
05:10 Д/с «Понять. Простить» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
06:15, 00:05, 01:45 «Наше кино. История большой любви» 16+
06:55, 10:10 Т/с «Вольф Мессинг. Видевший сквозь время» 12+
13:15 «Мировое соглашение» 16+
14:10 «Дела судебные. Битва за будущее» 16+
15:05, 20:25 «Дела судебные. Новые истории» 16+
16:15 «Обману. Нет» 16+
16:35, 18:20 «Дела судебные. Яблоко раздора» 16+
18:30 «Дела судебные. Деньги верните!» 16+
21:15 Х/ф «Покровские ворота» 0+
00:55 Первый Евразийский канал 12+
02:10 Х/ф «Возвращение Василия Бортникова» 12+
03:50 Х/ф «Музыкальная история» 12+



07:00, 05:50 Т/с «СашаТаня» 16+
19:00 Т/с «Пора на завод» 16+
21:00 Т/с «Олдскул» 16+
23:30 Х/ф «Тополиный пух» 16+
01:15 Х/ф «Свадебный переполох» 16+
03:05 Т/с «Однажды в России» 16+
05:00 «Утро ТНТ» 16+



05:00 События и звезды 16+
05:05 Музтивиз 16+
06:10 Яндекс. Музыка чарт 16+
07:00, 18:20 10 самых! 16+
08:00, 12:00, 01:00 Хиты по-русски 16+
08:40, 15:00, 18:00, 21:40 Прогноз погоды 16+
09:00 Дачный плейлист Радио Дача 16+
10:00 #ЯнаМузТВ 16+
11:00, 14:00, 19:00, 00:00 Плейлист 1 Осень 16+
13:00 Ждите ответа 16+
15:20 В десятку! 16+
16:00 Love чат 16+
17:00 Короли Чартов 16+
19:45 Кто следующий? 16+
20:40 Почем мемы для народа? Как нами рулят интернет-тренды 16+
22:00 Прогноз по году 16+
23:00 Фан-зона. Лучшие выступления Премии МУЗ-ТВ 16+
03:00 Караокинг 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00 Новости 24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15 М/ф «Гурвинек. Волшебная игра» 6+
10:30 Д/ф «Магия экрана. Экстра-сенсы из телевизора» 12+
11:15 Д/ф «Печотный край» 12+
11:30, 13:15 Т/с «Дорогой мой человек» 16+
14:45 Д/ц «По-делу. Как открыть свою пекарню» 12+
15:15, 20:30 Т/с «Заяц, жаренный по-берлински» 12+
16:45 «PR0буй» 12+
17:15, 04:15 «Золото викингов» 12+
17:55 «Спорт. Лица» 12+
18:10 «Крымское счастье» 12+
18:40, 22:00 Т/с «Такая работа» 16+
23:20 Д/ф «Побег сквозь железный занавес» 12+
00:30 «Градус Юга» 16+
00:50, 05:00 Д/ц «Вместе по России» 12+
01:20 Д/ц «Жизнь замечательных идей» 12+
01:50 Д/ц «Расскрещенная история» 16+
02:20 Д/ц «Сила слова» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 21:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 03:30, 13:30 Главное 12+
00:45, 09:30, 17:30 Эпоха 12+
01:15, 10:45, 14:15, 17:15, 19:15 Интервью 24 12+
01:30 Д/ф «Исследователь морского дна» 12+
02:15, 10:25, 12:15, 18:15 Планета+ 16+
02:25, 06:20, 10:20, 12:25, 14:35, 18:25, 22:20, 23:50 Спорт 24 12+
02:30, 05:30, 16:30 Д/ф «В поисках новых пещер» 12+
04:15, 11:15, 15:15 Политотдел 16+
05:15, 10:30, 14:45, 16:15, 21:45 Сказано на радио 12+
06:15, 10:15, 14:30, 22:15, 23:45 Чрезвычайный Крым 16+
06:25, 12:20, 14:40, 18:20, 23:55 Мнение 24 12+
07:00 Утро нового дня 12+
09:15, 21:30, 23:30 Новости 24. Севастополь 12+
09:45, 13:15, 17:45 Экономика 12+
12:30, 18:30, 22:30 Д/ц «Россия XXI век» 12+
19:30 «Говорите правду» 12+



00:10 Т/с «Команда Чев» 16+
01:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
01:45 «Ватандаш» 12+
02:00 «Юрт нефеси» 12+
02:30, 05:30, 13:30, 17:30, 21:00 «Хаберлер» кртатяз. 16+
03:00, 07:00 «Мераба, саба!» 6+
04:45, 12:00, 18:15 «Мирас» 12+
05:00 «Тарих излери» 12+
05:00 «Хызмет ве берекет» 12+
06:30, 11:30, 19:30 «Хаберлер» рус. яз. 16+
09:00 «Народы Крыма» 12+
09:30 «Ватаным Кырым» 12+
10:00 «Юрт нефеси» 12+
10:30 «Хранители традиций» 12+
10:45 «Ватан хатырасы» 12+
11:00 «Мийла бою» 6+
11:45 Х/ф 6+
12:15 Д/ф «Легенды кино» 12+
13:00 Д/ф «Рецепты врачей» 12+
13:45 Т/с «Квест» 16+
14:30 Д/ф «Что будет если» 12+
15:00 Д/ф «Моя любовь Россия! 0 дворянах и не только» 12+
15:30 Д/ф «Просто физика» 12+
16:00 Д/ф «Химия» 12+
16:30, 21:30 М/ф кртатяз. + 16:45 Т/с «Команда Чев» 16+
17:45 Документальное эссе «Керамика нетленна, а человек...» 12+
18:30 «Ильхам» 12+
19:00 «Чалгыджы» 6+
20:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
20:45 «Ватандаш» 12+
21:45 Х/ф «Лула Сан-Феличе» 16+
22:50 Т/с «Дом на набережной» 16+
23:30 Т/с «Обручальное кольцо» 16+

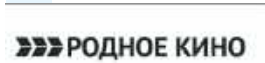


5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00, 9:00, 13:30, 15:00, 17:00 Новости 12+
6:30, 10:00 Интервью. 12+
6:45 Акценты 12+
7:00, 10:30 Доброе утро, Севастополь. 12+
8:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 1 с. 16+
9:30 Морé интересного. 12+
9:45, 13:45, 15:15, 17:15 Город Героев. 12+
11:30 Т/с У вас будет ребенок. 8 с. 16+
12:30 Т/с Хор. 1 с. 12+
14:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 12 с. 16+
15:30 Вместе с наукой. 3 с. 12+
16:00 Нобелевские лауреаты. 9 с. 16+
17:30 Т/с Как выйти замуж за миллионера. 1 с. 16+
18:30 Развожаев. Главное. 12+
19:30, 21:00 Вечерние новости 12+
20:00 Т/с Хор. 2 с. 12+
21:30 Х/ф Джокер. 12+
23:30 Вечерние новости 12+
0:00 Полночь на СТБ 12+
0:30 Ночной информационный канал 12+

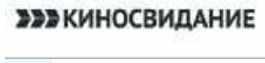
КАБЕЛЬНОЕ ТВ



04:45 М/с «Три кота» 6+
05:15 М/ф «Три богатыря и Пуп Земли» 6+
06:40 «Союзмультфильм» представляет...» 6+
07:45 Т/с «Дальнобойщики» 16+
10:40 Т/с «Ментовские войны» 16+
18:00 Т/с «Драйв» 16+
22:00 Т/с «А у нас во дворе...» 16+
00:10 Х/ф «Держи удар, детка!» 12+
02:00 Х/ф «Лавстори» 16+
03:20 Х/ф «Подарок с характером» 0+



00:25, 11:15, 16:05 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
02:05 Х/ф «Мама, я жив!» 12+
03:30 Х/ф «Особенности национальной рыбалки» 16+
05:20 Х/ф «Анкор, ещё анкор!» 12+
07:15 Х/ф «Аты-баты, шли солдаты» 12+
08:55 Х/ф «Пятый элемент» 16+
13:50 Х/ф «Американ бой» 16+
19:00 Х/ф «Зита и Гита» 12+
21:55 Т/с «Десантура» 16+



00:55 Х/ф «А вот и она» 12+
03:10 Х/ф «Стриптизерши» 18+
05:00 Х/ф «Холоп из Парижа» 16+
07:05 Х/ф «Семьянин» 12+
09:25 Х/ф «Побег» 18+
11:35 Х/ф «Горничная» 18+
14:00 Х/ф «Мальдивы подождают» 16+
15:40

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



05:00, 07:50 «Доброе утро» 0+
07:05 «Выборы-2026»
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
09:25 «Модный приговор» 0+
10:15 «Жить здорово!» 16+
11:00, 12:15, 18:40 «Время покажет» 16+
14:00, 17:00 «Большая игра» 16+
15:15 «Давай поженимся!» 16+
16:05 «Мужское / Женское» 16+
19:45 «Поле чудес» 16+
21:00 Время
21:45 Вана Дмитриенко. Большой концерт 0+
23:45 Х/ф «Довлатов» 16+
01:50 Подкаст.Лаб 16+



05:00 «Утро России»
09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести
09:30 Местное время
09:55 «О самом главном». Ток-шоу 12+
11:30, 21:10 Вести. Местное время
12:00, 18:00 «60 минут». Ток-шоу 12+
14:30 Т/с «Тайны следствия» 16+
21:30 Торжественное закрытие Международного конкурса молодых исполнителей «Новая волна - 2026»
23:55 Х/ф «Ваша тётя Люси» 12+



06:00 «Вопреки всему» 12+
07:00, 09:00, 12:55, 15:25, 03:55 Новости
07:05, 11:35, 15:30, 21:00, 01:00 Все на Match! 12+
09:05 «Небесная грация» 6+
09:25 Футбол. «Чемпионат мира-2026». Испания - Кабо-Верде 6+
12:35 «Лица страны. Василий Кощечкин» 12+
13:00 «Есть тема!» 16+
14:25 Футбол. Fonbet Кубок России. Обзор 6+
15:55 II Всероссийская спартакиада. Баскетбол. Мужчины. Финал 6+
17:55 Бокс. Чемпионат России. Мужчины. Финалы 16+
21:50 Футбол. Чемпионат Испании. «Бетис» - «Реал» (Мадрид) 6+
00:00 Евротур 12+
02:00 II Всероссийская спартакиада. Брейкинг 6+
04:00 Смешанные единоборства. One FC 16+



04:50, 11:10 Т/с «Лесники» 16+
06:30 «Утро. Самое лучшее» 16+
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» 6+
09:25 «Человек в праве» 16+
10:35 «Первая передача» 16+
13:25 «Чрезвычайное происшествие» 16+
14:00 «Место встречи» 16+
16:45 «ДНК» 16+
17:55 «Жди меня» 16+
20:00 Т/с «Невский. Расплата за справедливость» 16+
00:20 «Своя правда» 16+
02:10 «Квартирный вопрос» 0+
03:00 Т/с «Балабол» 16+



05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия» 16+
05:25, 06:05, 06:50, 07:35, 09:30, 10:20, 11:15, 12:05, 13:30, 14:25, 15:20, 16:20, 17:30, 17:40, 18:35, 19:30, 20:25, 21:20, 22:20 Т/с «Эльбрус» 16+
08:30 «Ваше здоровье!» 12+
23:10 «Светская хроника» 16+
00:10 Д/с «Они потрясли мир. Генеральный неудачник Николас Кейдж» 16+
01:00 Д/с «Они потрясли мир. Ани Лорак. Обнажённое сердце» 16+
01:50, 02:30, 03:10, 03:55, 04:35 Т/с «Условный мент 5» 16+



06:30 «Диалоги о животных. Московский зоопарк»
07:20 «Легенды мирового кино»
07:50, 18:35 Д/ф «Их называют викингами»
08:45 Т/с «Ольга Сергеевна»
10:00, 12:30, 17:00, 19:30, 23:45 Новости культуры
10:15 Х/ф «Крестьяне»
13:00 Больше чем любовь. Сергей Колосов и Людмила Касаткина
13:40 Т/с «Большая перемена»
14:45 Д/с «Слово о словах. Верста коломенская»
15:00, 02:05 Д/с «Первооткрыватели. Лина Штерн»
15:45 «Энигма. Суми Чо»
16:30 Письма из провинции. Псебай (Краснодарский край)
17:15 Лауреаты II международного юношеского телевизионного конкурса музыкантов «Санкт-Петербургский Олимп». Екатерина Иванова
18:05 Жизнь замечательных идей. «Красная книга»
19:45 Линия жизни. Светлана Тома
20:45 Х/ф «Прощай, шпана замоскворецкая...»
22:25 «2 Верник 2»
00:00 Х/ф «Мастерская»
01:20 Искатели. «Фальшивка как искусство»
02:45 М/ф для взрослых «Путешествие муравья»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 «Чик-зарядка» 0+
07:40 М/с «Умка» 0+
08:30 М/с «Лунтики» 0+
10:45 «Студия Каляки-Малаяки» 0+
11:05 М/с «Турбозавры» 0+
14:00 М/с «Инфинити Надю» 6+
14:30 «Навигатор. У нас гости!» 0+
14:40 М/с «Тюленьки» 6+
17:00 М/с «Ум и Хрум» 0+
19:30 М/ф «Союз зверей: спасение двуногих» 6+
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+
21:15 М/с «Гроша и мистер Ви» 6+
22:30 М/с «Метал Кард Бот» 6+
23:00 М/с «Дикие скричеры!» 6+
23:25 М/с «Простоквашино» 0+



06:00 Д/ф «Дело всей жизни маршала Василевского» 12+
06:25 Д/ф «Открывая Россию. Республика Северная Осетия - Алания» 12+
06:50 «Моя история. Александр Соколов» 16+
07:30, 20:15 «Календарь» 12+
08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 20:00 Новости
08:05, 08:35 «Пёстрый мир» 12+
09:05, 09:35, 12:10, 13:10, 18:20, 19:25 «ОТРажение» 12+
10:00 «Выборы-2026. Дебаты»
11:05 «Человек и судьба» 16+
11:30 «Почтаем!» 16+
11:45 «Нескучное дело» 12+
15:15 Х/ф «Слово для защиты» 12+
17:00 «На приёмё у главного врача с Марьяной Лысенко» 16+
19:00 Яна Лантратава. Общественная приёмная
20:45 Х/ф «Ты у меня одна» 16+
22:20 Х/ф «Не будите спящего полицейского» 16+
23:50 Х/ф «Все, что нам кажется светом» 18+
01:45 Х/ф «Парень из нашего города» 0+
03:15 Х/ф «Супермозг» 16+
05:05 «Большая страна» 12+



06:00, 07:40 «Настроение»
07:30, 17:44 «Выборы-2026» 12+
08:10, 11:50 Х/ф «Зеркала любви» 12+
11:30, 14:30, 17:50 События 16+
12:30 Х/ф «Месь на десерт» 12+
14:50 «Город новостей» 16+
15:00 Х/ф «Месь на десерт» 12+
16:50 Д/с «Актёрские драмы. Москва слезам поверила» 16+
18:10 Х/ф «Выходи за меня замуж!» 16+
20:00 Х/ф «Беглецы» 16+
22:00 «В центре событий» 16+
23:05 «Девяностые. Из князи в грязи» 16+
00:00 Д/ф «Русские тайны. Бомба академика Сахарова» 16+
00:45 Х/ф «Петровка, 38» 12+
02:15 «Петровка, 38» 16+
02:30 Х/ф «Ждите неожиданного» 16+
05:55 «Смех, дрожь и видео» 16+



05:00 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 16+
09:00 Документальный спецпроект 16+
10:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+
11:00 «Как устроен мир» 16+
12:00, 16:00, 19:00 «Информационная программа 112» 16+
13:00, 17:00, 04:30 «Тайны Чапман» 16+
18:00, 03:45 «Главные тайны мира» 16+
20:00 «Безумные факты» 16+
20:30 Х/ф «Балерина» 18+
22:55 Х/ф «Красотка на взводе» 18+
00:35 Х/ф «Похищенная» 18+
02:20 Х/ф «Ложь и иллюзии» 18+



05:00, 11:55, 00:40 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55, 06:45 Мультфильмы на Спасе 0+
06:30 «От воскресенья до воскресенья» 6+
07:00 «Простые чудеса» 12+
08:00, 17:00 «Вечер на Спасе» 0+
09:05 «София. Церковь и интеллигенция» 12+
10:40 Д/ф «Зосима. Пророчества сбываются» 0+
12:05 «Прямая линия. Ответ священника» 12+
12:50 «Глобус православия» 12+
13:50 Х/ф «Осторожно, бабушка!» 0+
15:40 Х/ф «В поисках капитана Гранта. Талькав» 6+
17:30 Х/ф «Огни на реке» 6+
19:05 «Вечер на Спасе» 0+
22:05 Х/ф «Звёзды на крыльях» 0+
23:35, 03:55 «Метанойя» 12+
00:50 Д/ф «Быть добру» 0+
01:25 «Поле битвы» 16+
02:55 Д/ф «Большая тройка. Лидеры Второй мировой» 16+



05:00, 08:55 «100 мест, где поесть» 16+
06:10 «С лёгким утром!» 16+
07:30 «Просто кухня. Лучшее» 12+
08:30 «Клуб обаятельных животных» 16+
10:00 «Уральские пельмени. Смехbook» 16+
10:35, 19:30, 21:00 Шоу «Уральские пельмени» 16+



06:30 «По делам несовершеннолетних» 16+
07:30, 04:25 «Давай разведёмся!» 16+
08:30, 02:45 «Тест на отцовство» 16+
10:45 Д/с «Прости меня» 16+
11:50 Д/с «Беду отведу» 16+
13:00, 01:25 Д/с «Знахарка» 16+
13:35, 01:50 Д/с «Верну любимого» 16+
14:10, 02:20 Д/с «Голоса ушедших душ» 16+
14:45 Х/ф «Судьба на лестничной клетке» 16+
19:00 Х/ф «Недостойные наследники» 16+
23:00 «Уютное утро» 16+
23:30 Д/с «Понять. Простить» 16+
00:30 Д/с «Порча» 16+
05:15 Х/ф «Вечера на хуторе близ Диканьки» 0+
06:25 Х/ф «Ведь мы семья» 16+



06:00, 05:30 Мультфильмы 0+
08:30 М/с «Леди Баг и Супер-Кот» 6+
09:00, 16:00 Т/с «Слепая» 16+
10:00, 15:30 Т/с «Порча» 16+
11:00 Т/с «Гадалка» 16+
19:00 Х/ф «Шпионская свадьба» 18+
21:15 Х/ф «Папа из спецназа» 18+
23:15 Х/ф «Агент под прикрытием» 18+
01:15 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 03:20 «Секреты на кухне» 16+
05:40, 00:30, 04:30 «Пятница News» 16+
06:00 «Запретный Китай» 16+
06:50 «Прекрасное далеко. Другая Япония» 16+
07:50 «Четыре дачи» 16+
11:00 «Осторожно: накрашено!» 16+
12:00 «Чёрный список. На кухне» 16+
19:00 «Выживалити. Наследники» 16+
00:50 Т/с «Комиссар Рекс» 16+
02:30 «Чёрный список» 16+



06:00 Х/ф «Отцы и деды» 12+
08:10, 09:20 Х/ф «Баллада о доблестном рыцаре Айвенго» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 18:00 Новости дня 16+
10:20 Х/ф «Любовь земная» 16+
12:25, 13:25, 15:05 Х/ф «Судьба» 16+
15:00 Военные новости 16+
16:50, 17:15 Т/с «Один в поле воин» 16+
22:00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+
23:30 Х/ф «Тихая застава» 16+
01:10 Х/ф «Зайчик» 12+
02:35 Х/ф «Три процента риска» 12+
03:40 Х/ф «Инспектор ГАИ» 12+
05:00 Д/с «ЦСКА. Спортивный щит Родины» 12+



