



## Грант Главы- 2020

29 июля в зале Копьёвского ДК состоялась церемония торжественного вручения Гранта Главы Орджоникидзевского района. «Одарённые дети - будущее России!» - под таким девизом прошло чествование самых талантливых, активных, целеустремлённых и любознательных ребят, прославляющих район своими достижениями в обучении, спорте, интеллектуальных конкурсах и творчестве. Всего на конкурсный отбор было представлено 29 учащихся, а удостоено Гранта Главы – 18 из них.

В этом году мероприятие несколько отличалось от церемоний прошлых лет: зрительные ряды были заполнены лишь на треть, а на входе гостей ожидали организаторы мероприятия с градусниками и антисептиками в руках.

Начиная с 2007 года, церемония вручения Гранта Главы района стала доброй традицией, и проходит она уже в четырёхнадцатый раз.

С пожеланиями для лучших обучающихся мероприятие открыл глава Орджоникидзевского района Анатолий Иванович Тайченачев.

- Этот сложный год запомнится всем нам. Ни у кого не было такого, как у вас, вручения аттестатов, нет большого количества зрителей и на сегодняшнем Гранте, но мы вас благодарим за труд. Каждый раз, выходя на эту сцену, я испытываю чувство гордости за то, что у нас живут такие талантливые ребята, которые прославляли и будут прославлять наш район своими делами. На таких людях, как вы, держится сёла, города, Россия! Пусть исполняются все ваши мечты! Желаю, чтобы своим трудом, с поддержкой друзей и близких, вам удалось добиться настоящего успеха!

Первыми на сцену были приглашены ребята, получившие аттестат о среднем общем образовании с отличием и медаль «За особые успехи в обучении». В нынешнем году таких выпускников в районе четверо. Это выпускница Новомарьясовской школы-интерната Светлана АЕШИНА, выпускница Ююсской средней школы Диана МОИСЕЕНКО и выпускники Копьёвской средней школы Александр КОЗЛОВ и Антон МОРДВИНОВ. Чествовали не только отличившихся ребят, но и их родителей, прививших детям трудолюбие.

Талантливый человек талантлив во всём! И ребята, собравшиеся в зале, являются тому примером. И петь, и плясать, и стихи читать, и задачи решать, и в спорте побеждать – всё им под силу.

**Гранта в области интеллектуальной деятельности** удостоена Карина ЕРМИЛОВА, обучающаяся 9-го класса Копьёвской средней школы. Карина – участница районного этапа Всероссийского конкурса юных чтецов «Живая классика», лауреат I степени Всероссийского конкурса-фестиваля «Новые имена», призёр муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по литературе.

Прошла конкурсный отбор и Мария КОВАЛЕНКО, ученица 10-го класса Ююсской средней школы, призёр республиканской интернет-олимпиады по основам избирательного процесса, победитель конкурса капитанов X районного слёта старшеклассников «Мы – будущие избиратели», призёр XI районного слёта лидеров школьных общественных объединений, участник регионального этапа Всероссийского конкурса «Живая классика». Надо отметить, что Мария была награждена грамотой Главы Орджоникидзевского района за активное участие в районных мероприятиях, а также получила благодарственное письмо Министерства образования и науки Республики Хакасия за активное участие в волонтерском движении.

И ещё одной обладательницей гранта



Уже 14 лет в Орджоникидзевском районе существует прекрасная традиция - чествовать самых талантливых учеников

в области интеллектуальной деятельности стала Ангелина ГАЛИЦИНА, ученица 10-го класса Устино-Копьёвской средней школы. Ангелина – победитель Республиканского конкурса социальной рекламы «Россия - территория, свободная от экстремизма» в номинации «Социальная реклама», победитель XIV республиканского слёта старшеклассников «Мы – будущие избиратели», призёр муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Обществознание», призёр муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по предмету «История», победитель муниципального этапа Всероссийской военно-патриотической игры «Победа» в конкурсе «Ратные страницы истории».

**В номинации «Грант в области общественной деятельности»** награждены ребята, которые активно принимают участие в общественной жизни района и проявляют себя в социально значимых мероприятиях, доказывая делом готовность работать на благо общества.

За активную общественную деятельность гранта удостоен Максим СКОВПЕНЬ, выпускник Копьёвской средней школы, призёр Всероссийского слёта юных спасателей в детском центре «Океан», призёр V Республиканского слёта дружин юных пожарных, победитель учебно-полевых сборов общеобразовательных организаций Орджоникидзевского района. Максим неоднократно награждался грамотами за активное участие в районных слётах по избирательному праву и активную жизненную позицию.

Обладателем Гранта в этой номинации стала Виктория БЫКОВСКИХ, выпускница Копьёвской средней школы, участница Всероссийского детского-юношеского военно-патриотического общественного движения «Юнармия», призёр открытого первенства Республики Хакасия в военно-патриотической игре «Юнармейцы в юбках», призёр открытого первенства Усть-Абаканского района по военно-спортивному многоборью «А ну-ка, девушки!», призёр спартакиады среди допризывной молодёжи п.Копьёво «Служу Отечеству», участница образцового хореографического коллектива «Вдохновение».

Проявил себя в общественной деятельности и Александр КОЗЛОВ, выпуск-

ник Копьёвской средней школы, активный участник Всероссийского военно-патриотического общественного движения «Юнармия», патриотических и волонтерских акций Республики Хакасия, призёр пожарно-тактической эстафеты VI республиканского слёта дружин юных пожарных, призёр интеллектуальной игры «Избирательный дозор» X районного слёта старшеклассников «Мы - будущее России», призёр муниципального этапа олимпиады по правилам дорожного движения.

Также в этой номинации была награждена Наталья ДУШИНА, выпускница Копьёвской средней школы, лауреат III степени XIV Международного конкурса «Жизнь в движении», лауреат II степени 11-го Всероссийского конкурса «Таланты России», призёр открытого первенства Усть-Абаканского района по военно-спортивному многоборью «А ну-ка, девушки!», призёр муниципального этапа военно-патриотической игры «Юнармейцы в юбках», обладатель грамот за общественную деятельность и участие в мероприятиях на муниципальном и региональном уровнях и за активную жизненную позицию.

Обладателем Гранта в области общественной деятельности стала Евгения ЛЯЧКАНОВА, выпускница Новомарьясовской средней школы-интерната, победитель отборочного республиканского этапа Международного конкурса-фестиваля декоративно-прикладного творчества, призёр муниципального этапа республиканского конкурса «Над Россией небо синее», призёр районной выставки декоративно-прикладного и технического творчества, участница общероссийской предметной олимпиады «Школьные дни».

**Грант в области особых достижений и за выдающиеся заслуги в социально значимых конкурсах на всероссийском и международном уровнях** вручён команде ЮИД «Крутой поворот» Устино-Копьёвской средней школы. Ангелина Доброгорских, Ксения Муленко, Артём Кригер, Александр Шевченко и бессменный руководитель отряда Татьяна Валентиновна Етыгина - эта дружная и целеустремлённая команда стала победителем Всероссийского слёта-конкурса отрядов ЮИД в детском центре «Океан», опередив соперников из 22 субъектов

Российской Федерации. Надо сказать, что ребята не раз занимали призовые места в муниципальных, республиканских и всероссийских конкурсах и слётах.

- Мы живём в уникальное время. 2020-й – год юбилея Великой Победы, год пандемии и год дистанционного обучения. Очень много событий, которые мы запомним. Одно неизменно – наша земля не иссякает талантами. Всегда были и есть в нашем районе замечательные дети и талантливые педагоги! Поздравляю всех с сегодняшним событием! - обратилась к присутствующим председатель Совета депутатов Орджоникидзевского района Елена Геннадьевна Вохмина.

Елена Геннадьевна вручила Гранты победителям отбора ещё в трёх номинациях: в области хореографии и музыкального творчества, в области изобразительного, прикладного и технического творчества и в области спорта.

**Обладателем Гранта в области хореографии и музыкального творчества** стала Евгения НОВИЧКОВА, ученица 10-го класса Копьёвской средней школы, солистка образцового хореографического коллектива «Вдохновение» Копьёвского Дома детского творчества, дипломант I степени VII Международного конкурса-фестиваля «Семь ступеней», лауреат II и III степени III Международного детского и юношеского конкурса-фестиваля «Сердце Сибири», дипломант III степени X Международного онлайн-конкурса хореографических коллективов, призёр республиканского фестиваля детского творчества «Я люблю тебя, Россия!».

Победителем в номинации стала и Яна ВОРОШИЛОВА, ученица 10-го класса Копьёвской средней школы, воспитанница образцового хореографического коллектива «Вдохновение» Копьёвского Дома детского творчества, дипломант I степени VII Международного конкурса-фестиваля «Семь ступеней», дипломант III степени X Международного онлайн-конкурса хореографических коллективов «Вдохновение», лауреат II степени Всероссийского виртуального фестиваля «Созвездие улыбок», дипломант I и II степени республиканского фестиваля детского творчества «Я люблю тебя, Россия!».

(Окончание на стр.2)

## Первоклассный оператор



За высокий профессионализм и безупречное исполнение должностных обязанностей оператор 1-го класса отделения почтовой связи п.Копьёво Елена Борисовна ТЕРЕЩЕНКО удостоена Почётной грамоты Хакасского филиала Почты России.

Грамота была торжественно вручена Елене начальником Ширинского почтамта В.И.Опрокиднёвой в рамках рабочего совещания с руководителями отделений связи Орджоникидзевского района.

Размещённая в группах газеты в соцсетях информация о награждении Е.Б.Терещенко Почётной грамотой очень быстро набрала огромное количество просмотров и лайков, народ не скупился на поздравления и комментарии. Что красноречиво говорит о том, что Елену в нашем районе знают, уважают и ценят «от малого до старого» очень многие.

Да и как иначе, ведь Елена Борисовна – не только настоящий специалист в своём деле, но и просто хороший человек. Всё в её руках спорится, работает Елена быстро, качественно, с душой.

Геннадий СПИРИДОНОВ.

Фото автора

### В ЗЕРКАЛЕ ЦИФР

По данным отдела департамента ЗАГС по Орджоникидзевскому району, за первое полугодие 2020 года в районе зарегистрировано 52 рождения детей.

Среди часто используемых имён, которыми нарекли своих деток родители, – Иван, Дмитрий, Николай, Кирилл, Александр, Дарья, Дарина, Софья, Ангелина. Встречаются и редкие: Богдан, Глеб, Демид, Савелий, Спартак, Эмилия, Милада, Ярослава, Арина.

Умерло 77 жителей района. К сожалению, смертность по-прежнему превышает рождаемость.

Зарегистрировано 26 браков, разводов – 20. Два человека пожелали сменить своё имя.

### ПОКА НЕДОСТУПНЫ

В связи со снятием ряда ограничений в республике, с 3 августа разрешена работа библиотек. Однако в нашем районе храмы книг для читателей по-прежнему недоступны. Пока.

Районной библиотеке сначала необходимо получить Паспорт готовности объекта к работе. Но для этого и Центральная библиотека, и все её 18 сельских филиалов должны быть обеспечены антисептическими и обеззараживающими средствами, масками, перчатками. На всё это необходимы средства. Как только они будут изысканы, всё закупят, обеспечат филиалы, получат Паспорт готовности, библиотеки смогут открыться для работы с читателями.