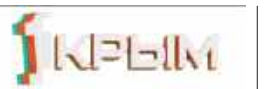
05:00 Х/ф «Музыкальная история» 12+
05:10 Д/с «Понять. Простить» 16+
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
06:15, 00:50 «Наше кино. История большой любви» 16+
07:05, 10:10 Т/с «Вольф Мессинг: Видевший сквозь время» 12+
13:15 «Мировое соглашение» 16+
14:10 «Дела судебные. Битва за будущее» 16+
15:05 «Дела судебные. Новые истории» 16+
16:15 «Игра в кино» 16+
17:55, 18:20 «Миллион за 5 минут» 16+
22:20 Х/ф «Знахарь» 16+
02:30 Х/ф «Волга-Волга» 12+
04:10 Х/ф «Частная жизнь Петра Виноградова» 0+



07:00 Т/с «СашаТаня» 16+
21:00, 23:00 «Комеди Клуб» 16+
22:00, 03:15 Т/с «Однажды в России» 16+
01:00 «Погоня» 16+
02:30 «Женский стендап» 18+



05:00 События и звезды 16+
05:05, 04:45 Музитив 16+
06:10 Русский чарт 16+
07:00 #ЯнаМузТВ 16+
08:05 Teen чарт 16+
08:40, 15:00, 18:00 Про-Новости 16+
09:00 Love чарт 16+
10:00 Плейлист. Под шашлык 16+
11:00, 14:00 Плейлист | Осень 16+
12:00 Top-15 Like FM 16+
13:00 Прогноз по году 16+
15:20 В десятку! 16+
16:00 Самый лучший день 16+
17:00 Новое радио чарт 16+
18:20 Фан-зона. Лучшие выступления Премии МУЗ-ТВ 16+
19:00, 03:00 Top-30. Русский плейлист недели 16+
21:05 Народное диско 16+
22:00, 00:00 Танцпол 16+
23:00 Dance чарт 16+
02:00 Караоке хит 16+



06:00 Мультфильмы 6+
06:30, 09:00, 13:00, 15:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 12+
07:00 «Утро нового дня» 12+
09:15, 01:20 Д/ц «Жизнь замечательных идей» 12+
09:45 Д/ф «Евгений Стеблов» 12+
10:25, 01:50 Д/ц «Рассекреченная история» 16+
10:50 Д/ф «Тайны советской номенклатуры» 12+
11:30, 13:15 Т/с «Дорогой мой человек» 16+
14:45, 15:15, 20:30 Т/с «Заяц, жареный по-берлински» 12+
16:30 Предвыборная агитация 12+
18:00 «Север против Юга» 12+
18:40, 21:55 Т/с «Такая работа 2» 16+
20:15 «Крымский андеграунд» 12+
22:35 Сольный концерт Е. Ваенги в Кремле 16+
23:45 «Эпоха в истории» 12+
00:15, 03:30 Д/ц «Святые России» 12+
02:20 Д/ц «Сила слова» 12+
04:15 «Золото викингов» 12+
05:00 Д/ц «Вместе по России» 12+
05:45 «Клуб Шико» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 06:30, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 03:30, 16:30, 21:30 Экономика 12+
00:30, 01:15, 05:15, 14:15, 17:15, 21:15 Интервью 24 12+
00:45, 09:30, 13:15, 16:45, 19:15 Эпоха 12+
01:30, 06:15, 14:30, 20:45, 22:15, 23:45 Чрезвычайный Крым 16+
01:35, 06:25, 12:20, 14:40, 18:20, 21:50, 23:55 Мнение 24 12+
01:45, 09:45, 14:45, 16:15, 19:30, 23:15 Сказано на радио 12+
02:15, 12:15, 18:15 Планета+ 16+
02:25, 06:20, 12:25, 14:35, 18:25, 23:50 Спорт 24 12+
02:30, 05:30 Д/ф «Вера» 12+
03:45, 19:45 Игра в классики 16+
04:15, 15:15 ПолитОтдел 16+
07:00 Утро нового дня 12+
09:15, 21:00, 23:30 Новости 24. Севастополь 12+
10:15, 12:15 «Говорите правду» 12+
12:30, 18:30, 22:30 Д/ц «Россия XXI век» 12+
13:30 Документальный фильм 12+
17:30 Открытая власть 12+
20:00 Пятница. Вечер 16+



00:15 Т/с «Команда Че» 16+
01:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
01:45 «Ватан хатырасы» 12+
02:00 «Тарих излери» 12+
02:30, 05:30, 13:30, 17:30, 21:00 «Хаберлер» кртатяз. 16+
03:00, 07:00 «Мераба, саба!» 6+
04:45, 12:00 «Мирас» 12+
05:00 «Юрт нефес» 12+
06:00 «Хызмет ве берекет» 12+
06:30, 11:30, 19:30 «Хаберлер» рус. яз. 16+
09:05 «Тек арзум Ватан» 12+
10:00 «Чапгызджы» 6+
10:30 «Народы Крыма» 12+
11:00 Д/ф «Рецепты врачей» 12+
11:45 М/ф 6+
12:15 Д/ф «Вопрос науки» 12+
12:45 Д/ф «СССР. Знак качества с Т. Сукачевым» 16+
13:45 Д/ф «Крымские клады» 12+
14:30 Д/ф «Меганавка» 12+
15:00 Д/ф «Моя любовь Россия! Староверы Печорцы» 12+
15:30 Д/ф «Просто физика» 12+
16:00 Д/ф «Химия» 12+
16:30, 21:30 М/ф кртатяз. 0+
16:45 Т/с «Команда Че» 16+
17:45 Д/ф «Легенды кино» 12+
18:30 «Ирфан» 12+
19:00 «Ватан хатырасы» 12+
19:15 «Ватаандаш» 12+
20:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
20:45 «Ильхам» 12+
21:45 Х/ф «Луиза Сан-Феличе» 2с 16+
22:50 Т/с «Дом на набережной» 16+
23:30 Т/с «Обручальное кольцо» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00, 9:00, 15:00, 17:00 Новости 12+
6:30, 10:00 Развожаев. Главное. 12+
7:00, 10:30 Доброе утро, Севастополь. 12+
8:00 Т/с Преступление. 2 сезон. 12 с. 16+
9:30 Д/ф 90-е. 2 с. 12+
11:30 Т/с Хор. 2 с. 12+
12:30 Город героев. 12+
13:00 Выборы-2026. Теледебаты 12+
13:50, 18:30 Акценты 12+
14:00 Путешествие на Командорские острова. 12+
14:30 Гимнаст Денис Аблязин. 12+
15:15, 17:15 Слава Севастополя. 12+
15:30 Х/ф Георгий Свиридов. Остановись, время! 12+
16:30 Вместе с наукой. 4 с. 12+
17:30 Т/с Как выйти замуж за миллионера. 2 с. 12+
18:45 Интервью. 12+
19:00 Культурная среда. 12+
19:30, 21:00 Вечерние новости 12+
20:00 Т/с Хор. 3 с. 12+
21:30 Если можешь, прости. Советское кино 16+
23:00 Интервью. 12+
23:30 Вечерние новости 12+
0:00 Полночь на ТВ 12+
0:30 Ночной информационный канал 12+



04:45 М/с «Три кота» 6+
05:15 М/ф «Большое путешествие. Вокруг света» 6+
06:40 «Союзмультфильм» представляет...» 6+
07:45 Т/с «Дальнбойщики» 16+
10:40 Т/с «Ментовские войны» 16+
18:00 Т/с «Грозовые ворота» 16+
22:00 Т/с «А у нас во дворе...» 16+
00:10 Х/ф «Джентльмены, удачи!» 6+
01:55 Х/ф «Мифы» 16+
03:25 Х/ф «Миллиард» 12+



00:00, 11:05, 23:10 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
03:10 Х/ф «Мужчина в моей голове» 16+
05:25 Х/ф «Высокий блондин в черном ботинке» 6+
07:05 Х/ф «Жмурки» 16+
09:15 Х/ф «Анкор, ещё анкор!» 12+
13:50 Х/ф «Пленный» 16+
15:25 Х/ф «Граф Монте-Кристо» 16+
19:00 Х/ф «Серые волки» 12+
21:05 Т/с «Десантура» 16+



00:35 Х/ф «Джейн Эйр» 16+
02:45 Х/ф «Парни с тату. Прямо в сердце» 18+
04:30 Х/ф «Джейн Остин испортит мне жизнь» 18+
06:20 Х/ф «Джун и Джон» 18+
08:05 Х/ф «Красавица и чудовище» 16+
10:10 Х/ф «Мальдивы подождут» 16+
11:50 Х/ф «Мадам Парфюмер» 12+
13:45 Х/ф «Тэсс» 16+
17:00 Х/ф «Лёд 2» 6+
19:30 Х/ф «Море соблазна» 18+
21:20 Х/ф «А вот и она» 12+
23:05 Х/ф «Семейный переполох» 6+



05:00, 04:15 «Моя свекровь - монстр» 16+
05:40 «Моя свадьба лучше!» 16+
07:35 «Селянка-горожанка» 16+
10:20 «Модель XL» 16+
14:30 «Мама в 16» 16+
21:00 «Дом 2. Новая жизнь» 16+
00:10 «Измены» 18+
01:55 «Рублево-Бирюлево» 16+
03:45 «Моя-твоя еда» 0+



06:00, 20:30, 03:30 «+100500» 16+
09:40 «Проверим все» 16+
12:30 «Решала» 16+
16:30 «Охотники» 16+
18:30 «Влад решает» 16+
23:00, 02:50 «+100500» 18+
00:20 «Опасные связи» 18+
05:30 «Улетное видео» 16+



ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



06:00 «Доброе утро. Суббота» 0+
09:45 «Слово пастыря» 0+
10:00, 12:00, 18:00 Новости
10:15 «Поехали!» 12+
11:10 «Вспомнить всё» 12+
12:15 Х/ф «Я шагаю по Москве» 12+
13:40 Д/ф «Москва. Дом, в котором мы живем» 12+
14:35 Х/ф «Старший сын» 12+
17:05 Д/ф «Евгений Леонов. Всё, что не успел сказать» 12+
18:20 «Сегодня вечером» 16+
21:00 Время
21:35 «Клуб веселых и находчивых». Высшая лига 16+
23:55 Д/ф «Жизнь обаятельного человека. Геннадий Шпаликов» 12+
01:05 Подкаст Лаб 16+



05:00 «Утро России. Суббота»
08:00 Местное время. Суббота
08:35 «По секрету всему свету»
09:00 «Формула еды» 12+
09:25 «Пятеро на одного»
10:10 «Сто к одному»
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Наши. Военкоры» 12+
12:00 «Доктор Мясников» 12+
13:00 «Большие перемены»
14:30, 20:50 Вести. Местное время
14:50 «Парад юмора» 16+
17:50 «Привет, Андрей!» 12+
21:00 Х/ф «Страница» 16+
00:40 Х/ф «Дом на краю радуги» 16+
04:05 Х/ф «Молодожены» 16+



06:00 Смешанные единоборства. Опе FC 16+
08:00, 09:00, 03:55 Новости
08:05, 11:55, 01:00 Все на Матч! 12+
09:05 Д/ф «ЮПА 7» 16+
10:55 Футбол. Фонбет Кубок России. Обзор 6+
12:45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. «Локомотив» (Ярославль) – «Трактор» (Челябинск) 12+
15:30 Футбол. Альфа-Банк Российская Премьер-Лига. «Зенит» (Санкт-Петербург) – ЦСКА 6+
18:50 Футбол. Чемпионат Италии. «Интер» – «Наполи» 6+
21:00 Смешанные единоборства. UFC. Дэн Хукер против Саладина Парнасса 16+
02:00 Гандбол. Суперкубок России. Женщины. «Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону) – ЦСКА 6+
03:30 «Формула-1. Гаснут огни» 12+
04:00 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига 6+



04:40, 03:10 Т/с «Балабол» 16+
06:20 «Жди меня» 16+
07:20 «Смوتر» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «Поедем, поедим!» 16+
09:20 «Едим дома» 0+
10:20 «Главная дорога» 16+
11:00 «Живая еда» 12+
12:00 «Квартирный вопрос» 0+
13:15 «Сатья» 16+
14:20 «Фобия. Стас Пьеха» 12+
15:00 «Своя игра» 0+
16:20, 01:45 «ЧП. Расследование» 16+
17:00 «Следствие вели...» 16+
19:00 «Центральное телевидение» 16+
20:40 «Ты не поверишь!» 16+
22:00 «Звезды» 16+
00:20 «Квартирник НТВ у Маргулиса» 16+
02:15 «Дачный ответ» 0+



05:00, 05:15, 05:55, 06:35 Т/с «Условный мент 5» 16+
07:20, 08:10, 17:35, 18:30, 19:25, 20:20, 21:15, 22:05, 23:05 Т/с «Условный мент 6» 16+
09:00 «Страна советов» 16+
09:30 «Стройнадзор» 16+
10:05 Х/ф «Морозко» 0+
11:45, 12:45, 13:40, 14:40, 15:40, 16:35 Т/с «Далеко до Москвы» 16+
00:00 «Известия. Главное» 16+
01:05 «Светская хроника» 16+
02:10, 02:50, 03:30, 04:10 Т/с «Эльбрус» 16+



06:30 М/ф «Маленький Рыжик»
07:20 Д/ф «Цвет жизни. Начало»
08:00 М/ф «Тебе, Москва!»
08:20 Д/ф «Я шагаю по Москве. Летний дождь и его последствия»
09:05 «Мы – грамотеи!»
09:45 Д/ф «Евгений Леонов. Народный артист»
10:30 Х/ф «Кин-дза-дза!»
12:40 «Чёрные дыры. Белые пятна»
13:25, 00:40 Д/ф «Воспоминания золотой обезьяны»
14:20 Д/ф «Основатель. Иван Калита»
15:05 Х/ф «Подкидыш»
16:15 «Большие и маленькие»
18:15 Х/ф «Зеленый огонек»
19:30 Новости культуры
19:45 Х/ф «Девушка без адреса»
21:15 Концерта в парке «Зарядье» – «Москва. Объяснение в любви»
23:00 Х/ф «Ас из асов»
01:35 Искатели. «Игрушка, которая покорила весь мир»
02:25 М/ф для взрослых «Мартышко», «Олимпиадики»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние пташки» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши» 0+
07:35 М/с «Ми-ми-мишки» 0+
10:00 «Съедобное или несъедобное» 0+
10:25, 17:40 М/с «Оранжевая королева» 0+
12:00 «Парк Турум-Бурум» 0+
12:15 М/с «Барбоскины» 0+
14:00 «Семья в кадре» 0+
14:30 М/с «Чик-Чирикано» 0+
16:00 «Что, зачем и почему?» 0+
16:10 М/с «Геройчики» 0+
19:45 М/ф «Тайная жизнь животных: пернатые приключения» 6+
21:00 «Спокойной ночи, малыши» 0+
21:15 М/с «Горошек и компания» 6+
22:30 М/с «Метал Кард Бот» 6+
23:00 М/с «Дикие скричеры!» 6+
23:25 М/ф «Как Лёвёнок и Черепашка пели песню» 0+
23:30 М/ф «Кот в сапогах» 0+
23:50 М/ф «Приключения Бура-тино» 0+
01:00 М/ф «Волшебное кольцо» 0+
01:15 М/ф «В некотором царстве...» 0+
01:45 М/ф «Паровозик из Ромашкова» 0+
01:55 М/ф «Пык пык пык» 0+
02:00 М/с «Маша и Медведь» 0+



06:00 Х/ф «Гражданин Кейн» 16+
08:00, 17:00 «Пёстрый мир» 12+
09:00, 15:50 «Календарь» 12+
09:30 Х/ф «Сказка о потерянном времени» 0+
10:50, 12:05 Х/ф «Сентиментальное путешествие на картошку» 12+
12:00, 15:00, 19:00 Новости
12:15 Х/ф «Ты и меня одна» 16+
13:45 «Почитаем!» 16+
14:05, 05:05 «Большая страна» 12+
15:05 Специальный репортаж 12+
15:20 «Песня остаётся с человеком» 12+
15:35 «Отчий дом» 12+
16:15 «Очевидно. Вероятно» 12+
17:25 Х/ф «Не будите спящего полицейского» 16+
19:15 «Очень личное с Виктором Лошаком» 16+
19:55 «Вспомнить всё» 16+
20:25 Х/ф «Покровские ворота» 0+
22:40 Х/ф «Шарлатан» 16+
00:20 Х/ф «Нужды путешественника» 18+
01:50 Х/ф «Тимур и его команда» 12+
03:05 Х/ф «Географ глобус пропил» 16+



06:15 «Православная энциклопедия» 6+
06:40 Х/ф «Солдат Иван Бровкин» 0+
08:35 Х/ф «Иван Бровкин на целине» 12+
10:30 «Просто – вкусно» 6+
11:05 Х/ф «Дедушка без адреса» 16+
12:55, 22:00 События 16+
13:55 Х/ф «Жизнь, по слухам, одна» 12+
18:15 Х/ф «Стереть из памяти» 16+
22:25 «Право знать!». Ток-шоу 16+
23:50 Д/ф «Следствие ведет КГБ. Чёрный крест Пеньковского» 16+
00:30 «Прощание. Виктор Гришину» 16+
01:20 Д/ф «Русские тайны. Звук в голову» 16+
02:00 Д/ф «Смерть всесоюзной славы» 16+
02:45 Д/ф «Звёздные семьи. Предель терпения» 16+
03:30 Д/с «Актерские драмы. Москва слезам поверила» 16+
04:15 Д/ф «Владимир Высоцкий. Последние гастроли.» 16+
05:00 «Петровка, 38» 16+
05:10 Д/с «Назад в СССР. Квадратные метры» 16+



05:00, 02:40 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С добрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости 16+
09:00 «Минтранс» 16+
10:00 «Самая полезная программа» 16+
11:00, 13:00 «Военная тайна» 16+
15:00 «Совбез» 16+
16:00 «Информационная программа 12» 16+
16:55 Документальный спецпроект 16+
17:55 Д/п «Засекреченные списки» 16+
19:00 «Добровзфире» 16+
20:00 «Дикий, дикий мир» 16+
20:30 Х/ф «Хеллбой» 18+
22:40 Х/ф «Ворон» 18+
00:35 Х/ф «Поезд в Пусан» 18+



05:00, 23:40 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55 Д/ф «Непобедимая победа» 0+
06:55 Д/ф «Миссия. Что такое?» 6+
07:15 Д/ф «Быть добру» 0+
07:50 «Семеро по лавкам: искусство невозможного» 6+
08:20 Мультфильмы на Спасе 0+
09:45, 20:30, 04:10 «Простые чудеса» 12+
10:45 «От воскресенья до воскресенья» 6+
11:00 «Пилигрим. По пути святого семейства» 6+
11:35, 03:15 «Святые Руси» 6+
12:40 Д/ф «Византия. Жизнь после смерти. Святая София: Небо на Земле. VI век» 0+
13:30 «В поисках Бога» 12+
14:00 «Профессор Осипов» 0+
14:30 Х/ф «Осторожно, бабушка!» 0+
16:15 Х/ф «Звёзды на крыльях» 0+
17:50 Х/ф «Кодовое название «Южный гром» 12+
21:30 «Бесогон» 18+
22:45 «Русский ковчег с Яном Таксиром» 12+
23:50 Д/ф «Московские святители Петр и Алексей. День ангела» 0+
00:25 Д/ф «Святые целители. Святая блаженная Матрона Московская» 0+
00:55 Д/ф «Димитрий Донской. «Святые воины» 6+
01:25 Д/ф «Сергий Радонежский. Земное и небесное» 0+
02:10 Д/ф «Свечот веры неугасимый» 0+