### СТРАДА СЕНОКОСНАЯ

В этом году сенокос начался раньше, чем в предыдущие.

Урожай естественных трав выдался неплохой, а местами – вообще отличный, поэтому во всех малых и крупных хозяйствах района стараются, косят всё, что только можно скосить из добротного питательного разнотравья, чтобы заготовить грубые корма с запасом. Ведь в студёную зимнюю пору и авитаминозную весну такое сено лишним никогда не будет!

По состоянию на 4 августа, в районе скошено 6368 га сенокосных угодий (на эту же дату прошлого года – 5212 га), заготовлено 6248 т (2911). То есть заготовка сена идёт реально активнее, чем в прошлом году.

Также фермеры и сельхозпредприятия готовятся к выводу на поля кормоуборочных комбайнов для заготовки сенажа.

Г.СПИРИДОНОВ

## Полосатые вредители заселили посадки картофеля

Колорадский жук в Хакасии отмечается ежегодно. Приобретение непроверенных семян картофеля в частном секторе способствует заносу колорадского жука на новые территории. В текущем году перезимовка вредителя прошла хорошо, тёплая зима способствовала этому, умеренно тёплое, влажное лето также благоприятствует развитию вредителя.

Выход жуков начинается с конца апреля – середины мая. Жуки способны совершать перелёты до 70 км. Самки откладывают яйца на нижнюю сторону листьев, группами по 20-100 штук. Жуки очень плодовиты, общая плодовитость может достигать 2400 яиц. Личинки развиваются 18-25 дней.

В наших условиях колорадский жук развивается в двух поколениях, которые могут накладываться одно на другое, поэтому в период вегетации на растениях могут находиться одновременно яйца, личинки всех возрастов и взрослые жуки. Жуки имеют несколько форм покоя, которые они проводят в почве: зимняя диапауза, многолетняя диапауза, летняя – в жаркий период жук тоже уходит в почву, что затрудняет борьбу с вредителем и делает невозможным его уничтожение в течение одного вегетационного сезона.

По данным филиала ФГБУ «Россельхозцентр» по Республике Хакасия, в текущем году колорадский жук отмечается в посадках личных подсобных хозяйств в Усть-Абаканском, Боградском, Ширинском, Орджоникидзевском районах.

Бороться с полосатым вредителем необходимо комплексно. Рекомендуем проводить ручной сбор личинок и жуков или использовать биологические препараты: «Битоксибациллин», «Фитоверм», в исключительных случаях использовать химические пестициды: «Актара», «Жукоед», «Интавир», «Танрек» и другие. Обработку необходимо проводить в сухую безветренную погоду в утренние или вечерние часы с применением индивидуальных средств защиты.

Уделяя внимание химикатам и биопрепаратам, нельзя забывать об агротехнических мерах, благодаря которым тоже можно снизить численность вредителя. Соблюдать севооборот, окучивая ряды картофеля, засыпать почвой нижние листья, междурядья в течение лета надо три раза рыхлить, после уборки культуры следует убрать растительные остатки, в осенний период участок надо глубоко перекопать.

ФГБУ «Россельхозцентр» по РХ



Огородники района озабочены невиданным нашествием колорадского жука. Общественные чаты заполнили фотографии и вопросы: «Что теперь с этим делать?»

## Грант Главы- 2020

(Окончание. Нач на стр.1)

Грант в области изобразительного, прикладного и технического творчества вручён Диане БАЛАКИНОЙ, выпускнице Копьёвской средней школы, воспитаннице студии изобразительного искусства «Мир и человек» Копьёвского Дома детского творчества. Диана – дипломант I степени Международного конкурса изобразительного искусства, декоративно-прикладного творчества и фотографии «Зимние забавы», дипломант III степени республиканского конкурса на соискание премий Хакасского республиканского общественного фонда поддержки одарённых детей в номинации «Премия имени Владимира Александровича Тодыкова в области изобразительного искусства», дипломант I степени республиканского конкурса социальной рекламы по правам и обязанностям детей «Семья. Дети. Счастье», призёр регионального конкурса «Дети против коррупции».

В конкурсном отборе на получение Гранта в области спорта победителем стала ученица 9-го класса Копьёвской средней школы Анастасия ШРАЙНЕР. Анастасия – призёр Республиканского турнира баскетбольной лиги чемпионата «КЭТ – БАСКЕТ», призёр первенства Красноярского края по самбо среди юношей и девушек 15-16 лет, призёр первенства Красноярского края по вольной борьбе. Неоднократно Анастасия была награждена почётными грамотами за активное участие в межрегиональных соревнованиях по единоборству.

Победителем в номинации стал также Николай ДОГАДКИН, выпускник Копьёвской сельской средней школы. Николай награждён золотым знаком отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», призёр номинации «Лучший игрок» в ежегодном первенстве по

волейболу среди команд образовательных организаций Орджоникидзевского района, призёр муниципального этапа Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре.

Отличился в спорте и Антон МОРДВИНОВ, выпускник Копьёвской средней школы. Антон – мастер спорта по становой тяге. Он является победителем чемпионата Сибири по пауэрлифтингу и силовым видам спорта, победителем чемпионата Красноярского края по пауэрлифтингу, победителем IX открытого турнира Красноярского края по жиму лежа.

«Фото для истории!» – эта фраза не раз звучала из уст ведущей, заставляя замирать в улыбке ребят, за победами которых, безусловно, стоят сотни и тысячи дней кропотливой работы на результат. Полученные награды – это лишь одни из взятых барьеров, не финиш, а, скорее, старт. Старт новым победам, открытиям и высотам.

Мероприятие «Грант Главы Орджоникидзевского района» начало свою историю с 2007 года. Это хорошее дело! Ребята, обучаясь в школе, имеют возможность проявить себя с лучшей стороны. За все 14 лет очень много ребят получили гранты. И сегодня я хотел бы обратиться к организаторам мероприятия с инициативой: очень хочется увидеть всех. Прошу собрать всех в одном зале. Хотелось бы пообщаться, посмотреть, кем стали награждённые когда-то грантами ребята, – с интересной инициативой выступил глава района Анатолий Иванович Тайченачев.

А пока организаторы обдумывают это предложение, посмотрите на фото героев сегодняшнего дня. Ими гордится район!

Марина ДОБРОВА.  
Фото Г.СПИРИДОНОВА

## Как сдали ЕГЭ

Подшла к концу горячая экзаменационная пора. Выпускники уже ознаменены с результатами экзаменов по выбранным предметам. Напомним, в связи с пандемией одиннадцатиклассникам была предоставлена возможность отказаться от сдачи ЕГЭ по некоторым предметам, а тем, кто не планирует поступать в высшие учебные заведения, и вовсе можно не сдавать экзамены, аттестаты о среднем общем образовании были вручены ещё в июне.

Наибольшее количество выпускников сдавали русский язык (34 учащихся). Следует отметить, что по данному предмету средний балл традиционно несколько выше, чем по другим предметам. Нынешний год не стал исключением: средний тестовый балл – 69,1. Отрадно, что есть ребята, которые были очень близки к максимальному результату. Светлана Аёшина (Новомарьясовская СОШ-И) набрала 96 баллов. Диана Балакина (Копьёвская СОШ) – 94.

23 учащихся выбрали для сдачи профильную математику. Средний балл по данному предмету – 48,5. Один не перешагнул порог (минимальное количество баллов, соответствующее удовлетворительной отметке). Самые высокие результаты показали выпускники Копьёвской средней школы Антон Мордвинов, Ярослава Никонорова – по 76 баллов, Александр Козлов – 74 балла, Денис Мызников – 72 балла и выпускница Новомарьясовской школы-интерната Светлана Аёшина – 72 балла.

Традиционно одним из самых популярных предметов для сдачи ЕГЭ является обществознание. 16 ребят попробовали свои силы на экзамене по этой дисциплине. Средний балл – 53,6. Выпускница Копьёвской средней школы Елизавета Кириченко набрала 67 баллов, 66 баллов удалось набрать Диане Моисеенко, выпускнице Ююсской средней школы.

Биологию сдавали 16 ребят. 49,9 – таков средний тестовый балл, а самые высокие результаты показали Светлана Аёшина (Новомарьясовская школа-интернат) – 78 баллов и Антон Мордвинов (Копьёвская средняя школа) – 73 балла.

Семи выпускникам для поступления в профессиональные учебные заведения понадобилась химия. Средний балл, набранный экзаменуемыми, – 49,2. Лучший результат здесь показала Светлана Аёшина – 68 баллов.

Шестеро ребят сдавали физику. Средний балл – 47,5, а самый высокий результат показал Алексей Мозалёв (Орджоникидзевская СОШ) – 76 баллов.

Двое учащихся сдавали историю. Средний балл, набранный участниками экзамена, – 49,5.

Экзамены сданы, результаты получены, а значит, для ребят и их родителей началась горячая пора – выбор учебного заведения, поступление, ожидание и волнение. Пусть на всём этом пути выпускникам сопутствует удача!

М.ДОБРОВА

## Аварийное жильё в Приисковом: пути решения

Решение проблемы аварийного жилья и переселение из него – дело всегда очень затратное, а потому небыстрое. Ещё в 2016 году в селе Приисковое десять двухэтажных многоквартирных домов, а попросту бараков постройки середины прошлого века, были признаны аварийными.

Но тогда, буквально 1 января 2017 года, Программа переселения граждан из аварийного и ветхого жилья завершила своё действие. Следующая действует также 5 лет, уже до 2022 года. Для участия в ней районной администрацией были собраны и поданы необходимые документы.

В самом начале лета состоялась встреча первого заместителя главы района Ольги Клавдиевны Тихоновой с жителями с.Приисковое, проживающими в аварийных домах. Тогда собрание было долгим и шумным, как всегда и бывает при решении таких наболевших и затяжных проблем. Участникам раздали заявки, дали время определиться, так как условия федеральной программы предусматривают как переселение в новое построенное жильё, так и приобретение жилья на вторичном рынке в пределах субъекта Российской Федерации. Теперь по уточнённым и перепроверенным спискам в очереди на переселение из аварийного и ветхого жилья в Приисковом значится 36 семей.

9 июля состоялась вторая встреча представителя районной администрации с жильцами-переселенцами. Здесь было окончательно выяснено, что переехать на новое место жительства в п.Копьёво и другие населённые пункты Хакасии выразили желание 16 семей, две семьи согласились на денежную компенсацию, ещё одна не определилась. А 17 семей ещё раз подтвердили, что никуда из Приисковского не уедут. В самом селе 17 новых квартир не найти, есть несколько пустующих муниципальных и частных на продажу. Но это не решает проблему. Тогда, получается, необходимо строить жилой многоквартирный дом.