05:00 Шоу «Уральские пельмени» 16+
07:15 «Мне туда надо» 16+
08:15 «Бери и делай!» 16+
08:50, 09:30 «Просто кухня» 12+
10:00, 04:00 «100 мест, где поестся» 16+
11:00 «Две стороны одной страны» 16+
12:00 Т/с «Чем заняться в выходные?» 16+
12:30 Х/ф «Приключения Паддингтона» 6+
14:25 Х/ф «Приключения Паддингтона 2» 6+
16:25 Х/ф «Десять жизней» 12+
18:05 Х/ф «Чебурашка» 6+
20:20 Х/ф «Финист. Первый богатырь» 6+
22:50 Х/ф «Чёрная молния» 0+
00:55 Х/ф «Сквозь время» 12+
02:40 Х/ф «Этерна. Часть первая» 12+



06:30 Х/ф «Ведь мы семья» 16+
10:25 «Уютное утро» 16+
11:00 Т/с «Невеста» 16+
23:35 Х/ф «Отчаянные меры» 16+
03:05 «Одна за всех» 16+
03:10 Д/с «Знать будущее. Жизнь после Ванги» 16+
04:50 Х/ф «Молодая жена» 12+
06:25 Х/ф «Срывая маски» 16+



06:00 Мультфильмы 0+
09:00 Т/с «Слепая» 16+
12:45 Х/ф «Агент под прикрытием» 18+
14:45 Х/ф «Папа из спецназа» 18+
17:00 Х/ф «Шпионская свадьба» 18+
19:00 Х/ф «Отпетые напарники» 16+
21:15 Х/ф «Великолепный» 16+
23:45 Х/ф «Не звезды!» 16+
01:30 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:00 «Секреты на кухне» 16+
05:50, 02:40, 04:30 «Пятница News» 16+
06:20 «Кондитер. Дети» 12+
07:30 «Умнее всех» 12+
08:30 «Мамы «Пятницы» 16+
09:00 «Четыре дачи» 16+
16:20 «Чёрный список. На кухне» 16+
00:00 Х/ф «Письма о любви» 18+
02:00 Т/с «Комиссар Рекс» 16+
03:10, 03:20 «Чёрный список» 16+



05:55 Х/ф «Там, на неведомых дорожках...» 6+
07:20, 09:15 Х/ф «Любовь земная» 16+
09:00, 13:00, 18:00 Новости дня 16+
09:25 Х/ф «Судьба» 16+
13:20 Х/ф «Отряд особого назначения» 12+
15:00, 18:25 Т/с «Снайпер. Последний выстрел» 16+
19:15 Х/ф «22 минуты» 16+
21:00 Гала-концерт IV сезона Всероссийского фестиваля «Баллады специальной военной операции. Время вышло нас» 6+
23:45 Т/с «Операция «Трест» 12+



05:00 Х/ф «Частная жизнь Петра Виноградова» 0+
05:30, 06:10, 08:00 Мультфильмы 12+
05:45 «Всё как у людей» 6+
07:35 «Исторический детектив» 16+
09:00 «Игра в кино. Мультфильмы» 16+
09:40, 10:20 Х/ф «Королевство кривых зеркал» 0+
10:00, 13:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
10:10 «Предварительный диагноз» 16+
11:40, 13:15 Х/ф «Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен» 0+
13:25 Х/ф «Парец Марии Медици» 12+
15:15 Х/ф «Смерть под парусом» 0+
18:15 Х/ф «Знахарь» 16+
20:40 Х/ф «Жестокий романс» 12+
23:25 Х/ф «Два дня» 16+
01:05 «Наше кино. История большой любви» 16+
02:45 Х/ф «Небо Москвы» 0+
04:05 Х/ф «Любимая девушка» 12+



07:00, 03:30 Т/с «Однажды в России» 16+
11:15 «Битва экстрасенсов» 16+
18:30 «Мастер игры» 16+
21:00, 00:00 «Игра вслепую» 16+
23:00, 01:50 «Женский стендап» 18+



05:00 Музитив 16+
06:30, 08:40, 12:00 Про-Новости 16+
11:00 Т/с «Невеста» 16+
06:50, 04:00 Плейлист | Осень 16+
07:40 Звезды о звездах 16+
09:00 Звезды на утро 16+
10:00 У-Дачный чарт 16+
11:00 Тор чарт Европы плюс 16+
12:30 Top-30. Народный хит 16+
15:00 Приехали! 16+
15:30 Хит-сториз 16+
16:00 Должно продолжаться! 80 лет Фредди Меркьюри 16+
16:30, 01:00 Top-30. Русский плейлист недели 16+
18:40 Фестиваль Новое Радио в Лужниках-2026 16+
22:30 Народное диско 16+
00:00 Dance чарт 16+
02:45 Караоке хит 16+



06:00 Мультфильмы 6+
08:30 «Крымское счастье» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 12+
09:15 «Клуб Шико» 12+
09:30 «На высоте» 12+
09:35 «Золото винок» 12+
10:15 «Любит/не/любит» 12+
10:50, 17:40 Д/с «Тайна на карте» 16+
11:35 Д/с «Святые Руси» 12+
12:30, 02:30 Д/с «Тайны анатомии» 12+
13:15, 21:55, 00:20 Т/с «Синичка» 16+
16:20 Д/ф «Евгений Стеблов» 12+
17:15, 01:40 Д/с «Рассекреченная история» 16+
18:25, 03:20 Т/с «Цвет липы» 12+
20:15, 05:45 «Спорт. Лица» 12+
20:30 Х/ф «Два Федора» 12+
01:10 Д/с «Жизнь замечательных идей» 12+
02:00 Д/с «Возвращение. Виктор Горн» 12+
04:45 «PROбой» 12+
05:00 Д/с «Вместе по России» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 03:30, 13:15 Экономика 12+
00:30, 03:45, 13:45 Игра в классики 16+
00:45, 03:15, 09:30, 19:45 Эпоха 12+
01:15, 17:15, 19:30 Интервью 24 12+
01:30, 05:30, 16:30 Открытая власть 12+
02:15, 12:15 Планета+ 16+
02:25, 06:20, 12:25 Спорт 24 12+
02:30, 06:30 Д/с «ДНК России» 12+
04:15, 11:15 ПолитОтдел 16+
05:15, 09:45, 16:15, 21:45 Сказано на радио 12+
06:15, 17:40 Чрезвычайный Крым. Итоги 16+
06:25, 12:20, 17:30 Мнение 24 12+
07:15, 08:15, 14:15, 15:15, 22:15, 23:15 Ток-шоу «Говорите правду» 12+
09:15 Православное интервью 12+
10:15, 18:15 Пятница. Вечер 16+
12:30 Д/с «Россия XXI век» 12+
13:30 Интервью 12+
19:15 Парламент 12+
20:15 Константинов. Главное 12+
20:45 Под сукном 12+
21:15 Занавес 16+



00:15 Т/с «Команда Че» 16+
01:00 Т/с «Сердце не обманет, сердце не предаст» 16+
01:45 «Ватандаш» 12+
02:00 «Юрт нефесин» 12+
02:30 «Хаберлер» кр.таз.16+
03:00 «Мераба, саба!» 6+
04:45 «Мирас» 12+
05:00 «Тарих излери» 12+
05:30 «Хаберлер» кр.таз.16+
06:00 «Диний субет» 12+
06:30 «Хаберлер» рус.яз. 16+
07:00 Д/ф «Внешние данные» 12+
07:30 Х/ф «Осторожно, дети!» 12+
08:45 Д/ф «Крымские клады» 12+
09:00 «Ирфан» 12+
09:30 «Арманчык» Диалекты 12+
10:00 «Хош сефа» 6+
10:30 М/ф кр.таз. «Простоквашино» 0+
11:00 Д/ф «Инспектор трзвел» 12+
11:30 Д/ф «Вопрос науки» 12+
12:00 Д/ф «Вне зоны доступа» 12+
12:45 М/ф 0+
13:00 «Миллет яньгырай» 6+
14:00 «Ватандаш» 12+
14:15 «Ильхам» 12+
14:30 Т/с «Клетка для сверчка» 16+
16:00 М/ф кр.таз. «Хвостатые мстители» 6+
17:15 Д/ф «СССР. Знак качества Г. Сукачевым» 16+
18:00 Д/ф «Большое кино» 16+
18:30 Д/ф «Рыболовные путешествия» 16+
19:00 Х/ф «Брат во всем» 16+
20:15 «Ватан хатырасы» 12+
20:30 «Яйла бою» 6+
21:00 «Миллет яньгырай» 6+
22:35 Т/с «Мата Хари» 16+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00 Новости 12+
6:30 М/с Джи-Джи Бонд. 0+
8:00 Развожаев. Главное. 12+
8:30 Защитники Отечества. 12+
9:00 Отражение. 12+
9:30 Город героев. 12+
10:00 Новости 12+
10:30 Культурная среда. 12+
11:00 Интервью. 12+
11:30 Скажите честно. 12+
12:00 Новости 12+
12:30 Семейные обстоятельства. Советское кино 16+
14:00 Д/ф «Фильм не сохранился. 5 с. 12+
15:00 Акценты 12+
15:30 Интервью. 12+
16:00 Севастополь – «Кызылташ» Бахчисарай. Футбол. Прямая трансляция 0+
18:00 Х/ф Второй брак. 1, 2 серия 12+
20:00 Т/с «Истории маленького городка. 27 с. 16+
21:00 Вечерние новости 12+
21:15 Акценты 12+
21:30 Х/ф Мечтатель. 16+
23:30 Авторadio. Классика. Дуэты. Концерт 16+
1:30 Ночной информационный канал 12+

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



05:05 М/ф «Все псы попадают в рай» 12+
06:25 М/ф «Три богатыря и Пуп Земли» 6+
08:00 «Союзмультфильм» представляет...» 6+
12:00 Т/с «Ландыши. Такая нежная любовь» 16+
17:40 Х/ф «Холоп» 12+
19:45 Х/ф «Самый лучший день» 16+
21:40 Х/ф «Пара из будущего» 12+
23:40 Х/ф «Адам и Ева» 12+
01:20 Х/ф «Бармен» 16+
02:40 Х/ф «Тот еще...!» 12+
04:00 Х/ф «Девочка Нина и похитители пианино» 6+



00:05, 08:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
02:05 Х/ф «Узник замка Иф» 12+
06:25 Х/ф «Мужчина в моей голове» 16+
14:10 Х/ф «Особенности национальной охоты» 16+
16:00 Х/ф «Зита и Гита» 12+
19:00 Х/ф «Американ бой» 16+
21:10 Х/ф «Пятый элемент» 16+
23:30 Х/ф «Высокий блондин в черном ботинке» 6+



00:50 Х/ф «Мы рожаем!» 16+
02:50 Х/ф «Монстр. Начало» 18+
04:20 Х/ф «Флирт с дьяволом» 18+
06:00 Х/ф «Очень плохие мамочки» 18+
07:50 Х/ф «Очень плохие мамочки 2» 18+
09:40 Х/ф «Стриптизерши» 18+
11:40 Х/ф «222» 16+
13:25 Х/ф «Джун и Джон» 18+
15:10 Х/ф «Семьянин» 12+
17:30 Х/ф «Туда» 16+
19:30 Х/ф «Плохая девочка» 18+
21:25 Х/ф «Горничная» 18+
23:55 Х/ф «Идеальная зависимость» 18+



05:00, 02:55 «Моя свекровь – монстр» 16+
06:50 «Супермама» 16+
08:35 «Обмен домами» 16+
10:00 «Формула здоровья» 16+
10:35 «Статус неравный брак» 16+
13:00 «Мамыны сыночки» 16+
16:00 «Мама в 16» 16+
21:00 «Дом 2. Новая жизнь» 16+
00:10 «Измени» 18+
02:00 «Моя-твоя еда» 0+

ЦИФРОВОЕ ТЕЛЕВИДЕНИЕ РОССИИ



06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости
06:10 «Играй, гармонь любимая!» 12+
06:55 «Часовой» 12+
07:25 «Здоровье» 16+
08:30 «Золотая коллекция «Союз-мультфильма» 0+
09:10 «Непутевые заметки» 12+
09:30 «Мечталлион» 12+
10:15 Д/ф «Евгений Леонов. Всё, что не успел сказать» 12+
11:05 «Жизнь своих» 12+
12:15 «Будем жить!» 16+
13:10 «Видели видео?» 0+
14:00 Т/с «Знахарь» 16+
19:00 «Точь-в-Точь» 16+
21:00 Время
23:00 «Большая игра» 16+
00:10 Подкаст:Лаб 16+



06:05, 02:35 Х/ф «Закон сохранения любви» 12+
08:00 Местное время. Воскресенье
08:35 «Когда все дома»
09:25 «Утренняя почта»
10:10 «Сто к одному»
11:00, 14:00, 17:00 Вести
11:50, 01:30 Рассказы из русской истории. Владимир Мединский 12+
12:55 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+
14:30 Вести. Местное время
15:00 «Весёлые ребята» 16+
17:50 «Песни от всей души» 12+
20:00 Вести недели
22:00 «Киселёв»
22:30 «Москва. Кремль. Путин»
23:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+



06:00 Профессиональный бокс. Артуро Гатти против Микки Уорда 16+
07:00, 09:00, 00:55, 03:55 Новости
07:05, 14:45, 17:00, 21:00, 01:00 Все на Матч! 12+
09:05 Д/ф «Роковая партия» 12+
10:55 Регби. Чемпионат России. «Енисей-СТМ» (Красноярск) – «Локомотив-Пенза» 12+
12:55 Футзал. Бетсити. Суперлига. «Торпедо» (Нижегородская область) – «Тюмень» 6+
14:55 Футбол. Лига Пари. «Урал» (Екатеринбург) – «КАМАЗ» (Набережные Челны) 6+
17:30 Футбол. Альфа-Банк. Российская премьер-лига. «Динамо» (Москва) – «Спартак» (Москва) 6+
21:30 Футбол. Чемпионат Италии. «Ювентус» – «Милан» 6+
23:45 «После футбола с Георгием Черданцевым» 12+
02:00 II Всероссийская спартакиада. Волейбол. Мужчины. Финал 6+
04:00 Лёгкая атлетика. Бриллиантовая лига 6+



04:40 Т/с «Балабол» 16+
06:20 «Центральное телевидение» 16+
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «У нас выигрывают» 12+
10:20 «Цифровые расследования» 16+
11:00 «Чудо техники» 12+
12:00 «Дачный ответ» 0+
13:00 «НашПотребНадзор» 16+
14:00 «Однажды...» 16+
15:00 «Своя игра» 0+
16:20 «Человек в праве» 16+
17:00 «Скандалы. Интриги. Расследования» 16+
18:00 «Новые русские сенсации» 16+
19:00 Итоги недели
20:20 «Ты супер! 10 лет спустя». Юбилейный сезон 6+
23:50 «Звезды сошлись» 16+
01:25 «Основано на реальных событиях» 16+



05:00 М/с «Маша и Медведь» 0+
05:20, 06:00, 06:40 Т/с «Эльбрус» 16+
07:25 Х/ф «Морозко» 0+
09:00 «Фирменный рецепт» 12+
09:30, 10:25, 11:20, 12:05, 13:00, 13:50, 14:40, 15:35, 16:25, 17:15, 18:05, 18:55, 19:45, 20:40 Т/с «Ликвидация» 16+
21:30, 22:25, 23:25, 00:20, 01:15, 02:05 Т/с «Далеко до Москвы» 16+
02:50, 03:35, 04:15 Т/с «Свидетели» 16+



06:30 М/ф «Король и дыня», «Два клена»
07:30 Х/ф «Девушка без адреса»
08:55, 01:10 «Диалоги о животных. Пермский зоопарк»
09:40 Д/ф «Свинарка и пастух. Друга я никогда не забуду»
10:20 Х/ф «Свинарка и пастух»
11:45 «Метод Сократа»
12:25 Неизвестные маршруты России. «Краснодарский край. Из Туапсе в Баракаевскую»
13:05 «Невский ковчег теории невозможного. Юрий Пукинский»
13:35 Д/с «Элементы. Эксперимент и лирика»
14:05 Игра в бисер. Сергей Довлатов. «Чемодан»
14:45 Х/ф «Ас из асов»
16:30 «Картина мира»
17:15 Д/ф «Цвет жизни. Начало»
18:05 «Пешком...» Москва таганская
18:35 «Романтика романа. Посвящение Микаэлу Таривердиеву»
19:30 Новости культуры
20:25 Х/ф «Кин-дза-дза!»
22:35 Большая опера в Завидово
00:00 Х/ф «Зеленый огонек»
01:50 Искатели. «Тайна «Золотого водопада»
02:35 М/ф для взрослых «Праздник», «Эксперимент»



00:00, 00:30, 01:00, 01:30, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 04:00, 04:30, 05:00, 05:30, 06:00, 06:30, 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00, 23:30 РИК «Россия 24»



05:00 «Ранние птички» 0+
07:00 «С добрым утром, малыши!» 0+
07:35 М/с «Ум и Хрум» 0+
10:00 «Вкусные рисунки. Создай и съешь» 0+
10:20, 12:15 М/с «Маша и Медведь» 0+
12:00 «Студия красоты» 0+
14:00 «У меня лапки» 0+
14:20 М/с «Крутой Майк» 6+
16:00 «Это супер!» 0+
16:20 М/с «Барбоскины» 0+
18:45 М/с «Мини-мишки» 0+
20:20 М/с «Буква в деле» 0+
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» 0+
21:15 М/с «Пугашки» 0+
22:30 М/с «Метал Кард Бот» 6+
23:00 М/с «Дикие скричеры!» 6+
23:25 М/с «Фиксики. Самое время!» 0+
03:10 М/с «Фиксики. Дай пять!» 0+



06:00 «Это сделано в России» 12+
06:05, 00:40 Х/ф «Кавалер Золотой Звезды» 12+
08:00, 17:00 «Пёстрый мир» 12+
09:00, 16:00 «Календарь» 12+
09:30 «Всё по-взрослому» 12+
10:30 «На приёме у главного врача с Марьяной Лысенко» 16+
11:20, 12:05 Х/ф «Мужские портреты» 16+
12:00, 15:00, 19:00 Новости
13:50 «Конструкторы будущего» 12+
14:05 «Большая страна» 12+
15:05 «Моя история. Олеся Железняк» 16+
16:30 «Свет и тени. Витус Беринг» 16+
17:30 Сергей Жилин представляет. «Антология советской песни» 16+
19:15 «Клуб главных редакторов» 16+
20:00 Х/ф «Географ глобус пропил» 16+
22:00 Х/ф «Супермозг» 16+
23:50 Д/ф «1967: лето любви» 16+
02:35 Х/ф «Мужество» 16+
03:40 Х/ф «Покровские ворота» 0+



05:55 Х/ф «Хроника гнусных времён» 16+
09:25 Х/ф «Беглецы» 16+
11:30, 00:35 События 16+
11:50 «Наша смешная жизнь» 16+
12:40 Х/ф «Петровка, 38» 12+
14:30 Московская неделя 12+
15:00 Д/ф «Дорогие товарищи. Человек-Гознак» 16+
15:50 Д/ф «Настоящий детектив. Жемчужная нить» 16+
16:40 Д/ф «Охота на маньяка. Дело о случайных совпадениях» 16+
17:30 Х/ф «Селфи с судьбой» 12+
21:10 Х/ф «Тень дракона» 12+
00:50 «Петровка, 38» 16+
01:00 Х/ф «Сыщицы» 16+
02:30 Х/ф «Сыщицы. Нож в спину» 16+
04:05 Д/ф «Алиса Фрейндлих. Вчера, сегодня и всегда» 16+
04:45 Д/ф «Евгений Леонов. Зигзаги удачи» 16+
05:30 «10 самых. Время перемен. Рекламная пауза» 16+