Повторное собрание прошло уже в более спокойной, деловой атмосфере. Люди задавали различные вопросы, выдвигали предложения. Их интересовали сохранение очереди на жильё для детей-сирот и опекаемых, разница в квадратуре при переселении, сохранность имущества в оставляемых аварийных домах, ремонт многоэтажек и многое другое. Ольга Клавдиевна давала ответы на вопросы либо ставила их на выяснение, поскольку от Приисковского сельсовета представителей на таком важном для села собрании почему-то не было. Да и работа местного сельсовета у местных же жителей вызывает много нареканий: взять хотя бы оформление доверенностей и прочих документов по жилью. У районных властей тоже есть претензии по взаимодействию.



Время летит быстро: необходимо успеть попасть в республиканский, и далее – в федеральный план на приобретение жилья уже в 2021 году, и разные проволоч-

ки здесь не уместны. Иначе сроки опять сдвинутся до 2025-2027 годов.

Дмитрий ТАРТАЧАКОВ.  
Фото О.Григорьевой

## Сёлам очень нужны аптеки

Полное отсутствие аптек в наших сёлах – проблема давняя и очень для жителей болезненная. Как говорят сами сельчане, случись что – простого парацетамола негде взять.

Как народ выкручивается из ситуации? А как только возможно, опыт-то за минувшие десятилетия накоплен немалый. Так, сельчане, имеющие свой транспорт, пользующиеся услугами маршруток либо нанимающие вкладчину такси, регулярно приезжают в райцентр и закупают необходимые медикаменты в частных аптеках. Народу в такие периоды в аптеках всегда полно, а очередь продвигается с трудом, поскольку люди затариваются основательно: берут по спискам-«простыням» на себя, на родственников и попросивших об этом земляков.

Нередко купить или передать нужные лекарства просят водителей автобусов. Где-то выручают и местные медики: получив в государственной аптеке медикаменты на льготников, забегают и в частную аптеку, берут старичкам необходимые лекарства.

Конечно, намного проще было бы покупать лекарства по месту жительства. В советские времена везде имелись стабильно работающие государственные аптеки, которые потом в некоторых сёлах благополучно просуществовали ещё с десятик-другой лет, благодаря местным специалистам, не уехавшим из села, не бросившим свою работу, а при поддержке властей сумевших найти способ для сохранения аптек. Как, например, в с.Устинкино, где заведующей аптекой, считай, с семидесятых годов благополучно проработала Л.А.Етыгина. И, сколько помню, в советские времена это была именно аптека, где наряду с отпуском готовых таблеток-мазей-бинтов приготавливались и отпускались по рецептам самые разные необходимые лекарственные растворы. Аптека заслуженно пользовалась большой популярностью не только среди жителей Устинкинского сельсовета, но и всей округи. Безусловно, благодаря её заведующей, профессионалу своего дела, интеллигентнейшему и очень тактичному человеку, одинаково внимательно к просьбам любого, переступившего порог аптеки. Сумели сохранить аптеку хотя бы в качестве киоска и в годы всеобщего развала, и далее после ухода уважаемого человека на заслуженный отдых. Пусть менялись формы собственности, помещения, режим работы, неважно, главное – людям было, где купить нужную таблетку или йод с бинтом.

Но потом всё это практически повсеместно ушло в историю. То специалистов

не стало (уехали из сёл либо вышли на пенсию), то в ходе бесконечных «нововведений» ужесточились требования к розничному отпуску лекарств, а больницам запретили заниматься их реализацией, и в результате там, где ещё как-то работали аптечные киоски, они были закрыты. И если в райцентре, наряду с сохранившейся государственной аптекой, прочную нишу заняли частные, то в удалённых сёлах по-прежнему всё сложно. Аптек нет. Частного аптекаря туда не заманишь: оборот продаж невелик, затраты на транспортные расходы и налоговые отчисления поистине драконовские, плюс необходимость обязательной установки считывающего (идентификационного) и кассового аппаратов, их содержание и обслуживание – всё это выливается в кругленькую сумму. А ещё помещение и оборудование аптечного пункта должны соответствовать современным стандартам, а аптекари – иметь на руках кучу самой разной разрешительной документации: лицензии, сертификаты на то, на это. Без каких-либо поправок на то, что это киоск для сельской местности, а не города. В целом вкладываться в «приведение в соответствие» можно бесконечно. Тут не то что с прибылью – по нулям не сработать. Проще не начинать. Или вскоре закрыться, как и получилось в с.Июс.

Вот почему так? И будут ли изменения к лучшему? Надо отметить, что тема отсутствия лекарственного обеспечения в сёлах периодически озвучивалась на всех предвыборных встречах, сходах и личных приёмах граждан с участием руководителей всех эшелонов власти. Также вопросы от жителей района по поводу лекарственного обеспечения представителями газеты переадресовывались руководителям районной больницы и Министерства здравоохранения РХ. В результате удалось урегулировать процесс обеспечения жизненно важными препаратами льготной категории граждан. Ну хоть что-то.

Предпринимались попытки организовать для деревенских жителей торговлю лекарствами в розницу. Помнится, лет пять назад по республике запускали передвижную аптеку от «Ресфармации», и через республиканские СМИ громко протрубили, что она будет объезжать по графику малые и отдалённые сёла, обеспечивать потребности в лекарствах их жителей. Но что-то в нашем районе она замечена не была. Если не считать апреля 2015-го, когда один день она поработала на территории ДК п.Копьёво – на выдаче лекарств погорельцам. В августе 2018-го также показали нам по РТС, что по районам будет ездить передвижной диагностический комплекс на базе

большого автобуса ЛАЗ с необходимыми врачами для обследования местных жителей, и при нём же – аптечный киоск. Ну, думалось, подспорье будет нашим деревенским жителям: и проверятся, и лекарства тут же купят. Увы, до нашего района такая благодать тоже не дошла. Знать, это была предвыборная «пыль в глаза» - в ближайших от Абакана районах «помелькали», и на этом - всё.

В прошлом году началась реализация нацпроекта «Здравоохранение». По республике строятся новые амбулатории, стационарные ФАПы, закупаются передвижные. Сообщалось, что в передвижных ФАПах, которые в рамках нацпроекта постепенно появятся во всех районах Хакасии, обязательно будет и аптечный киоск. Наш район в графике на получение мобильного ФАПа значится на следующий год. Предусмотрены аптечные пункты и в новых ФАПах, у нас это д.Когунек и Подкамень. Что будет по факту – покажет время.

Это - точно, ну а что в целом? Сколько ещё людям терпеть и выкручиваться без возможности приобретения жизненно важных лекарств по месту жительства? Жители с.Июс написали коллективное обращение (89 подписей) Уполномоченному по правам человека. И их понять можно: село большое, где и стар и млад так или иначе нуждаются в медпомощи. А в летний сезон на окрестных карьерах и Сундуках полно отдыхающих. Им тоже, бывает, срочно требуются лекарства, мази и бинты. А аптеки в селе вот уже третий год как нет. Вместо больницы – даже не амбулатория, а ФАП.

В свою очередь от Уполномоченного ушёл запрос в Минздрав РХ. В ответе из Министерства здравоохранения республики сообщалось, что частные аптеки не получают лицензии для осуществления розничной торговли в малонаселённых и отдалённых сёлах ввиду нерентабельности, а также из-за отсутствия фармацевтических кадров в таких населённых пунктах. Выездная же форма торговли лекарственными препаратами запрещена действующим законодательством. Министерством здравоохранения было предложено главному врачу Копьёвской районной больницы принять незамедлительные меры по получению лицензии на розничную торговлю лекарственными препаратами с целью обеспечения ими населения, в том числе в фельдшерско-акушерском пункте с.Июс. Администрацией данного медицинского учреждения прорабатывается вопрос по созданию структурного подразделения «Аптека», для этого Копьёвской районной больницей было подано заявление в Центр гиги-

ены и эпидемиологии в Республике Хакасия на проведение санитарно-эпидемиологической и гигиенической экспертизы в целях дальнейшего получения лицензии.

А вот какие пояснения дала сама главврач районной больницы В.Н.Кульмова.

- Аптечные киоски при амбулаториях и ФАПах в каких-то сёлах у нас были с давних времён, в других мы организовали недавно. Все они пролицензированы, работают. Но только для выдачи льготных лекарств федеральным и региональным льготникам. Это касается и новых ФАПов. То есть наши медики получают в Копьёвской аптеке «Ресфармация» льготные лекарства и согласно рецептам и спискам затем отпускают их получателям. Розничной продажей лекарств мы не можем заниматься, так как в связи с экономическими трудностями на это у больницы попросту нет средств. Нужно понять: чтобы заняться розницей, мы должны вложиться в приобретение и установку в киосках при амбулаториях и ФАПах кассовой и считывающей аппаратуры. А где, из каких источников средства взять? А лекарства на базе на что закупать? Что какое-то время было возможно в постсоветские времена, когда ухищрялись содержать аптечные пункты при больницах, сейчас, увы, в рамках действующего законодательства попросту невозможно!

Поэтому действительно, потребуется кому обычный парацетамол – в наших больничных киосках не купить. Мы пытались решить эту проблему через Копьёвскую аптеку, чтобы её сотрудники выдавали нам необходимый ассортимент лекарств под реализацию в деревенских амбулаториях, но у аптеки тоже нет оборотных средств, чтобы закупать медикаменты, - констатировала В.Н.Кульмова.

Поэтому пока всё остаётся как есть. И такая ситуация повсеместно. Никто не может заставить участника работать в отдалённых сёлах себе в убыток. Чтобы там заработали аптечные пункты, одного желания жителей и даже наличия своего квалифицированного специалиста недостаточно. Для кардинального изменения ситуации к лучшему нужны действенные инструменты господдержки сельских аптекарей - тех, кто готов работать на этой ниве в сельской местности. И (или) - эффективные менеджеры в региональном руководстве госаптекой. Чтобы не только «осваивались» бюджетные средства, но и находились возможности для открытия аптечных киосков в удалённых сёлах, и была видна реальная забота о простом человеке.

Геннадий СПИРИДОНОВ



**10 АВГУСТА, ПОНЕДЕЛЬНИК**

**1 Первый**

05.00, 09.15 Доброе утро  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости  
09.50 Модный приговор 6+  
10.50 Жить здорово! 16+  
12.10 Время покажет 16+  
15.10, 03.05 Давай поженимся! 16+  
16.00, 03.45 Мужское / Женское 16+  
18.00 Вечерние новости  
18.40, 01.25 На самом деле 16+  
19.40 Пусть говорят 16+  
21.00 Время  
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра» 16+  
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли» 16+  
02.15 Наедине со всеми 16+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+  
12.40, 18.40 60 минут 12+  
14.55, 03.30 Т/с «Тайны следствия» 12+  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+  
21.20 Т/с «Осиное гнездо» 16+  
01.50 Т/с «Доктор Рихтер» 16+

**СТС**

06.00, 05.45 Ералаш 6+  
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» 6+  
06.50 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
07.30 М/с «Том и Джерри» 0+  
08.10 Х/ф «Знакомьтесь, Дейв» 12+  
10.00 Х/ф «Самый лучший день» 16+  
12.10 Т/с «Кухня» 16+  
17.35 Т/с «Нагиев на карантине» 16+

19.00 Т/с «Сториз» 16+  
19.50 Х/ф «Ночь в музее» 12+  
22.00 Х/ф «Сказки на ночь» 12+  
23.55 Х/ф «Клик. С пультом по жизни» 12+  
02.00 Х/ф «Тысяча слов» 16+  
03.25 М/ф «Даффи Дак. Фантастический остров» 0+  
04.40 М/ф «Даффи Дак. Охотники за чудовищами» 0+

**НТВ**

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след» 12+  
06.00 Утро. Самое лучшее 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 16+  
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы» 16+  
16.25 ДНК 16+  
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины» 16+  
21.00 Т/с «Ментовские войны» 12+  
00.40 Т/с «Свидетели» 16+  
03.05 Мы и наука. Наука и мы 12+  
03.50 Дело врачей 16+

**ТНТ**

07.00, 07.30, 12.30, 13.00 Т/с «СашаТаня» 16+  
08.00 Дом-2. Спаси свою любовь 16+  
08.55 Просыпаемся по-новому 16+  
09.00 Дом-2. Lite 16+  
10.15 Дом-2. Остров любви 16+  
11.30 Бородина против Бузовой 16+  
13.30, 14.00 Т/с «Счастливы вместе» 16+  
14.30, 15.00, 15.30, 16.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+  
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/с «Универ» 18+  
18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Фитнес» 16+  
20.00, 20.30 Т/с «Патриот»

16+  
21.00, 21.30 Т/с «Ольга» 16+  
22.00 Комеди Клуб 16+  
23.00 Дом-2. Город любви 16+  
00.00 Дом-2. После заката 16+  
01.00 Такое кино! 16+  
01.30 Comedy Woman 16+  
02.25, 03.15, 04.05 Stand up 16+  
04.55, 05.45 Открытый микрофон 16+  
06.35 ТНТ. Best 16+

**МАТЧ! Матч ТВ**

10.00, 12.55, 16.00, 20.50, 01.00 Новости  
10.05, 18.25, 04.40 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00 Футбол. Лига чемпионов. 1/8 финала 0+  
15.00 После Футбола с Георгием Черданцевым 12+  
16.05 Самый умный 12+  
16.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Брисбен Роар» - «Сидней». Прямая трансляция  
19.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
19.40 Смешанные единоборства. Сделано в России 16+  
20.55 Футбол. Обзор Лиги Европы. 1/8 финала 0+  
22.55 Профессиональный бокс. Хусейн Байсангуров против Александра Журавского. Евгений Шведенко против Максима Смирнова. Прямая трансляция из Москвы  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Прямая трансляция из Германии  
04.00 Тотальный Футбол 12+  
04.30 «Спартак» - «Сочи». Live». Специальный репортаж 12+  
05.15 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Трансляция из Германии 0+  
07.15 Жизнь после спорта 12+  
07.45 Хоккей. XXIX Мемориал Ромазана. «Металлург» (Маг-

нитогорск) - «Автомобилист» (Екатеринбург) 0+

**ПЯТЫЙ 5**

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 Известия 16+  
05.25, 06.15, 07.05, 08.00 Х/ф «Улицы разбитых фонарей» 16+  
09.25, 10.20, 11.20, 12.20, 13.25, 14.40, 14.30, 15.30, 16.35 Х/ф «Улицы разбитых фонарей-7» 16+  
17.45, 18.40 Х/ф «Пятницкий» 16+  
19.30, 20.05, 20.55, 21.40, 22.20, 00.30 Т/с «След» 16+  
01.15, 01.55, 02.25, 02.50, 03.30, 04.05, 04.30 Т/с «Детективы» 16+

**ДОМАШНИЙ**

06.30, 06.25 6 кадров 16+  
07.00, 04.50 По делам несовершеннолетних 16+  
09.05 Давай разведемся! 16+  
10.10, 03.15 Тест на отцовство 16+  
12.20, 02.20 Д/с «Реальная мистика» 16+  
13.30, 01.20 Д/с «Понять. Простить» 16+  
14.35, 00.55 Д/с «Порча» 16+  
15.05 Х/ф «Опасное заблуждение» 12+  
19.00 Х/ф «Виноград» 16+  
23.05 Х/ф «Женский доктор» 16+

**РОССИЯ К**

06.30 Письма из Провинции 12+  
07.00 Легенды мирового кино 12+  
07.30, 19.45, 01.45 Д/ф «Тайны собора Санта-Мария-дель-Фьоре» 12+  
08.30, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера» 0+  
10.00, 19.30 Новости культуры 12+  
10.15 Д/ф «Короли династии Фаберже» 12+  
10.55, 00.20, 20.55 Красивая планета 12+  
11.10 Абсолютный слух 12+

11.50 Д/с «О временах и нравах» 12+  
12.20 Academia 12+  
13.10, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы 12+  
13.45 Д/ф «Сияющий камень» 12+  
14.30 Спектакль «Волки и овцы» 12+  
17.30 Библийский сюжет 12+  
18.00 Полиглот 12+  
18.50 Больше, чем любовь 12+  
20.40 Спокойной ночи, малыши! 0+  
21.10 80 лет Вениамину Смехову 12+  
23.35 Д/ф «Грустная музыка счастливого человека...» 12+  
01.10 Д/с «Запечатленное время» 12+  
02.35 Д/с «Первые в мире» 12+

**РТС**

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
07:25 В человеческой шкуре 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
10:25 В человеческой шкуре 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 РТС «Новости» 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 РТС «Новости» 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
15:00 РТС «Новости» 16+

15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+  
15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
17:45 Родная улица 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 РТС «Новости» 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 РТС «Новости» 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 РТС «Новости» 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 РТС «Новости» 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+  
В программе возможны изменения

**11 АВГУСТА, ВТОРНИК**

**1 Первый**

05.00, 09.15 Доброе утро  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости  
09.50 Модный приговор 6+  
10.50 Жить здорово! 16+  
12.10 Время покажет 16+  
15.10, 03.05 Давай поженимся! 16+  
16.00, 03.45 Мужское / Женское 16+  
18.00 Вечерние новости  
18.40, 01.25 На самом деле 16+  
19.40 Пусть говорят 16+  
21.00 Время  
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра» 16+  
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли» 16+  
02.15 Наедине со всеми 16+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+  
12.40, 18.40 60 минут 12+  
14.55, 03.30 Т/с «Тайны следствия» 12+  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+  
21.20 Т/с «Осиное гнездо» 16+  
01.50 Т/с «Доктор Рихтер» 16+

**СТС**

06.00, 05.45 Ералаш 6+  
06.40, 16.45 Т/с «Нагиев на карантине» 16+  
08.00, 19.00 Т/с «Сториз» 16+  
09.00 Х/ф «Сказки на ночь» 12+  
11.00 Уральские пельмени. СмехBook 16+  
11.05 Т/с «Сеня-Федя» 16+  
13.40 Т/с «Кухня» 16+  
20.00 Х/ф «Ночь в музее-2» 12+

22.05 Х/ф «Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега» 0+  
00.30 Х/ф «Ничего хорошего в отеле «Эль Рояль» 18+  
03.00 Х/ф «Квартирка Джо» 12+  
04.10 Слава Богу, ты пришёл! 16+  
05.00 М/ф «Детство Ратибора» 0+  
05.20 М/ф «Мальчик с пальчик» 0+  
05.35 М/ф «Чуныя» 0+

**НТВ**

05.10 Т/с «Мухтар. Новый след» 12+  
06.00 Утро. Самое лучшее 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 16+  
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы» 16+  
16.25 ДНК 16+  
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины» 16+  
21.00 Т/с «Ментовские войны» 12+  
00.40 Т/с «Свидетели» 16+  
03.10 Дело врачей 16+

**ТНТ**

07.00, 07.30, 12.30, 13.00 Т/с «СашаТаня» 16+  
08.00 Дом-2. Спаси свою любовь 16+  
08.55 Просыпаемся по-новому 16+  
09.00 Дом-2. Lite 16+  
10.15 Дом-2. Остров любви 16+  
11.30 Бородина против Бузовой 16+  
13.30, 14.00 Т/с «Счастливы вместе» 16+  
14.30, 15.00, 15.30, 16.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+  
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/с «Универ» 18+  
18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Фит-

нес» 16+  
20.00, 20.30 Т/с «Патриот» 16+  
21.00, 21.30 Т/с «Ольга» 16+  
22.00 Комеди Клуб 16+  
23.00 Дом-2. Город любви 16+  
00.00 Дом-2. После заката 16+  
01.00 Comedy Woman 16+  
02.00, 02.50, 03.40 Stand up 16+  
04.30, 05.20 Открытый микрофон 16+  
06.10, 06.35 ТНТ. Best 16+

**МАТЧ! Матч ТВ**

10.00, 12.55, 16.00, 20.50, 01.00 Новости  
10.05, 18.25, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00, 04.45 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Трансляция из Германии 0+  
15.00 Русские легионеры 12+  
15.30 Вне игры 12+  
16.05 Самый умный 12+  
16.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Мельбурн Сити» - «Аделаида Юнайтед». Прямая трансляция  
19.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
19.40 Смешанные единоборства. Bellator. Майкл Чендлер против Бенсона Хендерсона. Реванш. Трансляция из США 16+  
20.55 Все на регби! 12+  
21.25, 01.05 Все на Футбол! 12+  
21.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Ротор-Волгоград» - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция  
00.00 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура 0+  
01.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Прямая трансляция из Германии  
06.45 Д/ф «Посттравматиче-

ский синдром» 12+  
07.45 Хоккей. XXIX Мемориал Ромазана. «Металлург» (Магнитогорск) - «Сибирь» (Новосибирск) 0+

**ПЯТЫЙ 5**

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 Известия 16+  
05.25, 06.10 Х/ф «Улицы разбитых фонарей» 16+  
09.25, 10.15, 11.15, 12.20, 13.25 Х/ф «Улицы разбитых фонарей-7» 16+  
13.45, 14.40, 15.35, 16.30 Х/ф «Шеф. Новая жизнь» 16+  
17.45, 18.40 Х/ф «Пятницкий» 16+  
19.30, 20.15, 20.55, 21.40, 22.20, 00.30 Т/с «След» 16+  
23.10 Х/ф «Свои» 16+  
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
01.10, 01.55, 02.25, 02.55, 03.30, 04.00, 04.30 Т/с «Детективы» 16+

**ДОМАШНИЙ**

06.30, 06.10 6 кадров 16+  
06.45, 04.35 По делам несовершеннолетних 16+  
08.50 Давай разведемся! 16+  
10.00, 02.55 Тест на отцовство 16+  
12.10, 02.00 Д/с «Реальная мистика» 16+  
13.25, 01.05 Д/с «Понять. Простить» 16+  
14.30, 00.35 Д/с «Порча» 16+  
15.00 Х/ф «Виноград» 16+  
19.00 Х/ф «Крёстная» 16+  
22.50 Х/ф «Женский доктор» 16+

**РОССИЯ К**

06.30 Письма из Провинции 12+  
07.00 Легенды мирового кино 12+  
07.30 Д/ф «Мария-Терезия - теща и свекровь всей Европы» 12+  
08.25, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера» 0+  
10.00, 19.30 Новости культу-