05:00, 01:20 «Самые шокирующие гипотезы» 16+
06:00 «С бодрым утром!» 16+
08:30, 12:30, 16:30 Новости 16+
09:00 «Самая народная программа» 16+
10:00 «Знаете ли вы, что?» 16+
11:00 «Наука и техника» 16+
12:00, 16:00 «Информационная программа 12» 16+
13:00 «Неизвестная история» 16+
14:00 «Легенды и мифы» 16+
16:55 «Что мы знаем о планете земля?» 16+
17:55, 23:55 Д/ф «Великие правила» 16+
18:50 Х/ф «Охранники» 18+
20:35 Х/ф «Вне/себя» 16+
23:00 «Итоговая программа» 16+



05:00, 23:10 «День Патриарха» 0+
05:10 «Завет. Жизнь Христа» 6+
05:55 «Метанойя» 12+
07:05 Мультфильмы на Спасе 0+
08:25 Д/ф «Московские святители Петр и Алексей. День ангела» 0+
09:00 «Простые чудеса» 12+
10:00 «Божественная литургия» 0+
12:00 Общественно-культурный ход в день празднования Собора Московских святых 0+
14:00, 23:20 «От воскресенья до воскресенья» 6+
16:00 «София. Мат и сквернословие» 12+
17:30 Д/ф «Святые целители. Святая блаженная Матрона Московская» 0+
18:05 Х/ф «Мы, нижеподписавшиеся» 12+
21:00 «Бесогон» 18+
22:15, 04:10 «Парсуна» 6+
01:00 Д/ф «Филипп и Варфоломей. Апостолы» 0+
01:25 Д/ф «Радуйся, предобрая блаженная Матрона» 0+
02:20 Д/ф «Иду на таран» 0+
03:10 Д/ф «Жертвы говорят...» 16+



05:00, 04:10 «100 мест, где поест» 16+
08:30 «Две стороны одной страны» 16+
09:30 «Бери и делай» 16+
10:00 «Мне туда надо» 16+
11:00 Х/ф «Приключения Паддингтона» 6+
12:50 Х/ф «Приключения Паддингтона 2» 6+
14:50 Х/ф «Чебурашка» 6+
17:00 «Суперниндзя» 16+
21:00 Х/ф «Ной» 12+
23:45 Х/ф «Дикий» 18+
01:35 Х/ф «Последняя пуля» 16+
02:55 М/ф «Папа-мама гусь» 6+



06:30 Х/ф «Срываю маски» 16+
10:30 «Метод Рогова» 16+
11:00 Х/ф «Серафима Прекрасная» 16+
23:30 Х/ф «Талисман для золотой рыбки» 16+
03:00 «Одна за всех» 16+
03:10 Д/с «Знать будущее. Жизнь после Ванги» 16+



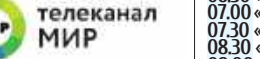
06:00, 05:45 Мультфильмы 0+
09:00 Т/с «Слепая» 16+
12:15 Х/ф «Не звезды!» 16+
14:15 Х/ф «Великолепный» 16+
16:45 Х/ф «Отметы напарники» 16+
19:00 Х/ф «Взвести курки» 18+
21:00 Х/ф «План побега 2» 18+
22:45 Х/ф «План побега 3» 18+
00:45 Х/ф «Миссия ассасина» 18+
02:15 Т/с «Знаки судьбы» 16+



05:00, 04:20 «Секреты на кухне» 16+
05:50, 03:00, 04:30 «Пятница News» 16+
06:20 «Кондитер. Дети» 12+
07:10 «Умнее всех» 12+
08:30 «Во что верят люди» 16+
10:50 «Погнали! в Сингапур. Легендарная уличная еда» 16+
12:00 «Запретная Япония» 16+
14:00 «Погнали! в США. Дальнотбойщики 2» 16+
15:40 «Погнали! в США. Нью-Йорк. Социальное жилье и уличные банды» 16+
17:00 «Погнали! в ЮАР» 16+
18:20 «Погнали! в Китай. Как китайцы уделали всех?» 16+
20:20 «Погнали! в Китай. Уличная еда» 16+
21:40 «Погнали! в Мексику. Все войны картелей» 16+
23:40 «Теперь я Босс!» 16+
00:50 Т/с «Хадсон и Рекс» 16+



05:40 Х/ф «В небе «Ночные ведьмы» 12+
07:10 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина» 12+
09:00 Новости недели 16+
09:25 «Служу России» 12+
09:55 «Военная приемка» 12+
10:40 «Мушкетеры. Командир десанта Камилл Ижболдин» 16+
11:10 Д/ф «Там, где свои: сербы и русские на общем фронте» 16+
12:05 «Код доступа. Дэвид Рокфеллер» 12+
13:00 Д/с «Война миров. Блицкриг Черчилля» 16+
13:45 Т/с «Один в поле воин» 16+
18:00 Главное с Ольгой Беловой 16+
19:40 Д/с «Легенды советского сыска» 16+
22:10 «Оетисов». Ток-шоу 12+
23:00 Х/ф «Опасные гастроли» 12+
00:55 Х/ф «Баллада о доблестном рыцаре Айвенго» 12+
02:25 Х/ф «Урок жизни» 12+
04:15 Д/с «ЦСКА. Спортивный щит Родины» 12+
04:55 Д/с «Москва - фронту» 16+



05:00 Х/ф «Любимая девушка» 12+
05:30 Мультфильмы 12+
05:55 Д/с «Рожденные в СССР» 16+
06:20 «Пять причин поехать в...» 12+
06:35 Х/ф «Я шагаю по Москве» 12+
07:50 «Диктор делает» 16+
08:20 «ФазендаЛайф» 6+
08:50, 10:10 Х/ф «Покровские ворота» 0+
10:00, 13:00, 18:00 Вместе каждый день 16+
11:45, 13:15 Х/ф «Королевство кривых зеркал» 0+
13:35 Т/с «Кортис» 0+
18:15 Т/с «Бронзовая птица» 0+
22:15 Х/ф «Ларец Марии Медици» 12+
00:05 Х/ф «О бедном гусаре замолвите слово» 0+
02:45 «Наше кино. История большой любви» 16+
04:25 Х/ф «Светлый путь» 12+



07:00, 02:15 Т/с «Однажды в России» 16+
11:25 «Новая битва экстрасенсов» 16+
18:00 «Большой куш» 16+
20:30 «Погоня» 16+
23:55 «Шоу Воли» 16+
01:00 «Мастер игры» 16+
05:00 «Утро ТНТ» 16+
05:50 Т/с «СашаТаня» 16+



05:00, 17:30, 00:00 Плейлист | Осень 16+
05:30, 03:00 Караокинг 16+
07:00 Рго-Новости 16+
07:30 У-Дачный чарт 16+
08:30 Teen чарт 16+
09:00 Хиты по-русски 16+
09:30 Дачный плейлист Радио Дача 16+
10:30, 12:30 Хит-сториз 16+
11:00 Юмор FM чарт 16+
12:00 10 самых! 16+
13:00 Муз-ТВ чарт 16+
14:00 Моя Волна 16+
15:00 Лига свежих клипов 16+
15:30 Приехали! 16+
16:00 Яндекс. Музыка чарт 16+
17:00 Должно продолжаться! 80 лет Фредди Меркьюри 16+
18:30 Top-30. Народный хит 16+
21:00 Народное диско 16+
22:00 Золотая лихорадка 16+
01:30 Лайкер 16+



06:00 Мультфильмы 6+
08:30, 02:00 Д/ц «ДНК России» 12+
09:00, 13:00, 17:00, 20:00, 00:00, 03:00, 05:30 Новости 24 12+
09:15 «АГОНИМЫ» 12+
09:45 «Спорт. Лица» 12+
10:00 «Крымское счастье» 12+
10:30, 05:45 «Эпоха в истории» 12+
10:50, 17:40 Д/ц «Тайна на карте» 16+
11:35 Д/ц «Святники России» 12+
12:30, 02:30 Д/ц «Тайны анатомии» 12+
13:15, 21:35, 00:20 Т/с «Синичка 2» 12+
16:20 «Зерно истины» 12+
17:15 Д/ц «Рассекреченная история» 16+
18:25, 03:20 Т/с «Цвет липы» 12+
20:15 Х/ф «Проект «Альфа» 12+
00:45 Сольный концерт Елены Ваенги в Кремле 16+
04:45 «Крымский андеграунд» 12+
05:00 Д/ц «Вместе по России» 12+



00:00, 01:00, 02:00, 03:00, 04:00, 05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00, 23:00 Новости 24 12+
00:15, 05:30, 09:45, 14:30, 19:15, 23:15 Под сукном 12+
00:40, 03:30, 08:15, 10:15, 13:45 Чрезвычайный Крым. Итоги 16+
01:15, 04:15, 10:30, 14:45, 17:15, 19:30 Интервью 24 12+
01:30, 05:15, 14:15, 20:30 Игра в классики 16+
01:45, 03:45, 07:15, 13:30, 17:45, 20:45 Экономика 12+
02:15 Музыкальный концерт 12+
03:15, 05:45, 07:45, 10:45, 17:30, 21:45 Парламент 12+
04:30, 07:30, 12:15, 16:15, 22:15 Сказано на радио 12+
04:45, 15:45, 19:45 Эпоха 12+
06:15, 11:15 Пятница. Вечер 16+
08:30, 12:30, 18:30, 23:30 Константинов. Главное 12+
09:15, 16:30 Занавес 16+
13:15 Православное интервью 12+
15:15, 22:30 Д/ц «От Вече до ЦИК» 12+
18:15 Д/ц «ГИБДН» 16+
20:00 Смыслы 16+
21:15 Спорт. Итоги 12+



00:00 Т/с «Клетка для сверчка» 16+
01:30 «Гарик излери» 12+
02:00 «Ильяхам» 12+
02:15 «Хранители традиций» 12+
02:30 «Юрт нефеси» 12+
03:00 «Тек арузм Ватан» 12+
04:00 «Ватан хатырасы» 12+
04:15 «Мирас» 12+
04:30 «Миллет янгыгырай» 6+
06:00 «Ирфан» 12+
06:30 «Чалгыбдыжы» 6+
07:00 «Арманчык» Диалекты 12+
07:30 «Тек арузм Ватан» 12+
08:30 «Юрт нефеси» 12+
09:00 М/с «Крат.яз. «Простоквашино» 0+
09:30 Х/ф «Осторожно, дети» 12+
10:45 М/ф 0+
11:00 Д/ф «Инспектор трзвел» 12+
11:30 Х/ф «Брат во всем» 16+
12:50 М/ф 0+
13:00 «Миллет янгыгырай» 6+
14:15 «Ватан хатырасы» 12+
14:30 Т/с «Клетка для сверчка» 16+
16:00 Х/ф «Крат.яз. «Странная жизнь Тимоти Грина» 16+
17:45 «Ватандаш» 12+
18:00 Д/ф «Большое кино» 16+
18:30 Д/ф «Рыболовные путешествия» 16+
19:00 Х/ф «Вне зоны доступа» 12+
20:30 «Ватан хатырасы» 12+
20:45 «Хранители традиций» 12+
21:00 «Миллет янгыгырай» 6+
22:35 Т/с «Мата Хари» 16+
00:00 Т/с «Клетка для сверчка» 16+
01:30 «Юрт нефеси» 12+
02:00 «Ватан хатырасы» 12+
02:15 «Мирас» 12+
02:30 «Гарик излери» 12+
03:00 «Тек арузм Ватан» 12+
04:00 «Ватандаш» 12+
04:15 «Ватан хатырасы» 12+
04:00 «Миллет янгыгырай» 6+



5:55 Гимн России. Гимн Севастополя 0+
6:00, 10:00, 12:00 Новости 12+
6:15 Море интересного. 12+
6:30 М/с Джи-Джи Бонд. 0+
8:00 Скажите честно. 12+
9:30 Культурная среда. 12+
9:30 Отражение. 12+
10:15 Защитник Севастополь вместе. 12+
10:30 М/ф Ролли и Эльф: невероятные приключения. 0+
12:15, 16:00 Акцент 12+
12:30 Если можешь, прости. Советское кино 16+
14:00 Прогулка по Приозерскому району. 12+
14:25 Развожаев. Главное. 12+
15:00 Д/ф Фильм не сохранился. 4 с. 12+
16:15 Интервью. 12+
16:30 Счастливого человека. Советское кино 16+
18:00 Х/ф Второй брак. 3, 4 с. 12+
20:00 Т/с История маленького городка. 28 с. 16+
21:00 Итоги недели 12+
21:30 Х/ф Банк Девя. 16+
23:30 Авторadio. 30 лет. Классика. Концерт. 1, 2 часть 16+
1:30 Ночной информационный канал 12+

КАБЕЛЬНОЕ ТВ



05:30 М/ф «Снежная королева» 6+
06:45 М/ф «Снежная королева 2. Перезаморозка» 0+
08:10 М/ф «Снежная королева 3. Огонь и лед» 6+
09:45 Х/ф «На острие» 12+
12:00 Т/с «Операция «Мухаббат» 16+
23:40 Х/ф «Экипаж» 6+
01:55 Х/ф «Карп от замороженный» 12+
03:30 Х/ф «Вы меня видели?» 16+



01:10 Т/с «Десантура» 16+
09:20 Т/с «Улицы разбитых фонарей» 16+
14:55 Х/ф «Особенности национальной рыбалки» 16+
16:50 Х/ф «Серые волки» 12+
19:00 Х/ф «Жмурки» 16+
21:00 Х/ф «Пленный» 16+
22:35 Х/ф «Граф Монте-Кристо» 16+



01:40 Х/ф «Руки Вверх!» 12+
04:10 Х/ф «Джейн Эйр» 16+
06:20 Х/ф «Семейный переполох» 6+
08:05 Х/ф «Лёд 2» 6+
10:30 Х/ф «Тэсс» 16+
13:50 Х/ф «Красавица и чудовище» 16+
15:55 Х/ф «Мадам парфюмер» 12+
17:45 Х/ф «Мальдивы подожгут» 16+
19:30 Х/ф «А вот и она» 12+
21:05 Х/ф «Море соблазна» 18+
23:00 Х/ф «Стриптизерши» 18+



05:00, 02:55 «Моя свекровь – монстр» 16+
06:10 «Супермама» 16+
08:00 «Обмен домами» 16+
09:35, 15:00 «Мама в 16» 16+
12:05 «Дорогая, я забил» 12+
18:00 «Ждули» 16+
21:00 «Дом 2. Новая жизнь» 16+
00:05 «Измены» 18+
02:00 «Моя-твоя еда» 0+



06:2

																			
1. Зная, что в Ялте, в 1943 году произошло событие, не имеющее семьи, близких (фото 3)										2. Знахарка, колдунья									
3. Художник, изобразивший «Пристань в Ялте» (репродукция 1)										4. Буква греческого алфавита									
5. Село в Красногвардейском районе										6. Мифический великан в Азии									
7. Длинная телега без кузова, передок и задок которой соединены продольными брусьями										8. Яйла в составе Главной гряды Крымских гор									
9. Таврический монетный двор в Феодосии в XVIII веке										10. Столица европейского государства									
11. Упорядочное множество математических элементов										12. Состояние человека, не имеющего семьи, близких									
13. Совокупное наименование художественных тенденций, более радикальных, чем модернизм										14. Сельскохозяйственная культура									
15. Первое учёное звание преподавателя вуза										16. Академическая дырка в лекциях									
17. Образ действий при выполнении чего-либо										18. Направление линии дороги, трубопровода									
19. Город на Южном берегу Крыма, парк на фото 5										20. Италиянский кинорежиссёр									
21. Визит грабителей в банк										22. Посуда для вина, пива на Руси									
23. Надпись или пояснительный текст										24. Возвышенность перед входной дверью здания									
25. Поддельный драгоценный камень										26. Старинное оружие для пахоты									
27. Предприятие общественного питания										28. Древний город в Крыму, руины на фото 2									
29. Стабильная нейтральная элементарная частица с массой, равной нулю или близкой к нему										30. Старинное название повозок									
31. Средневековый провансальский поэт-певец										32. От него волосы дыбом встают									
33. Тушёное блюдо из овощей или мяса										34. Научная концепция									
35. Электромагнитный прибор для нахождения мин										36. Замаскированный праздник и пастыш									
37. Способ переработки овощей										38. Напутствие избирателей									
39. Приступ и смеха, и рыданий										40. Быстрые, ритмические колебательные движения конечностей									
41. Лечебное учреждение										42. Музыкальный инструмент крымского осли									
43. Садовая земляника										44. Замаскированный праздник и пастыш									
45. Хачлап — руины замка XIII–XIV веков близ Ореанды										46. Химический элемент, полупроводник									
47. Посёлок в Крыму, пляж на фото 4										48. Древнегреческая богиня земли									
49. В столярном деле — продольный прямоугольный выступ и (или) соответствующий ему паз на кромке деталей										50. Единица площади в метрической системе мер									
51. Конное вспомогательное подразделение римской армии										52. Их подводят в конце заседания									
53. Минеральная лечебная вода										54. Старинное фитильное ружье, в России — пищаль									
55. Тип советского самолёта										56. Растительность, природная зона									
57. Листовое дерево с сердцевидными зубчатыми листьями и медоносными цветками										58. Крепко и красиво сложенный человек									
59. Имя актёра Пачино										60. Полуостров — Джанкой									
61. Имя актёра Пачино										62. Полуостров — Джанкой									
																			

Составил Виктор ДРЫНДИН.

ОТВЕТЫ на СКАНВОРД, опубликованный в № 149 от 21.08.2026

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Кольчугино. Гоголь. Катер. Того. Сатин. Богемка. Личина. Алло. Запастье. Реактив. Вето. Чеснок. Баскетбол. Забияка. Оладья. Заря. Велотрек. Инки. ЛОР. Клио. Опытное. Бахчисарай. Йети. Али. Кузов. Дуку. Вишенка. АЗС. Гува. Стахановка. Индий. Урет. Рост. Джалита. Изюм. Вокзал. Кабина. Моа.

ПО ВЕРТИКАЛИ: Лёгкое. Ультразвук. Никосия. Трение. Ильич. Бородино. Ниро. Айвазовский. Сокол. Кабаре. Связист. Кузя. Бобслей. Лакировка. Рено. Ранх. Кизил. Обида. Нива. Енисей. Чауда. Сивка. Асеев. Витим. Торжок. Холл. Отравы. Аутизм. ЗАО. Юла.

КРЫМСКАЯ АФИША

• ТЕАТРЫ • ВЫСТАВКИ • КОНЦЕРТЫ • ЭКСКУРСИИ • ТЕАТРЫ | ВЫСТАВКИ • КОНЦЕРТЫ • ЭКСКУРСИИ • ТЕАТРЫ • ВЫСТАВКИ • КОНЦЕРТЫ •

КИНОПОКАЗ

Судак

«НОЧЬ КИНО» 6+

29 августа, 18:00, Исторический музей (ул. Набережная, 1)



Жителей и гостей города приглашают на просмотр семейного фильма «Чебурашка-2». Уже год, как необычный зверёк живёт у Гены. Ушастик взрослеет, и у друзей часто случаются разногласия: Чебурашка начинает проявлять излишнюю самостоятельность и хулиганить, а Гена пытается его воспитывать. Их приглашают на роскошный день рождения Сони, где ушастик случайно портит праздник. В надежде избежать очередной ссоры Чебурашка вместе с Соней и Гришей тайно сбегает в горы, где их ждут невероятные пейзажи и захватывающие, но опасные приключения. Обнаружив пропажу, взрослые объединяются, чтобы вернуть детей домой. Вход свободный.