ры 12+  
10.15 Д/ф «Гия Канчели. Грустная музыка счастливого человека...» 12+  
10.55, 02.35 Красивая планета 12+  
11.10, 20.55 Абсолютный слух 12+  
11.50 Д/с «О временах и нравах» 12+  
12.20 Academia 12+  
13.10, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы 12+  
13.50 Д/ф «Сокровища «Пруссии» 12+  
14.30 Спектакль «Чайка» 12+  
17.20 Цвет времени 12+  
17.30 Библийский сюжет 12+  
18.00 Полиглот 12+  
18.50 Больше, чем любовь 12+  
19.45, 01.45 Д/ф «Мария Терезия - теща и свекровь всей Европы» 12+  
20.40 Спокойной ночи, малыши! 0+  
21.35 Монолог в 4-х частях 12+  
23.40 Д/ф «Георгий Гамов. Физик от Бога» 12+  
01.15 Д/с «Запечатленное время» 12+

**РТС**

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 РТС «Новости» 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 РТС «Новости» 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 РТС «Новости» 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 РТС «Новости» 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+

15:00 РТС «Новости» 16+  
15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+  
15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
17:45 Под счастливой звездой 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 РТС «Новости» 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 РТС «Новости» 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 РТС «Новости» 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 РТС «Новости» 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+  
В программе возможны изменения

## 12 АВГУСТА, СРЕДА

## Первый

05.00, 09.15 Доброе утро  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости  
09.50 Модный приговор 6+  
10.50 Жить здорово! 16+  
12.10 Время покажет 16+  
15.10, 03.05 Давай поженимся! 16+  
16.00, 03.45 Мужское / Женское 16+  
18.00 Вечерние новости  
18.40, 01.25 На самом деле 16+  
19.40 Пусть говорят 16+  
21.00 Время  
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра» 16+  
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли» 16+  
02.15 Наедине со всеми 16+

## РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+  
12.40, 18.40 60 минут 12+  
14.55, 03.30 Т/с «Тайны следствия» 12+  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+  
21.20 Т/с «Осиное гнездо» 16+  
01.50 Т/с «Доктор Рихтер» 16+

## СТС

06.00, 05.50 Ералаш 6+  
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» 6+  
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
07.15, 17.35 Т/с «Нагиев на карантине» 16+  
08.00, 19.00 Т/с «Сториз» 16+  
09.00 Х/ф «Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега» 0+

11.20 Т/с «Сеня-Федя» 16+  
14.20 Т/с «Кухня» 16+  
20.00 Х/ф «Ночь в музее. Секрет гробницы» 6+  
21.55 Х/ф «Индиана Джонс и Храм судьбы» 0+  
00.20 Х/ф «Судья» 16+  
02.50 М/ф «Даффи Дак. Фантастический остров» 0+  
04.05 М/ф «Даффи Дак. Охотники за чудовищами» 0+  
05.15 М/ф «Как грибы с Гором воевали» 0+  
05.30 М/ф «Муравьишка-хвастунышка» 0+

## НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след» 12+  
06.00 Утро. Самое лучшее 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 16+  
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы» 16+  
16.25 ДНК 16+  
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины» 16+  
21.00 Т/с «Ментовские войны» 12+  
00.40 Т/с «Свидетели» 16+  
03.10 Дело врачей 16+

## ТНТ

07.00, 07.30, 12.30, 13.00 Т/с «СашаТаня» 16+  
08.00 Дом-2. Спаси свою любовь 16+  
08.55 Просыпаемся по-новому 16+  
09.00 Дом-2. Lite 16+  
10.15 Дом-2. Остров любви 16+  
11.30 Бородина против Бузовой 16+  
13.30, 14.00 Т/с «Счастливы вместе» 16+  
14.30, 15.00, 15.30, 16.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+  
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/с

«Универ» 18+  
18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Фитнес» 16+  
20.00, 20.30 Т/с «Патриот» 16+  
21.00, 21.30 Т/с «Ольга» 16+  
22.00 Комеди Клуб 16+  
23.00 Дом-2. Город любви 16+  
00.00 Дом-2. После заката 16+  
01.00 Comedy Woman 16+  
02.00, 02.50, 03.40 Stand up 16+  
04.30, 05.20 Открытый микрофон 16+  
06.10, 06.35 ТНТ. Best 16+

## МАТЧ! Матч ТВ

10.00, 12.55, 16.00, 20.50, 01.00 Новости  
10.05, 18.25, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00, 16.25 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Трансляция из Германии 0+  
15.00 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура 0+  
16.05 Самый умный 12+  
19.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
19.40 Профессиональный бокс. Хусейн Байсангуров против Александра Журавского. Трансляция из Москвы 16+  
20.55 Правила игры 12+  
21.40 «Ротор» - «Зенит». Live». Специальный репортаж 12+  
22.00 Футбол. Обзор Лиги чемпионов. 1/8 финала 0+  
23.55 Автоспорт. Формула Е. Прямая трансляция из Германии  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Аталанта» (Италия) - ПСЖ Прямая трансляция из Португалии  
04.45 Смешанные единоборства. ONE FC. Стамп Фэйртекс против Джанет Тодд. Трансляция из Сингапура 16+

06.15 Д/ф «Одержимые» 12+  
06.45 Д/ф «Рождённые победать» 12+  
07.45 Хоккей. Кубок Республики Башкортостан. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Нефтехимик» (Нижнекамск) 0+

## ПЯТЫЙ 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.20 Известия 16+  
05.35, 06.20, 07.10, 08.00, 13.45, 14.40, 15.35, 16.30 Х/ф «Шеф. Новая жизнь» 16+  
09.25, 10.25, 11.20, 12.20, 13.25 Х/ф «Литейный, 4» 16+  
17.45, 18.40 Х/ф «Пятницкий» 16+  
19.30, 20.15, 20.55, 21.40, 22.20, 00.30 Т/с «След» 16+  
23.10 Х/ф «Свои» 16+  
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
01.10, 01.55, 02.20, 02.50, 03.30, 04.05, 04.30 Т/с «Детективы» 16+

## ДОМАШНИЙ

06.30 6 кадров 16+  
07.30, 05.40 По делам несовершеннолетних 16+  
09.35 Давай разведёмся! 16+  
10.30, 04.00 Тест на отцовство 16+  
12.40, 03.15 Д/с «Реальная мистика» 16+  
13.40, 02.25 Д/с «Понять. Простить» 16+  
14.45, 01.55 Д/с «Порча» 16+  
15.15 Х/ф «Крестная» 12+  
19.00 Х/ф «Случайных встреч не бывает» 16+  
23.20 Х/ф «Женский доктор» 16+

## РОССИЯ К

06.30 Письма из Провинции 12+  
07.00 Легенды мирового кино 12+  
07.30, 19.45, 01.45 Д/ф «Египетский поход Наполеона Бонапарта» 12+

08.25, 22.05 Х/ф «Д'Артаньян и три мушкетера» 0+  
09.40, 23.20, 02.40 Красивая планета 12+

10.00, 19.30 Новости культуры 12+  
10.15 Д/ф «Георгий Гамов. Физик от Бога» 12+  
11.10, 20.55 Абсолютный слух 12+

11.50 Д/с «О временах и нравах» 12+  
12.20 Academia 12+  
13.10, 00.25 Молодежные симфонические оркестры Европы 12+  
14.30 Спектакль «Две женщины» 12+  
17.00 Д/ф «Испания. Теруэль» 12+  
17.30 Библийский сюжет 12+  
18.00 Полиглот 12+  
18.50 Больше, чем любовь 12+  
20.40 Спокойной ночи, малыши! 0+  
21.35 Монолог в 4-х частях 12+  
23.35 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете» 12+

## РТС

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 РТС «Новости» 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 РТС «Новости» 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 РТС «Новости» 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 РТС «Новости» 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
15:00 РТС «Новости» 16+

15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+

15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
17:45 Родная улица 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 РТС «Новости» 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 РТС «Новости» 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 РТС «Новости» 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 РТС «Новости» 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+

В программе возможны изменения

## 13 АВГУСТА, ЧЕТВЕРГ

## Первый

05.00, 09.15 Доброе утро  
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости  
09.50 Модный приговор 6+  
10.50 Жить здорово! 16+  
12.10 Время покажет 16+  
15.10, 02.45, 03.05 Давай поженимся! 16+  
16.00, 03.30 Мужское / Женское 16+  
18.00 Вечерние новости  
18.40 На самом деле 16+  
19.40 Пусть говорят 16+  
21.00 Время  
21.30 Т/с «Желтый глаз тигра» 16+  
23.30 Т/с «Тот, кто читает мысли» 16+  
01.20 Гол на миллион 18+  
02.05 Наедине со всеми 16+

## РОССИЯ 1

05.00, 09.30 Утро России  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+  
12.40, 18.40 60 минут 12+  
14.55, 03.30 Т/с «Тайны следствия» 12+  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+  
21.20 Т/с «Осиное гнездо» 16+  
01.50 Т/с «Доктор Рихтер» 16+

## СТС

06.00, 05.50 Ералаш 6+  
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» 6+  
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
07.20, 17.35 Т/с «Нагиев на карантине» 16+  
08.00, 19.00 Т/с «Сториз» 16+  
09.00 Х/ф «Индиана Джонс и Храм судьбы» 0+  
11.20 Уральские пельмени. СмехBook 16+  
11.40 Т/с «Сеня-Федя» 16+

13.45 Т/с «Кухня» 16+  
20.00 Х/ф «Одинокий рейнджер» 12+  
23.00 Х/ф «Дикий, дикий Вест» 12+  
01.00 Х/ф «Хроники Риддика. Чёрная дыра» 16+  
02.55 Х/ф «Квартирка Джо» 12+  
04.10 Слава Богу, ты пришёл! 16+  
04.55 М/ф «Золушка» 0+  
05.15 М/ф «Мойдодыр» 0+  
05.30 М/ф «Чудесный колокольчик» 0+

## НТВ

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след» 12+  
06.00 Утро. Самое лучшее 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 16+  
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы» 16+  
16.25 ДНК 16+  
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины» 16+  
21.00 Т/с «Ментовские войны» 12+  
00.40 Т/с «Свидетели» 16+  
02.20 Дело врачей 16+

## ТНТ

07.00, 07.30, 12.30, 13.00 Т/с «СашаТаня» 16+  
08.00 Дом-2. Спаси свою любовь 16+  
08.55 Просыпаемся по-новому 16+  
09.00 Дом-2. Lite 16+  
10.15 Дом-2. Остров любви 16+  
11.30 Бородина против Бузовой 16+  
13.30, 14.00 Т/с «Счастливы вместе» 16+  
14.30, 15.00, 15.30, 16.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+  
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/с «Универ» 18+  
18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Фит-

нес» 16+  
20.00, 20.30 Т/с «Патриот» 16+  
21.00, 21.30 Т/с «Ольга» 16+  
22.00 Комеди Клуб 16+  
23.00 Дом-2. Город любви 16+  
00.00 Дом-2. После заката 16+  
01.00 Comedy Woman 16+  
02.00 ТНТ-Club 16+  
02.05, 02.50, 03.40 Stand up 16+  
04.30, 05.20 Открытый микрофон 16+  
06.10, 06.35 ТНТ. Best 16+

## МАТЧ! Матч ТВ

10.00, 12.55, 16.00, 20.50, 01.00 Новости  
10.05, 18.25, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Аталанта» (Италия) - ПСЖ Трансляция из Португалии 0+  
15.00 «Ротор» - «Зенит». Live». Специальный репортаж 12+  
15.20 Правила игры 12+  
16.05 Самый умный 12+  
16.25 Футбол. Чемпионат Австралии. «Ньюкасл Джетс» - «Веллингтон Финикс». Прямая трансляция  
19.10 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
19.40 Профессиональный бокс. Сделано в России. Специальный обзор 16+  
20.55 Тот самый бой. Мурат Гассиев 12+  
21.25 Дома легионеров 12+  
21.55 Мини-Футбол. Париматч - Чемпионат России. 1/2 финала. Прямая трансляция  
23.55 Автоспорт. Формула Е. Прямая трансляция из Германии  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Лейпциг» (Германия) - «Атлетико» (Испания). Прямая трансляция из Португалии  
04.45 Смешанные едино-

борства. ONE FC. Деметриус Джонсон против Дэнни Кингада. Трансляция из Японии 16+  
06.15 Д/ф «Одержимые» 12+  
06.45 Д/ф «Несвободное падение» 16+  
07.45 Хоккей. Кубок Республики Башкортостан. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Северсталь» (Череповец) 0+

## ПЯТЫЙ 5

05.00, 09.00, 13.00, 17.30, 03.25 Известия 16+  
05.30, 06.15, 07.05, 08.00, 13.45, 14.40, 15.30, 16.30 Х/ф «Шеф. Новая жизнь» 16+  
09.25, 10.25, 11.20, 12.20, 13.25 Х/ф «Литейный, 4» 16+  
17.45, 18.40 Х/ф «Пятницкий» 16+  
19.30, 20.15, 20.55, 21.40, 22.20, 00.30 Т/с «След» 16+  
23.10 Х/ф «Свои» 16+  
00.00 Известия. Итоговый выпуск 16+  
01.15, 01.55, 02.25, 02.55, 03.40, 04.05, 04.30 Т/с «Детективы» 16+

## ДОМАШНИЙ

06.30, 06.25 6 кадров 16+  
06.50, 05.35 По делам несовершеннолетних 16+  
08.55 Давай разведёмся! 16+  
10.00, 04.00 Тест на отцовство 16+  
12.10, 03.15 Д/с «Реальная мистика» 16+  
13.10, 02.25 Д/с «Понять. Простить» 16+  
14.15, 01.55 Д/с «Порча» 16+  
14.45 Х/ф «Случайных встреч не бывает» 16+  
19.00 Х/ф «Добро пожаловать на Канары» 16+  
23.15 Женский доктор 16+

## РОССИЯ К

06.30 Письма из Провинции 12+  
07.00 Легенды мирового кино 12+  
07.30, 19.45, 01.45 Д/ф «Египетский поход Наполеона Бонапарта» 12+

08.25, 22.05 Х/ф «Родня» 12+  
10.00, 19.30 Новости культуры 12+

10.15 Д/ф «Сергей Прокудин-Горский. Россия в цвете» 12+  
11.10, 20.55 Абсолютный слух 12+

11.50 Д/с «О временах и нравах» 12+  
12.20 Academia 12+  
13.05, 00.35 Молодежные симфонические оркестры Европы 12+  
14.15, 02.40 Красивая планета 12+

14.30 Спектакль «Триптих» 12+  
16.45 Д/ф «Веря. Возвращение к себе» 12+  
17.30 Библийский сюжет 12+  
18.00 Полиглот 12+  
18.50 Больше, чем любовь 12+  
20.40 Спокойной ночи, малыши! 0+  
21.35 Монолог в 4-х частях 12+  
23.40 Д/ф «Генерал Рошин, муж Маргариты» 12+

## РТС

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 РТС «Новости» 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 РТС «Новости» 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 РТС «Новости» 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 РТС «Новости» 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
15:00 РТС «Новости» 16+  
15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+

15:45 История одной вещи 12+

16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
17:45 Под счастливой звездой 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 РТС «Новости» 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 РТС «Новости» 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 РТС «Новости» 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 РТС «Новости» 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+

В программе возможны изменения

14 АВГУСТА, ПЯТНИЦА

**1 Первый**

05.00, 09.15 Доброе утро  
09.00, 12.00, 15.00 Новости  
09.50, 03.10 Модный приговор 6+  
10.50 Жить здорово! 16+  
12.10 Время покажет 16+  
15.10, 03.55 Давай поженимся! 16+  
16.00, 04.35 Мужское / Женское 16+  
18.00 Вечерние новости  
18.40 На самом деле 16+  
19.40 Поле чудес 16+  
21.00 Время  
21.30 Международный музыкальный фестиваль «Жара» 12+  
23.25 X/ф «Плывем, мужики» 16+  
01.10 Большие гонки 12+  
02.30 Наедине со всеми 16+

**РОССИЯ 1**

05.00, 09.30 Утро России  
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время  
09.55 О самом главном 12+  
11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым 12+  
12.40, 18.40 60 минут 12+  
14.55 Т/с «Тайны следствия» 12+  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир 16+  
21.20 Юморина 16+  
23.30 X/ф «Цена любви» 12+  
03.10 Шоу Елены Степаненко 12+

**СТС**

06.00, 05.45 Ералаш 6+  
06.30 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» 6+  
06.55 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
07.15 Т/с «Нагиев на карантине» 16+  
08.00 Т/с «Сториз» 16+  
09.00 X/ф «Дикий, дикий Вест» 12+  
11.05 X/ф «Одинокий рейн-

джер» 12+  
14.00 Уральские пельмени. СмехBook 16+  
14.45 Шоу «Уральских пельменей» 16+  
21.00 X/ф «(не)Идеальный мужчина» 12+  
22.50 X/ф «Напряги извилины» 16+  
01.00 X/ф «Судья» 16+  
03.25 X/ф «Игры разума» 12+  
05.30 М/ф «Сказка о попе и о работнике его Балде» 0+

**НТВ**

05.05 Т/с «Мухтар. Новый след» 12+  
06.00 Утро. Самое лучшее 16+  
08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.25, 10.25 Т/с «Лесник. Своя земля» 16+  
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие 16+  
13.55 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы» 16+  
16.25 ДНК 16+  
17.25 Жди меня 12+  
18.20, 19.35 Т/с «Морские дьяволы. Рубежи Родины» 16+  
21.00 Т/с «Ментовские войны» 12+  
00.45 Квартирник НТВ у Маргулиса 16+  
02.40 Дело врачей 16+

**ТНТ**

07.00, 07.30, 12.30, 13.00 Т/с «СашаТаня» 16+  
08.00 Дом-2. Спаси свою любовь 16+  
08.55 Просыпаемся по-новому 16+  
09.00 Дом-2. Lite 16+  
10.15 Дом-2. Остров любви 16+  
11.30 Бородина против Бузовой 16+  
13.30, 14.00 Т/с «Счастливы вместе» 16+  
14.30, 15.00, 15.30, 16.00 Т/с «Реальные пацаны» 16+  
16.30, 17.00, 17.30, 18.00 Т/с «Универ» 18+

18.30, 19.00, 19.30 Т/с «Фитнес» 16+  
20.00 Comedy Woman. Дайджест 16+  
21.00 Комеди Клуб. Дайджест 16+  
22.00, 04.05, 04.55 Открытый микрофон 16+  
23.00 Дом-2. Город любви 16+  
00.00 Дом-2. После заката 16+  
01.00 Такое кино! 16+  
01.30, 02.25, 03.15 Stand up 16+  
05.45, 06.30 ТНТ. Best 16+

**МАТЧ! Матч ТВ**

10.00, 12.55, 15.50, 20.20, 01.00 Новости  
10.05, 22.05, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. «Лейпциг» (Германия) - «Атлетико» (Испания). Трансляция из Португалии 0+  
15.00 Самый умный 12+  
15.20 Команда мечты 12+  
15.55 Формула-1. Гран-при Испании. Свободная практика. Прямая трансляция  
17.30 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. Обзор тура 0+  
18.30 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
19.00 Профессиональный бокс. Алексей Папин против Исмаила Силлаха. Эдуард Трояновский против Карлоса Мануэля Портильо. Трансляция из Москвы 16+  
20.25 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. 1/2 финала. Прямая трансляция из Москвы  
22.55 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Сочи» - «Химки» (Московская область). Прямая трансляция  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 фи-

нала. Прямая трансляция из Португалии  
04.40 Точная ставка 16+  
05.00 Автоспорт. Российская Дрифт серия Гран-при Трансляция из Нижнего Новгорода 0+  
06.00 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. 1/2 финала. Трансляция из Москвы 0+  
07.45 Хоккей. XXIX Мемориал Ромазана. «Амур» (Хабаровск) - «Сибирь» (Новосибирская область) 0+

**ПЯТЫЙ 5**

05.00, 09.00, 13.00 Известия 16+  
05.35, 06.20, 07.05, 08.00 X/ф «Шеф. Новая жизнь» 16+  
09.25, 10.20, 11.25, 12.20, 13.25 X/ф «Литейный, 4» 16+  
13.45, 14.40, 15.30, 16.30, 17.25, 18.25 X/ф «Пятницкий» 16+  
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.30, 23.20, 00.10, 00.50 Т/с «След» 16+  
01.35, 02.10, 02.35, 03.00, 03.25, 03.55, 04.25, 04.50 Т/с «Детективы» 16+

**ДОМАШНИЙ**

06.30, 06.20 6 кадров 16+  
06.40, 04.40 По делам несовершеннолетних 16+  
08.45 Давай разведемся! 16+  
09.55, 03.00 Тест на отцовство 16+  
12.05, 02.05 Д/с «Реальная мистика» 16+  
13.20, 01.35 Д/с «Понять. Простить» 16+  
14.25, 01.10 Д/с «Порча» 16+  
14.55 X/ф «Добро пожаловать на Канары» 16+  
19.00 X/ф «Полюби меня такой» 16+  
23.15 X/ф «Долгожданная любовь» 12+

**РОССИЯ K**

06.30 Письма из Провинции

12+  
07.00 Легенды мирового кино 12+  
07.30 Д/ф «Испания. Теруэль» 12+  
08.00 X/ф «Ошибка инженера Кочина» 0+  
10.00, 19.30 Новости культуры 12+  
10.15 Д/ф «Генерал Рошин, муж Маргариты» 12+  
11.10, 20.50 Абсолютный слух 12+  
11.55 Д/ф «Мальта» 12+  
12.20 Academia 12+  
13.10, 00.20 Молодежные симфонические оркестры Европы 12+  
14.40 Спектакль «Метаморфозы» 12+  
17.40 Ближний круг 12+  
18.35 Красивая планета 12+  
18.50 Острова 12+  
19.45, 01.55 Искатели 12+  
20.35 Спокойной ночи, малыши! 0+  
21.35 Монолог в 4-х частях 12+  
22.05 X/ф «Несколько дней из жизни И.И.Обломова» 12+  
02.40 Мультфильмы для взрослых 18+