ЭКСКУРСИЯ

Севастополь

«ПО СЛЕДАМ «РУССКОЙ ТРОИ»

6+

5–6 сентября, Культурно-выставочный центр Музея обороны Севастополя



Посетители увидят уникальные фрагменты панорамы Франца Рубо, спасённые из огня в годы Великой Отечественной войны, а также познакомятся с экспозициями о Крымской войне. В программе – интерактивные площадки, мастер-классы, исторические танцы и спектакль Севастопольского ТЮЗа. Время работы выставки – с 10:00 до 18:00. Самостоятельный осмотр – бесплатно.

Бахчисарай

«ТАЙНЫ ХАНСКОГО ДВОРЦА» 6+

Ежедневно, Ханский дворец



Прогулка по знаменитому дворцу с рассказом о крымско-татарской культуре, быте и легендах. Особое внимание – Фонтану слёз и парадным залам, где оживают страницы истории Крыма. Экскурсия подойдёт для семейного посещения: маршрут адаптирован для детей, а рассказ гида построен в формате увлекательных историй.

ЛИТЕРАТУРНО-ТЕАТРАЛИЗОВАННЫЙ ПРАЗДНИК

Симферополь

«ШКОЛЬНЫЙ ГОД НАЧИНАЕТ СВОЙ ОТСЧЁТ» 6+

1 сентября, 9:00, Крымская республиканская детская библиотека им. В. Н. Орлова

Когда и как отмечают начало учебного года в других странах, какие традиции существуют в школах, гимназиях и высших учебных заведениях – обо всём этом узнают участники мероприятия. Ребята послушают истории из сборника рассказов Владимира Благова «Доигрался, Стамескин?» о смешных проделках школьника Стамескина и его одноклассников и станут участниками инсценированного чтения отрывка из книги Виктории Ледерман «Нарочно не придумаешь!» о приключениях двух друзей – Игната Шалунова и Яны Баловневы, которые постоянно попадают в забавные и нелепые ситуации. Юные читатели ответят на каверзные вопросы игры «В школу ходят, чтобы...» и посмотрят мультфильм «История с единицей» о школьнике, победившем свою лень.

Редакция не несёт ответственности за возможные изменения в программе заявленных мероприятий.



28 августа –
3 сентября

КОНЦЕРТЫ

Симферополь

«ЭХО КИНО» 6+

29 августа, 16:00, Симферопольское музыкальное училище им. П. И. Чайковского

Оркестр «Камерата Крыма» Крымской государственной филармонии представит изысканную программу, в которой переплелись мелодии из культовых советских картин и знаменитых зарубежных фильмов. Это не просто концерт, а настоящее путешествие сквозь время и пространство, где каждая нота оживляет воспоминания о любимых фильмах. Проникновенное звучание струнных раскроет эмоциональную глубину знакомых мелодий, а виртуозная игра музыкантов подарит незабываемые впечатления.

Евпатория

«ПЕСНИ ЧЁРНОГО МОРЯ» 6+

29 августа, 18:00, Евпаторийский театр им. А. С. Пушкина

В концертной программе прозвучат композиции современных авторов, воспевающие Чёрное море и Крым. Лёгкие и весёлые, танцевальные и вокальные номера заставят зрителя перенестись в атмосферу солнца, песчаных пляжей, ласкового моря и незабываемой природы нашего полуострова. В мелодиях слышится дыхание южного ветра, а в словах песен – любовь к этим берегам. Программа ведёт зрителя от зажигательных ритмов к лирическим композициям, словно от яркого дня к звёздному вечеру у моря. Не упустите шанс окунуться в музыкальную панораму Крыма и на пару часов забыть о суете..

ВЫСТАВКА

Черноморское

«ДОРОГА ТЫСЯЧЕЛЕТИЙ» 6+

Ежедневно, Черноморский историко-краеведческий музей

Это уникальная возможность прикоснуться к древней истории Крыма и узнать больше о жизни народов, населявших Тарханкут в античный период. В экспозиции будут представлены археологические артефакты, найденные во время раскопок греко-скифских поселений, которые велись на протяжении последних десятилетий. Среди экспонатов – фрагменты чернолаковой и краснолаковой посуды, терракотовые статуэтки, изделия из кости, украшения.

ТЫ НЕ ОДИН**ПОЗЫВНОЙ АТОМ:**

– В нашем подразделении, вблизи фронта, находится медик. Его позывной – Меджик (Волшебник. – Ред.). Одну из своих боевых задач я проходил через его точку. Он собрал аптечку, дал очень дельные советы по тактической медицине, и они реально помогли потом. Прошло два года, а Меджик так и работает «на передке», в самом пекле, никуда не перевёлся. Вытягивая парней из лап смерти, он каждый день рискует собой! Помимо прочего, он круглосуточно находится на связи со штурмовиками, инструктирует, подсказывает, что делать в экстренных случаях, когда жизнь идёт на секунды. Сколько жизней он спас, знают только ангелы – его помощники. Солдат и врач в одном лице. Уважение, благодарность от всех, кому он помог и поможет ещё.

ПОЗЫВНОЙ ДОКТОР:

– Расскажу о моём лучшем друге с позывным Казак. В 2024-м я работал на эвакуации раненых. Везём мы парня: нога сильно повреждена, пуля в колене... Разговорились с ним. Оказалось, в шоковом состоянии, не чувствуя боли, он вынес из-под обстрела на себе троих раненых бойцов, оказал первую помощь. Ранение было очень сложным, и на Большой земле ему сказали, что нужно полностью «перебрать» коленную чашечку, чтобы вынуть злосчастную пулю. Боец отказался, вернулся на передовую на костылях и до сих пор находится там. Ходит с тростью, обучает парней тактической медицине. Я гулял у него на свадьбе, недавно у него родилась дочка... Очень надеюсь вместе с ним отпраздновать нашу Победу.

ПОЗЫВНОЙ ПУТИН:

– Что могу вам сказать: настоящие опытные медики – суровые люди. Отругать могут тебя за халатное отношение к здоровью: не жалея эпитетов, кратко, честно и ярко обрисуют ситуацию – и сразу мозги встают на место. У них и слово как укол адреналина (смеётся). Вот один такой доктор – с позывным Философ – очень дельный мужик. Помогает всем, и, помимо своей



АНГЕЛЫ ПЕРЕДОВОЙ

Сегодня в нашей стране отмечается День военного медика. День специалистов, которые на передовой и в тылу отвоёвывают у смерти жизни наших ребят. Наши воины и коллеги врачей поделились историями о работе и особенностях практики военных эскулапов.

медицинской части, он подсказывает, как правильно и быстро оформить документы, чтобы потом проблем не возникло. Медики на передовой – это люди, которые всегда сохраняют холодную голову, ничего не боятся и выносят нас из боя на своих плечах. Благодарность всем, кто нас спасает.

ПОЗЫВНОЙ ФИКСИК:

– Был в моей боевой практике момент, когда я был на грани жизни и смерти и от адской боли мне просто хотелось, чтобы всё закончилось. Осколок застрял у

меня в позвоночнике, и я понимал, что это уже всё... Но в обморочном состоянии я услышал чёткие команды: «Не трясите его! Обезбол! Приводим в сознание! Слышь, братан, умирать отставать!» Я так чётко помню этот голос! А лица не запомнил совсем, в бреду был. Вроде парни называли моего спасителя Ясным. Но сколько бы ни искал его после госпиталя, так никаких следов и не нашёл. Кстати, врачи в мирных госпиталях сказали, что первая помощь мне была оказана очень грамотно. Если бы не этот Ясный, мог бы я в инвалидном кресле на всю жизнь

“ МЕДИКИ НА ПЕРЕДОВОЙ – ЭТО ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ВСЕГДА СОХРАНЯЮТ ХОЛОДНУЮ ГОЛОВУ, НИЧЕГО НЕ БОЯТСЯ И ВЫНОСЯТ НАС ИЗ БОЯ НА СВОИХ ПЛЕЧАХ. БЛАГОДАРНОСТЬ ВСЕМ, КТО НАС СПАСАЕТ

остаться. Он спас меня! Вот, сейчас через газету передаю огромный привет и благодарность.

ПОЗЫВНОЙ ТИТАН:

– Если брать соотношение солдат и медицинских работников, тех, кто нас спасает, получится, наверное, тысяча к одному... Нас много, а их очень мало. Моего спасителя звали Сибирь. Парень совсем молодой, правда седой уже. Я встретился с ним на точке, на передовой. Он был важнее всех: офицеров, спасателей, взводных, ротных. Он был как молния. Кормил с ложки тех, кто ослаб от ран и ходить не мог. Заставлял приносить воду и запаривать чай с травами. В нём столько было любви ко всем нам! Хотя ругал, заставлял, принуждал, не давал опустить рук... Нереальной силы духа наши военные медики. Их, по-моему, даже смерть боится!

Беседовала Елена САХАРОВА.
Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

**Крымское
информационное
агентство**

**Ведущее новостное агентство
входит в ТОП-5**

самых цитируемых СМИ Крыма



г. Симферополь, ул. Козлова, 45а
8 (3652) 51-88-46, 7 (978) 20-790-81
info@kianews24.ru
Отдел рекламы: 7 (978) 00-000-33

**ГОВОРИМ ПРОСТО О СЛОЖНОМ,
КОРОТКО О ГЛАВНОМ**



16+

С ТАВРИДОЙ СВЯЗАННЫЕ СУДЬБЫ

Неброская красота Байдарской долины под Севастополем была первой страницей в книге крымских открытий Ивана Билибина.



В КОГТЯХ У СКАЗКИ

«У него есть волшебство в руке!» – перешёптывались завистники о творческой манере Ивана Билибина. Со дня рождения знаменитого художника, создателя уникального стиля, исполнилось 150 лет.



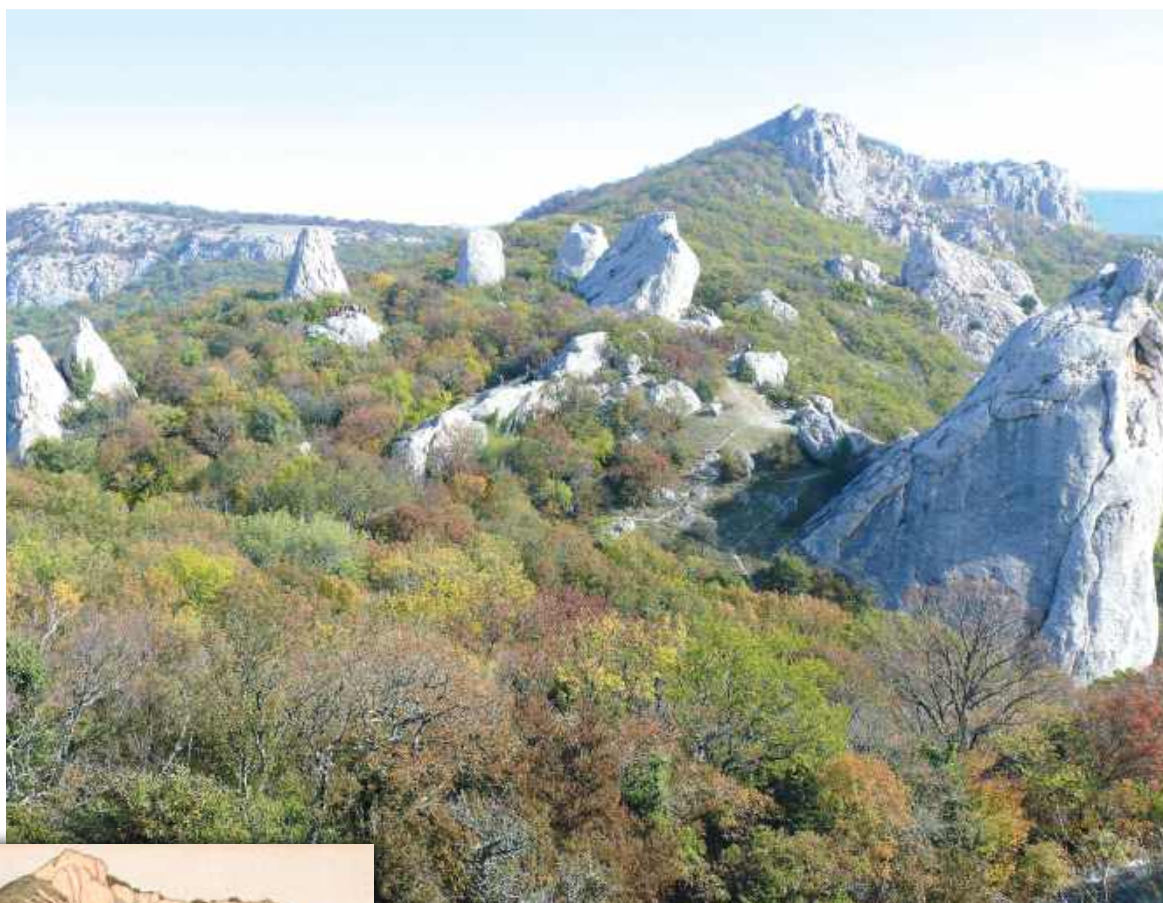
Билибин Иван Яковлевич (1876–1942) – художник, создатель уникального стиля. В крымских декорациях разворачивался самый яркий этап жизни выдающегося мастера.

ПОЙМАЛ ЖАР-ПТИЦУ

Опыты молодого маэстро привлекли внимание весьма серьёзной организации – Экспедиции заготовления государственных бумаг, располагавшей лучшей типографией в стране. Предложение было лестным: оформить несколько русских сказок для подарочных изданий.

Просвещённая публика высоко оценила и облик, и содержание новых книг. Интересные и выгодные заказы посыпались как из рога изобилия, и модный художник начал задумываться о вложении заработанных денег. В этом отношении Крым казался незнакомой, но обетованной землёй.

Движение «с милого севера в сторону южную» началось в 1909 году. Директор петербургского издательства Пётр Кулаков, один из работодателей, пригласил Билибина погостить на даче – в Байдарской долине под Севастополем. «Приютная краса» настоль-



Величественные скалы Храма Солнца над Ласпи Билибин обнаружил ещё в 1916 году.



ко приглянулась Ивану, что он стал навещать сюда каждое лето. А вскоре Пётр Ефимович озвучил единомышленнику замысел – стать пайщиком «Общества благоустройства имения Батилиман». Так назывался обширный участок в диковатом урочище между Форосом и Балаклавой – обращённые к морю каменистые склоны, заросшие можжевельником, соснами и земляничным деревом.

НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ

Компания инвесторов собралась представительная. В «товарищество интеллигентных тружеников» вступили около 30 человек, среди них – видные деятели культуры, науки и политики: литераторы Владимир Короленко, Сергей Елпатьевский, Евгений Чириков, режиссёр Константин Станиславский, учёные Владимир Вернадский, Абрам Иоф-

“ ЖИВЯ В БАТИЛИМАНСКОЙ ГЛУШИ, БИЛИБИН СОЗДАЛ ПРЕКРАСНЫЕ АКВАРЕЛИ, ПОСВЯЩЁННЫЕ ЛЮБИМОМУ МЕСТУ И ЕГО ОКРЕСТНОСТЯМ. ХУДОЖНИК-ИССЛЕДОВАТЕЛЬ БЕЗ УСТАЛИ БРОДИЛ ПО ГОРАМ – И ОТКРЫЛ ДЛЯ НАС ПАМЯТНИК ПРИРОДЫ, НАЗВАННЫЙ УЖЕ В НАШЕ ВРЕМЯ ХРАМОМ СОЛНЦА

фе, Георгий Морозов, Михаил Ростовцев, депутат Государственной думы, лидер партии конституционных демократов Пётр Милуков.

Ни подъездных путей, ни какой-либо другой инфраструктуры в Батилимане отродясь не было, но «грандиозная, героическая красота» с лихвой возмещала все предполагаемые затраты на окультуривание местности. Чтобы ознакомиться с приобретённой недвижимостью, почтенной публике пришлось чуть ли не ползком спускаться по козьим тропкам. Первую ночь провели романтично: в палатках, установленных прямо на пляже, поужинав купленной у местных рыбаков печёной на углях кефалью и заранее припасённым белым вином.

На следующий день землемер разметил границы участков. Распределили их демократично, по жребию. Ивану Яковлевичу опять повезло: ему достался надел с добротным, вполне пригодным для проживания домиком, построенным рыболовецкой артелью. Любовно высаженные виноград, магнолии и розы преобразили скромную избушку в уютный коттедж. Остаётся сожалеть, что до наших дней дача Билибина не сохранилась.

ЗОЛОТЫЕ ЗИГЗАГИ

По счастью, сохранился другой дом, к облику которого приложил руку Билибин. Архитектура виллы инженера Кравцова выдержана в классическом стиле: двухэтажный корпус окружает просторный балкон на белокаменных колоннах. Окна украшены лепными барельефами. Растительные мотивы хорошо узнаваемы: художник часто использовал их в книжной иллюстрации.

Соседи дружили, и беседы зачастую затягивались до полуночи. Многим запомнилось, как Иван Яковлевич, вооружившись фонарём, осторожно спускался по крутой тропинке, а «оставшиеся» следили, как огонёк колыхался, выписывая во тьме золотые зигзаги, а потом исчез, будто упавшая звезда.

Весной и осенью, когда море было прохладным, изучали «волшебный край». Как-то «прошли» 40 вёрст: от Батилимана в Скеле (нынешнее село Родниковское. – **Ред.**) и на другой день из Скеле через перевал Шайтан-Мердвен в Мшатку, Форос, Тессели и через Ласпи воротились обратно, очень весёлые, поскольку хозяева винных погребов хвастались своими достижениями.

В Крыму проявился и поэтический дар Билибина. В один из вечеров он прочитал собравшимся шуточную поэму «Мыло кил», посвящённую «прекрасным юным батилиманкам».

СПРЯТАЛСЯ ОТ РЕВОЛЮЦИИ

К лету 1917 года над страной сгустились грозные тучи. Почувствуя недоброе, в Крым устремилась творческая интеллигенция, надеясь переждать в тихом месте тяжкие времена. В преддверии октябрьского переворота покинул Петроград и Билибин. Он увозил в «тридцатое царство» самое ценное – купленный когда-то в Бахчисарае старинный сундук из кипарисового дерева, инкрустированного перламутром. А в нём – источник вдохновения: добытые в этнографических экспедициях предметы древнерусского быта.

«Батилиман точно спрятался от революции, – писал Евгений Чириков в романе «Зверь из без-



Урочище Батилиман стало для художника «приютом спокойствия, трудов и вдохновения» в тяжкие годы Гражданской войны.

дны». – Здесь было удивительно спокойно и казалось, что нет ни всемирной войны, ни гражданской бойни. Какое это счастье – жить в уединённом белом домике и видеть, слышать и говорить только с близкими людьми!»

Впрочем, безмятежность иногда нарушалась: приходилось выбираться в ближайшие селения – добывать керосин для освещения, продукты питания. А однажды к берегу пристала шлюпка, из которой вышли крепкий мужик и субтильная дама. Гостиам обрадовались, зазвали на скромный ужин. Барышня, сославшись на недомогание, осталась на пляже, а её спутник, весёлый и словоохотливый, весь вечер развлекал народ байками. Но услышав разбойничий посвист, вдруг вскочил – и исчез.

А дома Иван Яковлевич обнаружил распотрошённый сундук...