**РТС**

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 РТС «Новости» 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 РТС «Новости» 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 РТС «Новости» 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 РТС «Новости» 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+

15:00 РТС «Новости» 16+  
15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+  
15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
17:45 Родная улица 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 РТС «Новости» 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 РТС «Новости» 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 РТС «Новости» 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 РТС «Новости» 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+  
В программе возможны изменения

15 АВГУСТА, СУББОТА

**1 Первый**

06.00 Доброе утро. Суббота  
09.45 Слово пастыря 0+  
10.00, 12.00 Новости  
10.15 Виктор Цой. Группа крови 16+  
11.20, 12.15 Видели видео? 6+  
14.00 На дачу! 6+  
15.10 Т/с «А у нас во дворе...» 12+  
17.10 Кто хочет стать миллионером? 12+  
18.00 К 75-летию Екатерины Васильевой. «Сегодня вечером» 16+  
19.50, 21.20 30 лет спустя. Вечер памяти Виктора Цоя 12+  
21.00 Время  
01.00 X/ф «Вид на жительство» 16+  
02.40 Наедине со всеми 16+  
03.25 Модный приговор 6+  
04.10 Давай поженимся! 16+  
04.45 Мужское / Женское 16+

**РОССИЯ 1**

05.00 Утро России. Суббота 12+  
08.00 Вести. Местное время  
08.20 Местное время. Суббота  
08.35 По секрету всему свету 12+  
09.00 Всероссийский потребительский проект «Тест» 12+  
09.25 Пятеро на одного 12+  
10.10 Сто к одному 12+  
11.00, 20.00 Вести  
11.30 100ЯНОВ 12+  
12.30 Доктор Мясников 12+  
13.40 X/ф «Запах лаванды» 12+  
18.00 Привет, Андрей! 12+  
21.00 X/ф «Там, где нас нет» 12+  
01.20 X/ф «Отпечаток любви» 12+

**СТС**

06.00, 05.45 Ералаш 6+  
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!» 6+  
07.00 М/с «Три кота» 0+  
07.30 М/с «Том и Джерри» 0+  
08.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» 6+  
08.25 Шоу «Уральских пельме-

ней» 16+  
09.00 ПроСто кухня 12+  
10.00 М/ф «Дом-монстр» 12+  
11.45 X/ф «Няня» 0+  
13.45 X/ф «(не)Идеальный мужчина» 12+  
15.30 М/ф «Волшебный парк Джун» 6+  
17.10 М/ф «Angry birds в кино» 6+  
19.05 М/ф «Angry birds-2 в кино» 6+  
21.00 X/ф «Тайна дома с часами» 12+  
23.05 X/ф «Небоскрёб» 16+  
01.00 X/ф «Ничего хорошего в отеле «Эль Рояль» 18+  
03.30 X/ф «Напряги извилины» 16+  
05.10 М/ф «На задней парте» 0+

**НТВ**

05.20 X/ф «Пляж» 12+  
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.20 Готовим с Алексеем Зиминным 0+  
08.45 Кто в доме хозяин? 12+  
09.25 Едим дома 0+  
10.20 Главная дорога 16+  
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым 12+  
12.00 Квартирный вопрос 0+  
13.00 НашПотребНадзор 16+  
14.10 Поедем, поедим! 0+  
15.00 Своя игра 0+  
16.20 Следствие вели... 16+  
19.25 Секрет на миллион 16+  
21.20 X/ф «Чтобы увидеть радугу, нужно пережить дождь» 16+  
01.15 X/ф «Сирота Казанская» 6+  
02.30 Дело врачей 16+

**ТНТ**

07.00, 02.00 ТНТ Music 16+  
07.20, 07.40, 08.00, 08.30 ТНТ. Gold 16+  
09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30 Т/с «СашаТаня» 16+  
10.55 Просыпаемся по-новому 16+  
11.00 Битва дизайнеров 16+

19.00, 20.00, 21.00 Однажды в России. Спецдайджест 16+  
22.00 Женский Стендап. Спецдайджест 16+  
23.00 Павел Воля. Большой Stand Up (2018) 16+  
00.00 Дом-2. Город любви 16+  
01.00 Дом-2. После заката 16+  
02.25, 03.15 Stand up 16+  
04.05, 04.55, 05.45 Открытый микрофон 16+  
06.35 ТНТ. Best 16+

**МАТЧ! Матч ТВ**

10.00 Команда мечты 12+  
10.30 Д/ф «Драмы большого спорта» 16+  
11.00, 16.10, 21.00, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
13.00 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Трансляция из Португалии 0+  
15.00 Самый умный 12+  
15.20 Формула-3. Гран-при Испании. Гонка 1. Прямая трансляция  
16.55 Формула-1. Гран-при Испании. Свободная практика. Прямая трансляция  
18.05, 19.50, 22.20, 01.00 Новости  
18.10 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. Финал. Прямая трансляция из Москвы  
19.55 Формула-1. Гран-при Испании. Квалификация. Прямая трансляция  
21.40 Профессиональный бокс. Денис Лебедев против Виктора Эмилио Рамиреса. Дмитрий Кудряшов против Жулио Сезара дос Сантоса. Трансляция из Москвы 16+  
22.25 Футбол. Тинькофф Российская Премьер-лига. «Локомотив» (Москва) - «Краснодар». Прямая трансляция  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Прямая трансляция из Португалии  
04.30 Профессиональный бокс. Руслан Файфер против Алексея Папина. Харитон Агрба против Сослана Тедеева.

Прямая трансляция из Сочи  
06.00 Гандбол. Мужчины. Международный турнир «Кубок ЦСКА». Мужчины. Матч за 3-е место. Трансляция из Москвы 0+  
07.40 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань Ринг» 0+  
08.10 Смешанные единоборства. ONE FC. Трансляция из Таиланда 16+

**ПЯТЫЙ 5**

05.00, 05.20, 05.50, 06.25, 06.50, 07.15 Т/с «Детективы» 16+  
07.55 X/ф «Укрощение строптивого» 12+  
10.00, 10.50, 12.25 X/ф «Свои-2» 16+  
11.40 X/ф «Свои-2». ПоСлед» 16+  
13.20, 14.10, 14.55, 15.45, 16.35, 17.20, 18.10, 19.00, 19.40, 20.25, 21.15, 22.00, 22.50, 23.30, 00.15 Т/с «След» 16+  
01.00 Светская хроника 16+

**ДОМАШНИЙ**

06.30, 06.20 6 кадров 16+  
06.45 Д/ф «Звезды говорят» 16+  
07.45 X/ф «Благословите женщину» 12+  
10.15, 01.10 X/ф «Двойная жизнь» 12+  
19.00 X/ф «Великолепный век» 16+  
23.05 X/ф «Бумажные цветы» 16+  
04.40 Д/с «Знать будущее. Жизнь после ванги» 16+

**РОССИЯ K**

06.30 Библейский сюжет 12+  
07.00 М/ф «Тараканище». «Королева Зубная щетка». «Чи-поллино» 12+  
08.20 X/ф «Две сестры» 16+  
09.25 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным 12+  
09.50 Передвижники. Станислав Жуковский 12+  
10.20 X/ф «Несколько дней из жизни И.И.Обломова» 12+  
12.35, 00.50 Д/ф «Дикие Анды» 12+

13.30 Д/с «Эффект бабочки» 12+  
14.00, 18.00 Линия жизни 12+  
14.50 X/ф «Цыган» 0+  
16.10 Д/с «Забытое ремесло» 12+  
16.25 Д/с «Предки наших предков» 12+  
17.10 Д/ф «Мой Шостакович» 12+  
18.55 X/ф «Визит дамы» 0+  
21.15 Д/с «Мифы и монстры» 12+  
22.05 X/ф «Нью-Йорк, Нью-Йорк» 12+  
01.40 Искатели 12+  
02.30 Мультфильмы для взрослых 18+

**РТС**

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 Новости 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 Новости 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 Регион 19 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 Регион 19 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
15:00 Солбан 16+  
15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+  
15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
17:25 В человеческой шкуре 16+  
17:30 Регион 19 16+  
17:45 По счастливой звездой 16+  
17:55 Загадочная Хакасия

16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
18:55 В человеческой шкуре 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
21:25 В человеческой шкуре 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
23:25 В человеческой шкуре 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
04:10 В человеческой шкуре 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+  
В программе возможны изменения

## 16 АВГУСТА, ВОСКРЕСЕНЬЕ

## Первый

05.30, 06.10 Россия от края до края 12+  
06.00, 10.00, 12.00 Новости  
06.25 Моя мама готовит лучше! 0+  
07.25 Т/с «Тонкий лёд» 16+  
09.20 Непутевые заметки 12+  
10.20 Жизнь других 12+  
11.15, 12.20 Видели видео? 6+  
14.00 На дачу! 6+  
15.10 Т/с «А у нас во дворе...» 12+  
17.15 Русский ниндзя 12+  
19.15 Три аккорда 16+  
21.00 Время  
21.30 Т/с «Налет» 18+  
23.30 КВН 16+  
01.00 Большие гонки 12+  
02.25 Наедине со всеми 16+  
03.05 Модный приговор 6+  
03.50 Мужское / Женское 16+

## РОССИЯ 1

04.30 X/ф «Маша» 12+  
06.00 X/ф «Оазис любви» 16+  
08.00 Местное время. Воскресенье  
08.35 Устами младенца 12+  
09.20 Когда все дома с Тимуром Кизяковым 12+  
10.10 Сто к одному 12+  
11.00, 20.00 Вести  
11.30 Т/с «Чужая жизнь» 16+  
21.45 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым 12+  
23.45 Курск. Десять дней, которые потрясли мир 12+  
00.55 X/ф «Испытание верностью» 16+

## СТС

06.00, 05.50 Ералаш 6+  
06.20 М/с «Приключения Вуди и его друзей» 0+  
06.35 М/с «Тролли. Праздник продолжается!» 6+  
07.00 М/с «Три кота» 0+  
07.30 М/с «Царевны» 0+  
07.50, 10.05 Шоу «Уральских пельменей» 16+

09.00 Рогов в деле 16+  
10.55 М/ф «Angry birds в кино» 6+  
12.45 М/ф «Angry birds-2 в кино» 6+  
14.40 X/ф «Ночь в музее» 12+  
16.55 X/ф «Ночь в музее-2» 12+  
19.00 X/ф «Ночь в музее. Секрет гробницы» 6+  
21.00 X/ф «Мэри Поппинс возвращается» 6+  
23.40 X/ф «Няня» 0+  
01.30 X/ф «Няня-2» 16+  
03.05 X/ф «Няня-3. Приключения в раю» 12+  
04.30 М/ф «Конёк-горбунок» 0+  
05.40 М/ф «Опасная шалость» 0+