Я МОЛОД, КАК МАЛЬЧИШКА

Крым переживал очень странные времена. Постоянные смены власти сопровождались жестоким насилием, помноженным на тяготы и лишения. Но сквозь кровавый туман упрямо пробивались яркие сполохи общественной и культурной жизни.

Живя в батилиманской глуши, Билибин создал прекрасные акварели, посвящённые любимому месту и его окрестностям. Художник-исследователь без устали бродил по горам – и открыл для нас памятник природы, названный уже в наше время Храмом Солнца. Необычно расположенные островежные скалы первооткрыватель назвал прозаично –



«Дом Билибина в Батилимане» – такое символическое название носит последняя картина крымского цикла, созданная в 1940 году.

Сахарными Головами, в честь популярной формы расфасовки сахара, в одночасье исчезнувшего вместе с былой жизнью. Но безудержная фантазия воспарил – и сказочное урочище нашло достойное отражение в иллюстрациях к пушкинской поэме «Руслан и Людмила».

Громким событием была выставка «Искусство в Крыму», которая открылась в Ялте в 1918 году. Около 50 крепких профессионалов, нашедших пристанище на полуострове, представили более 400 работ. Дополняли экспозицию произведения старых мастеров из коллекций владельцев

“УЗНАВАЕМЫЙ БИЛИБИНСКИЙ СТИЛЬ ЭФФЕКТНО СОЧЕТАЛ ГЛУБИНУ НАРОДНЫХ ТРАДИЦИЙ И ИЗЫСКАННОСТЬ МОДЕРНА.

усадеб. Воодушевлённый столичным уровнем вернисажа, Билибин поднял вопрос об организации на полуострове творческого объединения сродни академии художеств. Но не судьба.

...И НЕ ОТ СЧАСТЬЯ БЕЖИТ

Два года, проведённые на Южном берегу, Билибин называл «хорошим временем». Оно завершилось осенью 1919 года, когда Иван Яковлевич, поддавшись порыву единомышленников, отправился в Ростов-на-Дону и поступил на службу в ОСВАГ – информационно-пропагандистский орган Белой армии. Впрочем, долго потрудиться на ниве антибольшевизма таланту не удалось: армия Деникина терпела поражения, и «весёлый нетрезвый бородач купеческой складки» счёл за благоразумие бежать из России.

Скитания по миру продолжались 17 лет. Но советская власть простила маэстро политические прегрешения, и в 1936 году «блудный сын» получил паспорт гражданина СССР. А вместе с ним – благоустроенную квартиру в родном городе, ставшем к тому времени Ленинградом, степень доктора искусствоведения, должность профессора в Академии художеств и новые заказы от издательств и ведущих театров страны.

Однако Батилиман не отпускал, и через несколько лет скиталец возвратился туда, «где свет и тень оживляют скалы». Национализированные дачи к тому времени обратились в ведомственный дом отдыха. «Хлопочите, может, вам вернут», – советовали доброхоты. Только хлопотать было не в характере Билибина. Вместо этого он создал завершающую работу крымского цикла: в камень над морем намертво вцепился кряжистый можжевельник, а вдалеке угадывается дом, где «Иоанн Батилиманский» провёл два счастливых года.

Иван КОВАЛЕНКО, крымовец. Фото автора и из открытых источников.

Присоединяйтесь к «Крымской газете» во **ВКонтакте** и будьте в курсе главных новостей!



КРЫМСКАЯ
ГАЗЕТА



КНИЖНАЯ ПОЛКА



ТРИ НАПРАВЛЕНИЯ

Эксперты отмечают, что интерес к книгам про бизнес напрямую связан с желанием человека упорядочить как минимум семейный бюджет. Но к книгам такого профиля обращаются и те, кто хочет преуспеть, открыть собственное дело, поэтому перед этим важным шагом знакомятся с историями успеха известных людей и компаний, чтобы попытаться на примере чужого опыта выработать собственную рабочую стратегию. И, разумеется, большое количество людей уделяют внимание психологии переговорного процесса. Этот навык не только необходим для успешного ведения бизнеса, но и в целом применим в повседневном общении. Именно так выглядят эти три ключевые направления интересов российского читателя, который обращается к подобной литературе.

Книг про деньги и сказочное богатство, подсказок с алгоритмами действий для начинающего предпринимателя – море. Однако далеко не все они полезны, способны повысить мотивацию и снабжают действительно ценными советами. Поэтому мы обратились к представителям крымского бизнеса с просьбой порекомендовать те книги, которые, на их взгляд, помогут повысить личную эффективность в финансовых вопросах.

ШАГ ЗА ШАГОМ

Руководитель студии записи рекламных роликов Soundbox Александр Лапшин признаётся, что больше десяти лет назад (в переходный период. – Ред.) провёл много времени за изучением бизнес-литературы. Тогда произошёл спад, отток клиентов и, конечно, требовалось руководство к действию. В том числе по-

могла книга, которая неизменно входит в топ-лист для финансистов и блогеров, – «Сначала скажите «нет» Джима Кэмпбелла».

– Она не про классические переговоры, когда все должны победить. Эта книга помогает не только в бизнесе. Она уместна даже в бытовой жизни, – рассказывает наш собеседник.

Другая рекомендация – книга Максима Ильяхова и Людмилы Сарычевой «Новые правила деловой переписки». Она позволяет выстроить грамотную коммуникацию, в том числе учит вести почтовую переписку, регламентирует телефонные звонки и так далее. Основной посыл: успех любого дела основывается на уважении своего и чужого времени.

– Приходится иногда невольно обучать менеджеров других компаний, потому что они не умеют вести дела, – продолжает Александр. – Некоторым клиентам просто подарил: мол, читайте, потому что так нам будет проще.

В списке избранных несомненная классика – «Думай медленно... Решай быстро». Даниэля

ДЕЛУ НЕ ПОВРЕДИТ

У россиян уже долгое время наблюдается устойчивый интерес к бизнес-литературе

Мы попросили крымских предпринимателей рассказать, как повысить уровень знаний в сфере финансов и ведения собственного дела.

“МЫ ВСЕ ОЧЕНЬ РАЗНЫЕ, ПРИШЛИ С РАЗНЫМИ СПОСОБНОСТЯМИ. У КОГО-ТО ГЕНЕТИЧЕСКИ УЖЕ ЕСТЬ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ, И ЕМУ НУЖНО ТОЛЬКО ОТТОЧИТЬ НАВЫКИ, А НЕКОТОРЫМ, КОНЕЧНО, ПРИХОДИТСЯ РАБОТАТЬ НАД СОБОЙ

Канемана. Наш собеседник отмечает, что это произведение не только концентрирует внимание на экономических вопросах, но и, например, позволяет понять, по каким принципам ведётся информационная война.

В то же время Александр Лапшин считает, что в большинстве случаев предприниматель обязательно занимается самообразованием.

– Мы все очень разные, пришли с разными способностями. У кого-то генетически уже есть предрасположенность, и ему нужно только отточить навыки, а некоторым, конечно, приходится работать над собой. Когда есть наставник, есть возможность поучиться, это лишним никогда не будет. Я на начальном пути больше творческим человеком был. И мне пришлось учиться на своих ошибках. Если бы был наставник, наверное, мой путь был бы короче, – говорит он.

Наш собеседник отмечает, что, несмотря на первоначальное театральное образование, предпринимательская деятельность потребовала от него приобретения знаний в юриспруденции и бух-

галтерии, превратила в специалиста по переговорам.

– Пришлось погружаться в эту историю, разбираться в юридических тонкостях. И мне было это не очень приятно. Прямо выворачивало. Я иногда на работе на диванчик просто ложился и думал: «Что же делать?» – так плохо было, потому что не мог понять, как это всё устроено. Но таков путь предпринимателя. Когда встречаю творческих людей, они говорят: «Это не моё». Это было и не моё, но теперь это ценный инструмент и это оружие в переговорах. Иногда спорю с юристами крупных компаний, доказываю какие-то вещи, потому что разбираюсь. Это самообразование, – подытожил Александр Лапшин.

ОТ ТЕОРИИ К ПРАКТИКЕ

Генеральный директор строительной компании, член комитета «Опоры России» Станислав Титов считает, что бизнес-литература способна лишь расширить теоретические горизонты, но всё познаётся и проверяется исключительно на практике. Тем более в настоящее время, когда на смену старым методологиям приходят свежие, которые только начинают описывать, основываясь на своём опыте и опыте учёных и поколения новых предпринимателей. По его мнению, книга должна обязательно проецироваться на практическое поле.

– Я бы отметил книгу «Игра на победу» Алана Лафли и Мартина Роджера. Это книга, которая рассказывает о компании «Проктер энд Гэмбл». Они пишут о том, как строили стратегию, как преодолевали те или иные трудности. Там есть конкретные ответы по шагам: что делать, где делать и когда делать. В книге «Взлом стратегии» Ричарда Румельта говорится, что необходимо найти ключ к пониманию проблемы и что тогда выстроится видение её решения. А вот книга, о которой сейчас многие пишут, – «Стратегия Голубого океана» (Рене Моборн, Чан Ким) – это мыльная опера, – замечает Станислав Титов.

Среди рекомендаций нашего собеседника также «Семь навыков высокоэффективных людей» Стивена Кови. А тем, кого интересуют крымские бизнес-реалии, скорее всего, будет интересна монография самого Станислава Титова. Наш собеседник недавно защитил диссертацию по программе «Доктор делового администрирования» в Высшей школе экономики, и в конце года будет выпущена книга, в которой воплотился его 20-летний опыт управления и предпринимательства.

– Там как раз привожу примеры мотивации персонала для небольших компаний – от кофеен до небольших гостиничных комплексов или гостевых домов. То есть как небольшой предприниматель может выстроить эффективные бизнес-процессы в своей компании, в своём мире.

Борис СЕДЕНКО.

Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

ПАРТИЯ ПЕНСИОНЕРОВ – ДЛЯ ВСЕХ ПОКОЛЕНИЙ

Молодым нужны возможности, а не ограничения!

В обществе укоренился стереотип: Партия пенсионеров – это политическая сила, которая думает только о своих пожилых избирателях. Многие молодые люди искренне считают: «Это не про меня. Мне бы с квартирой и работой разобраться». Но на самом деле все ровно наоборот.

Сегодняшняя молодежь – это завтрашние пенсионеры. И те, кто сейчас выходит на заслуженный отдых, хотят для своих внуков и детей не красивых сказок, а нормальной жизни. Они знают цену честному труду, умеют распознавать ложь и никогда не променяют будущее своих внуков на сиюминутную выгоду. Именно поэтому Партия пенсионеров будет защищать интересы молодых так же, как свои собственные.

Молодым людям нужны не ограничения, а реальные возможности. Учиться там, где дают актуальные знания, а не устаревшие программы. Работать по специальности с достойной зарплатой, а не искать подработку в доставке. Создавать семью, не откладывая жизнь на потом из-за отсутствия жилья. Иметь уверенность в завтрашнем дне – чтобы правила игры не менялись внезапно и не рушили уже выстроенные планы.

Общество, которое думает о своём будущем, должно дать молодым людям главное – уверенность. Уверенность, что после вуза они найдут место, где можно жить на зарплату, а не выживать. Что ипотека не заберёт половину дохода на десятилетия. Что их не оставят одних с больным ребёнком или постаревшими родителями.

У каждого возраста – свои задачи. И у каждого – своя правда. Не будем притворяться, что все одинаковы. У каждого поколения свой набор вызовов.

Для тех, кому 20; важно, чтобы стипендия позволяла учиться, а не разрываться между парами и подработками. Чтобы первый диплом не обесценивался через год, а давал реальные знания и реальные перспективы.

Для тех, кому 30, критически важно, чтобы молодой специалист с детьми мог платить ипотеку и не боялся остаться без работы из-за бесконечных реорганизаций. Партия пенсионеров уже готовит законопроект, по которо-

му ипотечные каникулы для семей с детьми станут правом, а не милостью банка.

Для тех, кому 40, необходимо вернуть уважение к накопленному опыту. Никаких «вы нам больше не нужны, нашли стажера». И никаких реформаторских экспериментов над пенсионной и налоговой системой, каждый раз заставляющих людей начинать с нуля.

Пенсионеры всегда будут на стороне молодых. Пенсионеры – люди пожившие. Они ложь чувствуют за версту. Бабушки и дедушки хотят для внуков не красивых обещаний, а нормальных условий жизни: чтобы работа была, жилье было, чтобы лечили нормально и чтобы будущее не пугало.

Поэтому за своих внуков они будут стоять до конца. Ради них они готовы спорить, бороться и добиваться справедливости в парламенте. В этом и заключается главная миссия Партии пенсионеров – оставить мир лучше, чем получили сами. Мир, где можно честно трудиться и достойно зарабатывать. Мир, где молодая семья получает жилье, а не снимает угол годами. Мир, где врач лечит, учитель учит, а пожилой человек не доживает, а живет. Мир, где человек важнее красивых отчетов и удобной статистики.

Партия пенсионеров не делит общество по возрасту. Она за тех, кто хочет нормальной жизни: с домом, делом, близкими и завтрашним днем. Именно поэтому в программе партии – вопросы доступного жилья, достойной зарплаты, качественного образования и медицинской помощи. И эти вопросы волнуют не только пенсионеров.

Политика – не где-то далеко, в высоких кабинетах. Именно сегодняшние решения определяют, каким будет завтра каждого из нас. Оно начинается сейчас, а не «когда-нибудь». У каждого избирателя есть выбор: ждать у моря погоды или поддержать тех, кто не умеет красиво врать, зато умеет добиваться.

Партия пенсионеров не станет вашими начальниками. Она станет той силой в парламенте, которая будет напоминать: за каждым законом – живые люди. Ваши родители. Ваши дети. Вы сами.

Будущее строится сегодня. И строить его нужно вместе.



ПАРТИЯ ПЕНСИОНЕРОВ

НОРМАЛЬНАЯ ЖИЗНЬ – ДЛЯ ВСЕХ ПОКОЛЕНИЙ

ПРОГРАММА ПОБЕДЫ КПРФ

20 СЕНТЯБРЯ ГОЛОСУЙ ЗА КПРФ

**1 ОСТАНОВИМ РОСТ ЦЕН,
ДОЛГОВ И ТАРИФОВ**

Устали от постоянного роста цен и квартплаты? Мы это остановим!

РАДИ ЛЮДЕЙ. Государство будет регулировать цены на продукты первой необходимости, лекарства, детские товары и топливо. Хватит спекуляций и бесовестных торговых накруток!

В БЮДЖЕТ СЕМЬИ. Мы поэтапно отменим НДС. Каждый поход в магазин станет дешевле.

ДЛЯ КАЖДОГО. Платежи за ЖКХ не превысят 10% дохода семьи. Остальные расходы возьмёт на себя государство.

ТЕМ, КТО ПОПАЛ В ДОЛГИ. Реализуем программу доступного жилья. Для многодетных семей обеспечим поэтапное списание ипотечного долга.

**2 ГОРОДАМ И СЁЛАМ - РАБОЧИЕ
МЕСТА И РАЗВИТИЕ**

Устали искать заработок? Мы вернём работу в города и сёла!

ЖИТЕЛЯМ МАЛЫХ ГОРОДОВ. Прекратим закрытие градообразующих предприятий. Достойная работа будет рядом с домом.

СЕЛЬСКИМ ЖИТЕЛЯМ. Дизель и бензин для села подешевеют до 30%. Финансирование сельского хозяйства увеличим в 4 раза. Поддержим личные подсобные хозяйства.

РАБОЧИМ. Минимальная зарплата составит не менее 45 тысяч рублей. К 2030 году не должно остаться семей с доходом ниже 200 тысяч рублей.

ФЕРМЕРАМ. Вернём в оборот заброшенные земли. Обеспечим кредиты под 3-4%, налоговые каникулы и господдержку кооперативов.

**3 СПРАВЕДЛИВЫЕ ПЕНСИИ,
А НЕ ПОДАЧКИ**

Вас обманули с возрастом выхода на пенсию и индексацией? Мы восстановим справедливость!

ВСЕМУ НАСЕЛЕНИЮ. Установим пенсионный возраст: 60 лет — мужчинам, 55 — женщинам. Никаких новых повышений!

ПЕНСИОНЕРАМ. Пенсия составит не менее 50% средней зарплаты по стране. Накопительные пенсии возвратим полностью. Сохраним надбавку в 30% за многолетний сельский труд.

ТЕМ, КТО ПРОДОЛЖАЕТ РАБОТАТЬ. Восстановим полную индексацию пенсий и компенсируем всё, что недоплатило государство.

ВКЛАДЧИКАМ СБЕРБАНКА СССР. Государство вернёт утраченные в 1990-е годы сбережения.

ПОЖИЛЫМ ЛЮДЯМ. Плата за ЖКХ не превысит 5% размера пенсии. Граждан старше 70 лет освободим от взносов на капремонт.

**4 ЗДОРОВЬЕ - НЕ ТОВАР
МЕДИЦИНА - НЕ БАЗАР**

Не хватает денег на лечение и лекарства? Мы вернём бесплатную и доступную медицину!

РАДИ ЛЮДЕЙ. Освободим здравоохранение России от страховых посредников. Устроим государственное финансирование отрасли.

ВРАЧАМ. Повысим зарплаты. Оснастим больницы современным оборудованием. Избавим медиков от лишней бюрократии.

ТЕМ, КТО НУЖДАЕТСЯ В ЛЕЧЕНИИ. Государство оплатит жизненно важные лекарства, дорогостоящие операции, всю необходимую медицинскую помощь.

ВСЕМ И КАЖДОМУ. Сделаем физкультуру и спорт общедоступными. Спортивные площадки, бассейны и спортшколы будут рядом с домом.

**5 УМНАЯ НАЦИЯ - УСПЕШНАЯ
СТРАНА**

Мы вернём качественное образование для всех!

РОДИТЕЛЯМ. Бесплатными станут кружки, секции и школы искусств. «Добровольные» поборы уйдут в прошлое.

ШКОЛЬНИКАМ. Качественное образование и горячее питание станут доступны каждому ребёнку независимо от доходов семьи.

СТУДЕНТАМ И АСПИРАНТАМ. Стипендия будет не ниже прожиточного минимума. Молодёжь сможет учиться, а не искать подработку.

УЧИТЕЛЯМ И ПРЕПОДАВАТЕЛЯМ. Повысим зарплаты по единой тарифной сетке. Сократим бюрократию.

УЧЁНЫМ. Сделаем науку важнейшим приоритетом государства, всемерно поддержим исследования.

РАБОТНИКАМ КУЛЬТУРЫ. Обеспечим достойную оплату труда. Театры, музеи, библиотеки, школы искусств получат современное оснащение.

**6 БОГАТСТВО РОССИИ -
НАРОДУ**

Нефть, газ, лес и недра должны принадлежать народу, а не транжириться олигархами. Мы восстановим справедливость!

В ИНТЕРЕСАХ ГРАЖДАН. Вернём государству стратегические отрасли: недра, энергетику, транспорт, ключевые банки. Доходы от природных богатств будут работать на всех.

СТРАНА БЕЗ ОЛИГАРХОВ. Природная рента перестанет баснословно обогащать олигархов. Она пойдёт на развитие России — на пенсии и лаборатории, образование и дороги, технопарки и охрану здоровья.

ГОСПЛАН РАДИ РАЗВИТИЯ. Вернём стране стратегическое планирование. Социально-экономическое развитие станет главной целью работы органов власти. Государство будет отвечать за рост производства, решение социальных проблем и технологические прорывы.

**7 БАНКИ: РАЗВИВАТЬ СТРАНУ,
А НЕ СПЕКУЛИРОВАТЬ**

Высокие банковские ставки делают кредиты недоступными и душат производство. Мы исправим это немедленно.

ПРОМЫШЛЕННОСТИ И СЕЛУ. Обеспечим дешёвые долгосрочные кредиты для модернизации предприятий и развития производства. Импортозамещение станет реальностью.

МАЛОМУ И СРЕДНЕМУ БИЗНЕСУ. Снизим ставки по кредитам до 3-4%. Деньги будут работать на производство, а не на банкиров.

ТРУДЯЩИМСЯ. Создадим новые рабочие места и обновим предприятия. Обеспечим рост зарплатных плат.

ВСЕМ НАМ. Доступные кредиты снизят себестоимость продукции. Цены на продукты питания, одежду и другие товары пойдут вниз.

**8 НАЛОГОВОЕ БРЕМЯ -
БОГАТЫМ, А НЕ БЕДНЫМ**

Сверхбогатые должны платить больше, а семьи с низкими доходами — меньше. Это честно и справедливо!

В ИНТЕРЕСАХ ТРУДЯЩИХСЯ. Освободим от НДФЛ граждан с доходом ниже двух МРОТ. Это сохранит в семейном бюджете тысячи рублей каждый месяц.

ТЕМ, КТО ПЛАТИТ НАЛОГИ. Сделаем налоговую систему простой, понятной, без скрытых поборов.

РАДИ СПРАВЕДЛИВОСТИ. Введём прогрессивный налог на высокие доходы и дивиденды. Появятся налоги на роскошь. Восстановим госмонополию на производство спирта и табака.

СЕМЬЯМ С ДЕТЬМИ. Отменим НДФЛ для многодетных семей. Гарантируем материнский капитал на каждого ребёнка.

**9 ВЛАСТЬ БЕЗ КОРРУПЦИИ
ИНТЕРНЕТ БЕЗ ЦЕНЗУРЫ**

КПРФ — за честную власть и гарантии прав граждан.

КАЖДОМУ ИЗБИРАТЕЛЮ. Вернём честные выборы без фальсификаций, давления и манипуляций с голосованием.

ОБЩЕСТВУ. Чиновник должен служить народу. Коррупционерам — неотвратимость наказания и конфискация имущества.

ВСЕЙ СТРАНЕ. Доступный и безопасный интернет — право каждого. Прекратим необоснованные блокировки. Защитим цифровые права граждан. Усилим борьбу с интернет-мошенниками.

БИЗНЕСУ. Обеспечим прозрачные госзакупки и поддержку цифровых платформ для малого бизнеса и производства.

МОЛОДЁЖИ И СПЕЦИАЛИСТАМ. Обеспечим свободный доступ к знаниям, современным цифровым сервисам и технологиям для учёбы, работы и развития.

**10 БЮДЖЕТ РАЗВИТИЯ
СИЛЬНОЙ СТРАНЫ**

Доходы государства — для людей, экономики и безопасности.

БЮДЖЕТ РАЗВИТИЯ. Увеличим бюджет России на 32 триллиона рублей. Поддержим промышленность и село, науку и технологии, космос и авиацию.

РАДИ ЛЮДЕЙ. Расширим социальные программы, строительство школ и больниц, учреждений культуры и детских садов.

ВОЕННЫМ, ВЕТЕРАНАМ, ИХ СЕМЬЯМ. Усилим социальную поддержку защитников Отечества и их близких.

СИЛЬНАЯ АРМИЯ — СИЛЬНАЯ СТРАНА. Укрепим оборонную промышленность. Оснастим армию современным вооружением. Повысим престиж военной службы.

СПР

**СПРАВЕДЛИВАЯ
РОССИЯ**

ЗА ДОСТОЙНУЮ ЖИЗНЬ

ДЛЯ НАС, НАШИХ ДЕТЕЙ И ВНУКОВ!

№6



ПОЗНАЙ СЕБЯ

Фото из архива «Крымской газеты»



ОТПУСТИТЕ МЕНЯ В ГИМАЛАИ...

В этом году в нашей стране наблюдается довольно необычная ситуация: июль и август не стали сезоном массовых отпусков. Давайте отыщем способ справиться с «синдромом упущенного лета».

НЕ УМЕЮ ОТДЫХАТЬ

Большая часть наших граждан отказалась от отдыха летом. Среди основных причин – финансовая неопределённость, желание уберечь семейный бюджет от лишних трат, а также плотная загрузка предприятий при нехватке рабочих рук. Около 15% тех, кто всё же имел намерение отправиться в туристическую поездку, в итоге изменили планы, отказавшись от запланированного путешествия.

Подобная тенденция сохраняется уже не первый год: люди осознанно и целенаправленно отказываются от летнего отдыха, хотя многие респонденты позже признаются, что с приходом осени чувствуют упадок сил, профессиональное выгорание, повышенный стресс, резкое снижение работоспособности и... зависть. Каким-то непостижимым образом гонка за продуктивностью перерождается в чувство вины и сожаления из-за своих нереализованных планов, неких упущенных важных моментов, которые уже нельзя никак наверстать. Человека обуревают раздраже-

ние, что сосед загорел, а знакомый со студенческих времён, судя по фотографиям, хорошо провёл время на море, пока он сам впустую терял время, не видя ничего, кроме бесконечного потока работы и срочных дел. И такое поведение в настоящее время не редкость. Специалисты такое сезонное аффективное состояние называют «синдром упущенного лета». Поэтому их однозначный вердикт: переработка в долгосрочной перспективе не окупается. Жертвуя отдыхом, человек накапливает усталость, которая поглощает все результаты его труда. Расчёт на бесконечный запас собственных сил и вера в суперспособность обойтись без пауз не оправдывают ожиданий. Не только летом, но и в любое время года. Как объясняют специалисты, всё это только негативные мысли самого человека, который, сопоставляя свои достижения с результатами других людей, может посчитать свои текущие задачи бесполезными. На таком фоне даже выдающийся, прорывной результат может померкнуть перед беззаботным фото оппонента из соцсетей. И неважно,

КСТАТИ

Некоторые симптомы «синдрома упущенного лета»:

- раздражительность;
- прокрастинация;
- резкие перепады настроения;
- поверхностный сон;
- навязчивые мысли о нереализованных планах.

что это был единственный удачный снимок и в целом поездка у знакомого не удалась. Человек с «синдромом упущенного лета» всё додумает сам и дорисует идеальный чужой отпуск, занизив свою самооценку.

СПРОСИ СЕБЯ

Что ж, этой осенью количество работников с вышеописанными ощущениями будет на порядок больше. Поэтому мы попросили **руководителя крымской республиканской общественной организации родителей детей-инвалидов «Рост», психолога, арт-терапевта Светлану Сахарову** дать несколько советов, как выбраться из подобного состояния.

– «Синдром упущенного лета» плавно вытекает из «синдрома отложенной жизни». При этом человек размышляет таким образом: «Это я не сделал, это не доделал, а это сделал не так», «Вот другие были на море, а я...» и так далее. Как и любая навязчивая мысль, эти возникают из чувства собственной недооценённости и многих сопутствующих программ. Можно долго об этом говорить. Давайте же посмотрим, что с этим делать. Рецепт прост и универсален. Оцените себя, сравнивая не с другими, а с собой вчерашним. Задайте себе несколько вопросов: «Чему важному я уделил время этим летом?», «Как это поможет мне в дальнейшем?», «Что ценного я при этом получил?», – рекомендует специалист.

Наша собеседница справедливо отмечает, что любой труд должен быть вознаграждён. И если человек принял решение отложить летний отпуск, то он должен получить возмещение в виде положительных эмоций.

– Один из очень важных вопросов: «Чем я могу наградить или порадовать себя за проделанную работу?» И когда найдёте ответ на него, сделайте себе подарок, порауйте себя за те усилия, которые прикладывали на протяжении всего этого сложного периода. Причём радовать себя совершенно не обязательно покупкой кабриолета, – улыбается психолог. – Вспомните, чему вы радовались в детстве, и порауйте своего внутреннего ребёнка.

“ СИНДРОМ УПУЩЕННОГО ЛЕТА ПЛАВНО ВЫТЕКАЕТ ИЗ СИНДРОМА ОТЛОЖЕННОЙ ЖИЗНИ. ПРИ ЭТОМ ЧЕЛОВЕК РАЗМЫШЛЯЕТ ТАКИМ ОБРАЗОМ: «ЭТО Я НЕ СДЕЛАЛ, ЭТО НЕ ДОДЕЛАЛ, А ЭТО СДЕЛАЛ НЕ ТАК», «ВОТ ДРУГИЕ БЫЛИ НА МОРЕ, А Я...» И ТАК ДАЛЕЕ. КАК И ЛЮБАЯ НАВЯЗЧИВАЯ МЫСЛЬ, ЭТИ ВОЗНИКАЮТ ИЗ ЧУВСТВА СОБСТВЕННОЙ НЕДООЦЕНЁННОСТИ И МНОГИХ СОПУТСТВУЮЩИХ ПРОГРАММ

Если это сложно и долго, то максимально быстро вернуть спокойствие и снизить уровень тревоги можно прямым взаимодействием со своим телом: для этого подойдут контрастный душ, физические упражнения, размеренное дыхание. Всё, что возвращает вас в тело, возвращает вас в состояние «здесь и сейчас». А пребывая в моменте, вы ничего не упускаете. Вы просто живёте свою жизнь в конкретную минуту, – отмечает Светлана Сахарова.

У МЕНЯ ЕСТЬ ПЛАН!

Постоянные сравнения с чужими результатами, и концентрация на отпускном контенте в социальных сетях тем более, мешают сосредоточиться на своих целях. Именно поэтому специалисты рекомендуют в такой момент ограничивать время пользования гаджетами и пребывания в виртуальных сообществах. Наоборот, необходимо сделать ставку на физическую активность, встречи с близкими.

А чтобы выдержать «проверку планов», которая происходит в конце лета, важно провести ритуал закрытых дел: перечислить все невыполненные задачи, определить самые приоритетные из них и обозначить, каким будет первый шаг для их реализации. И, главное, не забыть записать похвалу самому себе, ведь вы заслужили отдых.

Борис СЕДЕНКО.

На правах рекламы

АТТЕСТАТ, выданный в 1999 г. МБОУ «Молодёжненская школа № 2» Симферопольского района Республики Крым на имя Минимуратовой Ленуры Рустамовны, в связи с утерей считать недействительным.

КИКБОКСИНГ



Фото: архив «Крымского журнала»

ОТКРЫТЫЙ РИНГ

Открытый розыгрыш городского кубка по кикбоксингу в Симферополе возьмёт на себя роль «сита» по отбору молодых дарований, но вместе с тем станет и хорошей тренировочной площадкой для более опытных спортсменов. Об этом поговорили с президентом крымской федерации кикбоксинга Владимиром Олейником.

МЫ ИЩЕМ ТАЛАНТЫ

– Розыгрыш кубка запланирован в открытом формате. Объясните непросвещённым, что это значит. Спортсменов из каких регионов или, возможно, стран вы ждёте на ринге?

– Открытый формат означает в данном контексте то, что в этих соревнованиях могут принимать участие спортсмены из других регионов Крыма. Также на эти состязания, частенько так бывает, к нам приезжают и из других уголков страны. Как правило, близлежащих. Это регионы Южного федерального округа. Могут приехать к нам и представители исторических территорий. Ждём их.

– Борьба пройдёт и во взрослой возрастной категории. Это означает, что болельщиков ждут зрелищные поединки в ринговых дисциплинах?

– Да, безусловно, у нас будут участвовать взрослые, но, как правило, их мало. Как в чемпионате Крыма, так и в

кубке. Словом, в любых соревнованиях взрослая составляющая, увы, очень маленькая. Почему? Так сложилось, что в Крыму кикбоксингом занимаются преимущественно юниоры и юноши. Именно поэтому ярких выступлений взрослых спортсменов, скорее всего, не будет. При этом к участию мы допускаем не только спортсменов из сборных города и республики, но даже и представителей сборной страны. Мы решили поделить всех участников на классы. Например, классы А и Б, где первая категория – опытные, а вторая – начинающие спортсмены, имеющие за плечами опыт всего нескольких поединков.

ВРАЩАЕМ ГЛОБУС

– Победа в кубке выводит спортсменов на следующий этап? Крым, а потом Южный федеральный округ и так далее?

– Да, совершенно верно, любые соревнования, кото-

“ КРЫМСКАЯ СПОРТИВНАЯ ОСЕНЬ ТРАДИЦИОННО РАДУЕТ НАСЫЩЕННЫМ КАЛЕНДАРЁМ МЕРОПРИЯТИЙ. У НАС ПРОЙДЁТ ЕЩЁ И РОЗЫГРЫШ КУБКА КРЫМА, А ВСЛЕД ЗА НИМ – «КУБОК ДРУЖБЫ»

рые мы проводим, – один из этапов подготовки к более серьёзным стартам. Понятно, что и эти не исключение. И тут как раз молодые пробуют себя. Те, кто постарше, «обкачиваются» с прицелом именно на следующий этап. Главные старты в республике – это неизменно отборочные чемпионат и первенство Крыма, которые пройдут в

ноябре. И это тоже один из главных этапов подготовки. Хочется добавить и то, что ребята, участвующие в грядущем соревновании, возможно, встретятся друг с другом как раз на чемпионате и первенстве республики.

– Какой в целом календарь ожидает крымских кикбоксеров? Какие значимые соревнования пройдут вслед за симферопольским кубком?

– Крымская спортивная осень традиционно радует насыщенным календарём мероприятий. У нас пройдёт ещё и розыгрыш Кубка Крыма, а вслед за ним – «Кубок Дружбы». В первом соревновании у нас всегда участвуют взрослые спортсмены. А вот в дружеском трофее – юниоры и юноши. Кроме этого, наша прославленная спортсменка Валерия Зубченко готовится к выезду на чемпионат мира в Колумбию. Конечно, одним из приоритетных стартов неизменно остаётся чемпионат страны.

КОРОТКО

МОТОКРОСС. НЕ ПО ГОДАМ. В Орловской области подвели итоги чемпионата и первенства России по мотокроссу. На старт вышли порядка 300 спортсменов из 40 регионов страны. Особое внимание досталось крымскому гонщику Александру Сушко. На новой трассе «Три точки» он не только выиграл финальный этап, но и по сумме выступлений завоевал бронзовую медаль в классе 50 см³. Отметим, нынешняя победа юного таланта из Крыма – логичное продолжение его триумфального сезона. В этом году спортсмен одержал победу на турнире, посвящённом Дню освобождения Симферополя, выиграл Кубок главы Крымского района Краснодарского края, а также летом завоевал победу на первенстве России в Каменске-Уральском, став также бронзовым призёром этапа.

СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА. ПОКОРЕНИЕ ВОСТОКА. В Абу-Даби завершился молодёжный чемпионат мира по смешанным боевым единоборствам. В турнире сошлись свыше тысячи сильнейших бойцов из 56 стран, а сборная России показала впечатляющий результат. С лучшей стороны проявили себя и крымские спортсмены: в копилке команды – восемь наград мирового уровня. Золото завоевали Мария Мерутко, Мелания Широкая, Ясмينا Муллаширова и Эмиль Аблякимов. Серебряными призёрами стали Ксения Козориз, Рефат Мустафаев и Максим Скалосуб. Бронзовую медаль принесла команде София Прокопчук.

ДЗЮДО. ЛИШЬ ДУШОЙ ВЕТЕРАНЫ. Мастер спорта из Севастополя Леонид Рубель в очередной раз блеснул физической формой на чемпионате России среди мастеров в Ульяновске. Нынешний розыгрыш трофеев был посвящён двадцатилетию Национального союза ветеранов дзюдо. 400 участников из более чем полусотни регионов страны вышли на татами. Рубель выступил в возрастной категории 65–69 лет, а в весе до 100 килограммов. На дистанции Леонид выиграл золотую медаль, не оставив шансов противникам. В послужном списке севастопольца огромное количество наград и достижений. Дважды он выиграл чемпионат страны среди мастеров, а также Всемирные игры дзюдо.

КЕКУСИНКАЙ. КОЛЛЕКТИВНОЕ МАСТЕРСТВО. Спортсмены из Симферополя и Симферопольского района, Бахчисарайского района, Судака и Феодосии поучаствовали в марафоне кумите. Задача мероприятия – отработать навыки и поделиться стилистическими наработками разных регионов. Тренировка стала не просто товарищеским стартом, а важным этапом подготовки к следующему сезону, в ходе которого крымчан также ожидают ответственные официальные турниры.

ФУТБОЛ. ВЫХОД В ЮБИЛЯРЫ. Полтинник разменял в матчах Второй лиги России футболист «Севастополя» Зеки Алиев. Отметка в 50 поединков в майке «моряков» покорилась игроку в поединке с «Ангуштом». К счастью для Зеки, эту встречу севастопольцы минимально выиграли, благодаря чему продолжают вести борьбу за титул победителей группы Б ФНЛ-2. А сделать настроение ещё более ярким Алиеву поможет игра со «Спартак-Нальчиком», которую «моряки» проведут уже в ближайшем туре чемпионата. Отметим, за свою продолжительную игровую карьеру Зеки Алиев успел поиграть в форме «Кызылташа», «Евпатории», «Таврии». В ФНЛ-2 игрок выступал не только за «Севастополь», но и за «Рубин Ялту», в состав которого перебрался как раз из симферопольской команды.

СКАЗАНО



“ Думаю, это временно. Сперцян может поиграть там пару лет и уехать в Европу».

Экс-аналитик «Краснодара» Андреа БЬЯНКИ предположил промежуточный характер вояжа Эдуарда Сперцяна на восток.



“ Очень много бездомных. Прямо очень много... Насколько я знаю, им дают какие-то субсидии, в связи с этим толпы бездомных на улицах».

Российский легионер «Портленд Стэйт Вайкингз» Ярослав НИКОНОВ поделился впечатлениями от увиденного в США.

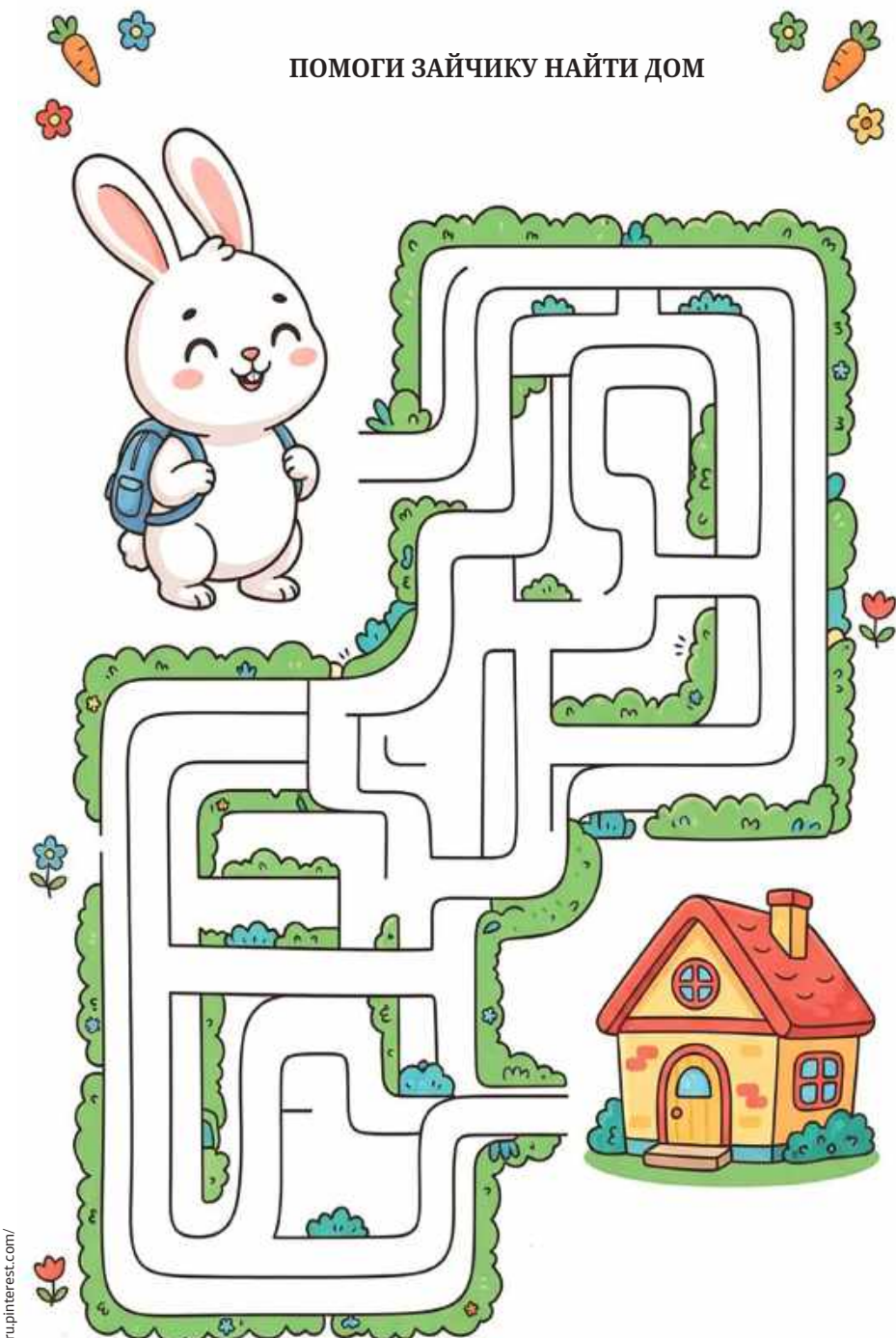


“ Большинство клубов уже не поддерживают нововведение, поэтому мы рассчитываем сделать изменения и вернуть то правило, которое действовало в прошлом сезоне».

Президент КХЛ Алексей МОРОЗОВ заявил о грядущих изменениях в правилах по задержке шайбы рукой.

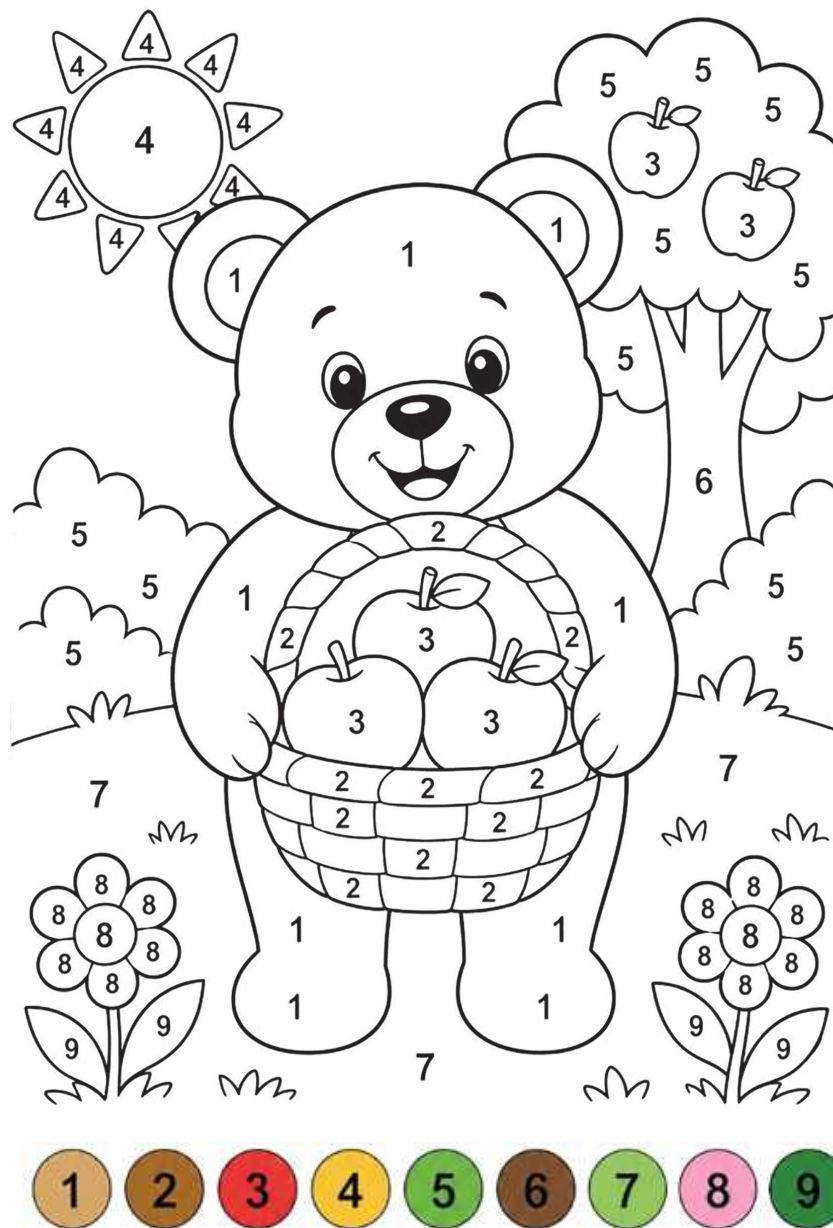
ПОМОГИ ЗАЙЧИКУ НАЙТИ ДОМ

НАЙДИ 7 ОТЛИЧИЙ



ГОТОВИМСЯ К ШКОЛЕ.
ОБВЕДИ ПО ЛИНИЯМ

РАСКРАСЬ КАРТИНКУ ПО ЗАДАНЫМ ЦВЕТАМ



ЭТО ВКУСНО

РАГУ ИЗ КУКУРУЗЫ



Приготовление:

У сладких перцев удалите плодоножки и сердцевину, мякоть нарежьте небольшими кубиками. Кабачок очистите (если он молодой, кожуру можно оставить), мякоть нарежьте средними кубиками.

Луковицу разрежьте на четвертинки и нарежьте тонко. Чеснок измельчите. У петрушки удалите жёсткие стебли, листья мелко порубите. Помидоры натрите на тёрке так, чтобы в руках у вас осталась кожица (она не понадобится).

В большой сковороде разогрейте масло, положите лук и сладкий перец, пять минут готовьте на средне-сильном огне, помешивая. Добавьте орегано, кабачок и чеснок, уменьшите огонь до среднего и готовьте ещё пять минут.

Добавьте кукурузу, помидоры и петрушку, закройте крышкой, доведите до кипения, слегка уменьшите огонь и готовьте 15 минут. Приправьте рагу солью, чёрным и кайенским перцем по вкусу. Если в сковороде слишком много жидкости, выпарьте её на сильном огне, убрав крышку и помешивая рагу. Снимите с огня и дайте настояться 10 минут. Подавайте горячим.

ИНГРЕДИЕНТЫ НА 4 ПОРЦИИ:

- 1 большой оранжевый сладкий перец,
- 400 г зёрен кукурузы, свежих или замороженных,
- 1 средний красный сладкий перец,
- небольшой кабачок,
- большая белая луковица,
- 3 больших очень спелых помидора,
- 2 зубчика чеснока,
- маленький пучок петрушки,
- 3 ст. л. кукурузного масла,
- 1 ч. л. сушёного орегано,
- кайенский перец,
- соль,
- свежемолотый чёрный перец.

ЧТИВО

7 ЦИТАТ ОБ...

...окнах. «Крымская газета» публикует выдержки из художественных произведений и цитаты известных людей, объединённые одной темой.

У нас стоят пасмурные, дождливые дни, и, когда я возвращаюсь на чердак, где обосновался, всё кажется мне удивительно грустным; даже свет, падающий через единственное окно на пустой этюдник и кучу стёртых, уже негодных кистей, – и тот удивительно грустен.

Винсент Ван Гог, «Письма к брату Тео».

Когда я была маленькой, по воскресеньям мы ездили с дедушкой и бабушкой за город. Если мы проезжали мимо какого-то кладбища, дедушка открывал окно и выкрикивал: «Жалобы есть?» Он никогда не получал ответа и всегда говорил, что это явное доказательство того, что мёртвые всегда всем довольны, и, когда пришло его время, он мирно умер в своей постели, без страха и почти без боли.

Рут Хоган, «Мудрость Салли».

В ту ночь я поняла, что наше тело и душу соединяют незримые окна; если они открыты, чувства льются через них, если притворены – сочатся едва-едва, и лишь любовь распахивает их настежь, будто порывом ветра.

Сюзанна Тамаро, «Иди, куда зовёт сердце».

Человеческую душу уместно иногда сравнить с просторным домом, окна которого выходят на все четыре стороны, – в нём масса света и воздух чист. А встречаются души – словно тёмные жилища без окон или с маленькими решётчатыми окошечками, похожие на монастыри или тюрьмы. Есть среди них часовни и лавки, бедные лачуги и роскошные дворцы.

Машаду де Ассиз, «Дон Касмурро».

Мне всегда казалось, что за окнами, не гаснущими в ночи, мучаются больные люди.

Анатолий Алексин, «Саша и Шура».

Кто живёт одиноко, но иногда всё-таки хочет приобщиться к чему-то, кто с учётом времени суток, погоды, условий работы и тому подобного хочет немедленно увидеть любую руку, за которую он мог бы ухватиться, – тот без окна на улицу долго не выдержит.

Франц Кафка, «Окно на улицу».

Я поглядел в окно на большой темнеющий город – одному жить в таком особенно невыносимо.

Мария Фариса, «Лучше журавль».

Собрал Андрей НОВОХАТЬКО.

ГОРОСКОП

31 августа – 6 сентября



ОВЕН. Это достаточно активное время, хотя не всегда ваши действия будут приводить к желаемым результатам. А всё потому, что вам сложно следовать правилам, соблюдать границы, контролировать эмоции. Кроме того, есть риск оказаться в плену иллюзий.



ТЕЛЕЦ. На этой неделе вероятны напряжённые ситуации в семье, особенно в отношениях с женщинами. Могут всплыть былые обиды, нерешённые проблемы, о которых вы давно забыли. Что ж, придётся всё улаживать именно сейчас.



БЛИЗНЕЦЫ. На этой неделе Близнецы слишком остро реагируют на любые замечания и даже в нейтральных высказываниях могут заподозрить двусмысленность или подвох. Расслабьтесь и перестаньте искать чёрную кошку в тёмной комнате, тем более что там её нет.



РАК. Спокойный отдых, желательно в уединении, вам необходим как воздух. Постарайтесь восстановить силы и душевное равновесие. Во второй половине недели вас ждёт приятный сюрприз.



ЛЕВ. Львы убеждены, что существует только два мнения: их собственное и неправильное. Неудивительно, что такая позиция отталкивает окружающих. Будьте лояльнее, иначе всех друзей растеряете.



ДЕВА. Ваша активность и предприимчивость наверняка приведут к отличному результату. Однако сейчас Девы склонны игнорировать советы и мнение коллег, поэтому рискуют оказаться без поддержки.



ВЕСЫ. От вас потребуются смелость, умение рисковать и чувствовать новые тенденции – и тогда появятся отличные шансы увеличить доходы и найти высокооплачиваемую работу. Знакомые могут сделать весьма заманчивое, хоть и рискованное предложение.



СКОРПИОН. Эта неделя – пора обновления, творческой активности и самореализации. Захочется освободиться от всего, что мешает развитию и движению вперёд. Это правильно. Вот только не стоит полностью «отречься от старого мира».



СТРЕЛЕЦ. Для вас начинается довольно сложный период. Вы ощущаете дефицит энергии, что отражается и на самочувствии, и на работоспособности. Старайтесь больше отдыхать и не взваливайте на свои плечи лишние проблемы.



КОЗЕРОГ. Не самые приятные жизненные обстоятельства заставят Козерогов провести ревизию ценностей, обрести новые духовные ориентиры. Придётся нелегко, но в итоге вы убедитесь, что всё к лучшему.



ВОДОЛЕЙ. Неделя окажется довольно насыщенной. Много общения, знакомств с новыми деловыми и творческими партнёрами. Этот период сложится весьма удачно, если не станете закликиваться на собственных убеждениях.



РЫБЫ. «С любимыми не расставайтесь» – вот ваша основная задача в этот период. Используйте все ваши запасы мудрости для достижения взаимопонимания со второй половинкой, родными и друзьями.



27 августа, Симферополь. В крымской столице открылась фотовыставка «Большая миссия малого бизнеса». Она рассказывает 20 историй о труде и развитии региона. Фото Михаила ГЛАДЧУКА.

СЛУЖИ
ПО КОНТРАКТУ В ВОЙСКАХ
БЕСПИЛОТНЫХ СИСТЕМ

ЗВОНИ ☎ 117
(звонок бесплатный)
8 (3652) 66-85-71
8 (990) 113-96-64
8 (978) 889-61-34

БЕСПИЛОТНЫЕВОЙСКА.РФ

сразу при заключении контракта
2 600 000 руб. на территории
Республики Крым*

ЕДИНОВРЕМЕННЫЕ ДЕНЕЖНЫЕ ВЫПЛАТЫ:
1 200 000 руб. – региональная выплата
400 000 руб. – федеральная выплата
от 220 000 руб. – ежемесячно
Предоставление земельного участка или компенсация –
1 000 000 руб.

**ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНЫХ И РЕГИОНАЛЬНЫХ
СОЦИАЛЬНЫХ ЛЬГОТ И ГАРАНТИЙ**

**ПРИХОДИ В ВОЕННЫЙ КОМИССАРИАТ
ПО МЕСТУ ЖИТЕЛЬСТВА ИЛИ В ПУНКТ ОТБОРА:**
Респ. Крым, г. Симферополь, ул. Киевская, д. 152
*подробнее rk.gov.ru

На правах социальной рекламы

АНЕКДОТЫ

– Где лучше всего встретить старость?

– В своём уме.

Обидно, когда после свадьбы жена перестаёт следить за собой, а за тобой не перестаёт.

Есть поговорка: «Чем похвалишься, без того и останешься». Так вот, сейчас я хочу

похвалиться своим кредитом и лишним весом.

В полиции:

– Вы кто по профессии?

– Известный блогер.

– Так и запишем: тунеядец.

С дочкой пришли к подружке. У неё кот-сфинкс. Дочка долго смотрела на это лысое чудо и вдруг выдала шёпотом:

– Мам, а это кто?

– Это котик.

– А почему он наизнанку?

– Как это называется, когда в жизни начинает происходить всякая лажа?

– Налаживается.

Мудрость – это возрастное замедление работы мозга, приводящее к невозможности

принятия скоропалительных решений.

Жена попросила подарить ей большую сковороду. Сижу и думаю: я буду много кушать или хорошо себя вести?

Скорость звука – странная штука. Родители что-то говорят тебе в 20 лет, а доходит только к 40.

На правах рекламы

**УТЕРЯННЫЙ
СТУДЕНЧЕСКИЙ БИЛЕТ**

№ 2461-19, выданный КУКИиТ на
имя **Гунчиной Марии Ивановны,**
считать недействительным.

На правах рекламы

УТЕРЯННЫЙ ВОЕННЫЙ БИЛЕТ

АК № 3796520 на имя
Нестеренко Егора Дмитриевича,
19.10.2002 г. р.,
считать недействительным.

На правах рекламы

ВОЕННЫЙ БИЛЕТ

на имя **Ковалева**
Сергея Александровича,
07.07.1988 г. р., в связи с утерей
считать недействительным.

ПОГОДА НА 29 АВГУСТА

06:00
Восход

19:28
Заход

13:28
Долгота дня

741-742
Атмосферное
давление

33%
Влажность

СИМФЕРОПОЛЬ

Днём Ночью
+29 // +16

ДЖАНКОЙ,
АРМЯНСК

Днём Ночью
+28 // +21

ЕВПАТОРИЯ,
САКИ

Днём Ночью
+29 // +21

ЯЛТА,
АЛУШТА

Днём Ночью
+27 // +18

ФЕОДОСИЯ,
СУДАК

Днём Ночью
+27 // +19

КЕРЧЬ,
ЛЕНИНО

Днём Ночью
+26 // +21

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ НА 28 АВГУСТА – 3 СЕНТЯБРЯ

☀ 28 августа (полнолуние) ☾ 29 августа – 3 сентября (убывающая Луна)

28.08 – Активна селезёнка. Хороши физические упражнения. Не употребляйте животной пищи.

29.08 – Избегайте алкоголя, кофе сладкого. Хорошо посещать баню.

30.08 – Хорошо чистить кишечник, почки, полезно поголодать.

31.08 – Благоприятны очищение кожи, массажи, бани с хорошим паром.

01.09 – Активные лопатки, верхняя часть спины. Будьте внимательны к позвоночнику. Подходит для голодания.

02.09 – Не нагружайте печень. Рекомендуются ванны, закаливания, фитотерапия.

03.09 – Делать специальную гимнастику плечевого пояса. Активные руки, лёгкие.

**ПРОГНОЗ
МАГНИТНЫХ БУРЬ
28 АВГУСТА – 3 СЕНТЯБРЯ**

Дата	Магнитосфера	Магнитная буря
28.08	возбуждённая	нет
29.08	спокойная	нет
30.08	спокойная	нет
31.08	спокойная	нет
01.09	спокойная	нет
02.09	спокойная	нет
03.09	возбуждённая	нет

Газета «Крымская газета»
№ 154 (22343) от 28.08.2026
Главный редактор:
Мария Юрьевна
Волконская
Выпускающий
редактор:
Мария Евгеньевна
Савина

Учредитель газет: Государственное бюджетное учреждение Республики Крым «Редакция газеты «Крымская газета»
Учредитель ГБУ РК «Редакция газеты «Крымская газета»: Министерство внутренней политики, информации и связи Республики Крым
Издатель и редакция: Государственное бюджетное учреждение Республики Крым «Редакция газеты «Крымская газета»

Адрес издателя и редакции:
295015, Симферополь, ул. Козлова, 45а.
Телефоны редакции:
(3652) 51-88-46, 51-88-41,
+7 (978) 207-90-81.
E-mail: info@gazetacrimea.ru,
redakciya@gazetacrimea.ru,
chitatei@gazetacrimea.ru
Отдел рекламы: +7 (978) 000-00-33,
marketing@gazetacrimea.ru

Отпечатано в АО «Издательство и типография «Таврида»,
295051, г. Симферополь, ул. Генерала
Васильева, 44. Офсетная печать. Печ. л. 4.
Свидетельство о регистрации средства
массовой информации ПИ № ФС77-65163
от 28 марта 2016 г., выдано Федеральной
службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых
коммуникаций (Роскомнадзор). 16+

Номер подписан 27.08.2026.
Время подписания в печать:
по графику – 19:00, фактическое – 18:00.
Заказ 0970 | Общий тираж: 8842, из которых
5093 – бесплатно, 3749 – цена свободная.
Авторы опубликованных материалов несут
ответственность за точность приведённых
фактов, цитат, экономических, социологиче-
ских и других данных, собственных имён, гео-
графических названий. Редакция в переписку
с читателями не вступает. При перепечатке
материалов ссылка на «Крымскую газету»
обязательна. Точка зрения авторов публикуе-
мых материалов может не совпадать с пози-
цией редакции. Рукописи не рецензируются и
не возвращаются. За содержание рекламных
материалов редакция ответственности не не-
сёт. «Хороший пример», «Знаковое событие»,
☒ – материалы публикуются на коммерческой
основе.

7 930060 000005 17033

Подписные индексы:
30364, 30366