## НТВ

05.20 X/ф «Пляж» 12+  
08.00, 10.00, 16.00, 19.00 Сегодня  
08.20 У нас выигрывают! 12+  
10.20 Первая передача 16+  
11.00 Чудо техники 12+  
11.50 Дачный ответ 0+  
13.00 НашПотребНадзор 16+  
14.00 Однажды... 16+  
15.00 Своя игра 0+  
16.20 Следствие вели... 16+  
19.25 Ты не поверишь! 16+  
20.15 Звезды сошлись 16+  
21.45 Основано на реальных событиях 16+  
00.55 X/ф «Дикари» 16+  
03.00 Дело врачей 16+

## ТНТ

07.00, 07.20, 07.40 ТНТ. Gold 16+  
08.00 Битва дизайнеров 16+  
09.00, 09.30, 10.00, 10.30 Т/с «СашаТаня» 16+  
10.55 М/с «Тролли. Праздник продолжается!» 6+  
11.00 Перегрузка 16+  
12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00 Комеди Клуб 16+  
19.00, 20.00, 21.00 Однажды в

России. Спецдайджест 16+  
22.00, 02.00, 03.15, 04.05 Stand up 16+  
23.00 Прожарка 18+  
00.00 Дом-2. Город любви 16+  
01.00 Дом-2. После заката 16+  
02.50 ТНТ Music 16+  
04.55, 05.45 Открытый микрофон 16+  
06.35 ТНТ. Best 16+

## МАТЧ! Матч ТВ

10.00 Команда мечты 12+  
10.30 Д/ф «Драмы большого спорта» 16+  
11.00, 15.30, 19.05, 04.00 Все на Матч! Прямой эфир. Аналитика. Интервью. Эксперты  
12.40 Футбол. Лига чемпионов. «Финал 8-ми». 1/4 финала. Трансляция из Португалии 0+  
14.40 Формула-3. Гран-при Испании. Гонка 2. Прямая трансляция  
16.00, 19.55, 01.00 Новости  
16.05 Формула-2. Гран-при Испании. Гонка 2. Прямая трансляция  
17.05 Смешанные единоборства. Bellator & Rizin. Фёдор Емельяненко против Куинтона Джексона. Трансляция из Японии 16+  
18.35 Шахматы. Онлайн-тур Магнуса Карлсена. «Grand Final» 0+  
20.00 Формула-1. Гран-при Испании. Прямая трансляция  
22.05 После Футбола с Георгием Черданцевым 12+  
23.35 Футбол. Обзор Лиги Европы. 1/4 финала 0+  
01.05 Все на Футбол! 12+  
01.50 Футбол. Лига Европы. «Финал 8-ми». 1/2 финала. Прямая трансляция из Германии  
04.45 Формула-1. Гран-при Испании 0+  
07.00 Формула-2. Гран-при Испании. Гонка 2 0+  
08.10 Профессиональный бокс. Руслан Файфер против Алексея Папина. Арслан Ял-

ьев против Андрея Князева. Трансляция из Сочи 16+

## ПЯТЫЙ 5

05.00 Светская хроника 16+  
08.00, 08.55, 09.55, 10.50, 23.25, 00.25, 01.20, 02.10 X/ф «Стреляющие горы» 16+  
11.45, 12.50, 13.55, 14.45, 15.45, 16.40, 17.30, 18.30 X/ф «Улицы разбитых фонарей-7» 16+  
19.25, 20.30, 21.30, 22.30 X/ф «Улицы разбитых фонарей-8» 16+  
02.55 X/ф «Укрощение строптивого» 12+

## ДОМАШНИЙ

06.30 6 кадров 16+  
07.25 X/ф «Вечера на хуторе близ Диканьки» 0+  
08.50 Пять ужинов 16+  
09.05 X/ф «Не могу сказать «Прощай» 12+  
11.00 X/ф «Полюби меня такой» 16+  
15.05, 19.00 X/ф «Великолепный век» 16+  
23.00 X/ф «Две истории о любви» 16+  
01.05 X/ф «Двойная жизнь» 12+  
04.35 X/ф «Благословите женщину» 12+

## РОССИЯ К

06.30 М/ф «В порту». «Катерок». «Пес в сапогах» 12+  
07.20 X/ф «Визит дамы» 0+  
09.45 Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным 12+  
10.10 X/ф «Нью-Йорк, Нью-Йорк» 12+  
12.50, 02.15 Диалоги о животных 12+  
13.30 Д/с «Эффект бабочки» 12+  
14.00 Дом ученых 12+  
14.30 X/ф «Кто убил кота?» 12+  
16.25 По следам тайны 12+  
17.10 Д/ф «Век Арама Хачатуряна» 12+  
17.50 Пешком... 12+

18.20 Муслим Магомаев. «Незабываемые мелодии». Концерт в ГЦКЗ «Россия» 12+  
19.05 X/ф «Красавец-мужчина» 0+  
21.15 Д/с «Мифы и монстры» 12+  
22.00 Опера «Идомея», царь Критский» 12+  
01.10 X/ф «Две сестры» 16+

## РТС

06:00 Утро Хакасии 16+  
07:00 Новости 16+  
07:30 Утро Хакасии 16+  
09:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
10:00 Новости 16+  
10:30 Вопрос дня 16+  
10:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
11:30 Родная улица 16+  
11:40 Загадочная Хакасия 16+  
11:50 Под счастливой звездой 16+  
12:00 Регион 19 16+  
12:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
13:00 Регион 19 16+  
13:15 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
14:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
15:00 Солбан 16+  
15:15 Готовим вместе 6+  
15:30 История одной столицы 12+  
15:45 История одной вещи 12+  
16:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
17:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
17:25 В человеческой шкуре 16+  
17:30 Регион 19 16+  
17:45 Родная улица 16+  
17:55 Загадочная Хакасия 16+  
18:05 Территория 02 16+  
18:15 Вопрос дня 16+  
18:30 Итоговая информационно-аналитическая про-

грамма «7 дней» 16+  
18:55 В человеческой шкуре 16+  
19:00 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
19:45 Регион 19 16+  
20:00 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
21:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
21:25 В человеческой шкуре 16+  
21:30 Вопрос дня 16+  
21:45 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
22:45 Регион 19 16+  
23:00 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
23:25 В человеческой шкуре 16+  
23:30 Вопрос дня 16+  
23:45 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
00:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
01:30 Родная улица 16+  
01:40 Под счастливой звездой 16+  
01:50 ТОК-ШОУ «Ответная реакция» 16+  
02:35 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
03:35 Загадочная Хакасия 16+  
03:45 Итоговая информационно-аналитическая программа «7 дней» 16+  
04:10 В человеческой шкуре 16+  
04:15 Родная улица 16+  
04:25 В человеческой шкуре 16+  
04:30 Эфир на «Хакасия-ФМ» 12+  
05:30 Родная улица 16+  
05:40 Под счастливой звездой 16+  
05:50 В человеческой шкуре 16+  
В программе возможны изменения

## Доска объявлений, рекламы

## Продам

1-комнатную благоустроенную квартиру в п.Копьево, ул.Ленина, 18, 1-й этаж. Остеклён балкон, возможно под офис. Тел. 8-923-399-81-67.

1-комнатную квартиру в п.Копьево, ул.Ленина, 26, второй этаж. Тел. 8-923-271-57-37.

2-комнатную квартиру в двухквартирном доме в п.Копьево, ул.Полевая, 4/2. Земельный участок 955 кв.м. Тел. 8-923-218-69-11.

3-комнатную благоустроенную квартиру в двухквартирном доме в п.Копьево, площадь 91 кв.м. Дом кирпичный, земельный участок 13 соток, надворные постройки. Торг уместен. Тел. 8-953-259-76-72.

3-комнатную квартиру в п.Копьево, ул.Вокзальная, 74/1, 76 кв.м, имеются гараж, баня,хозпостройки, теплица. А также мебель и земельный участок 15 соток по ул.Степной, 69А. Тел. 8-923-399-27-52.

3-комнатную благоустроенную квартиру в двухквартирном доме в д.Кобяково, площадью 59 кв.м. Баня,хозпостройки. Под материнский капитал. Тел. 8-983-271-13-08.

Дом в п.Копьево, ул.Кукушкиных, 27. Тел. 2-20-31.

Дом в п.Копьево по ул.Сомовых. Окна ПВХ. Вода в доме. Баня. Тел. 8-913-441-98-71.

Дом (три комнаты) в п.Копьево, ул.Вокзальная, 55, площадью 72 кв.м. Цена 550 тыс.руб. Тел. 8-923-349-99-61.

Дом деревянный в п.Копьево по ул.Кирова, площадью 41 кв.м. Вода в доме. Тел. 8-961-746-78-51.

Дом-особняк в п. Копьево, ул. Чкалова, 26, общей площадью 44,7 кв.м. В доме вода, туалет, встроенный шкаф-купе. Имеются все надворные постройки. Один собственник, документы в порядке. Воз-

можно под материнский капитал с вашей доплатой или ипотеку. Цена 790 тыс. руб., торг. Тел. 8-929-319-18-82.

Дом в д.Кобяково, площадью 40 кв.м. Вода в доме, баня, гараж,хозпостройки. Цена 300 тыс. руб. Торг. Тел. 8-983-271-13-08.

Дом в д.Кобяково, ул.Мира, 8. Хозпостройки. Огород 10 соток. Документы готовы. Под материнский капитал. Тел. 8-967-616-39-88.

Окна, ворота, двери, штaketник, вагонку. Тел. 8-961-741-77-44.

Смородина под заказ. Возможна доставка. Тел. 8-961-743-42-02, 2-12-07.

Автомобиль НИВА, 1994 г.в. Торг. Тел. 8-923-599-06-74, 2-20-31, 2-16-14.

Автомобиль Daewoo Matiz, 2013 г.в., механика. Тел. 8-950-960-13-67, 2-20-31, 2-16-29.

Трактор самодельный в с.Устинкино. Тел. 8-923-585-93-45.

Металлоискатели (производство США) для золотодобычи, поиска кладов, втормета в г.Минусинске, ул.Абаканская,67. Тел. 8-913-536-70-09.

Пиломатериал: брус, плаху, тес, доску заборную (лиственница, хвоя). Уголь балахтинский (сортовой, рядовой, орешек). Цена 2000 руб./т. Взвешивание, доставка по п.Копьево бесплатно. Заполняю справки на льготы. А также уголь в мешках. Дрова. Дроблёнку в мешках. Песок, гравий. Возможен бартер. Мост МТЗ-80. Тел. 8-993-033-77-02, 8-906-952-95-55.

Пиломатериал в ассортименте 4 и 6-метровый (тес, плаха, прожильник, брус, лафет, штaketник, заборная доска, горбыль). Цена 4-метрового снижена, при заказе свыше 3 кубов хорошая скидка. Имеется доставка. Также услуги воровайки, эвакуатора, самосвала (МАЗ, Газик). Привезу уголь в мешках, дешёво. Тел. 8-923-596-50-64.

Пиломатериал в ассортименте (сосна, лиственница), столбики, необрезную заборную доску, 1 куб.м - 2500 руб. Грузоперевозки. Гравий. Также услуги воровайки (КаМАЗ). Тел. 8-908-222-56-09.

Мопед. ХТС. Бочку для откачки септиков. Мотоблок Карвер МТ-900 с навесным оборудованием. Новый армейский бензогенератор, 2 кВт. Отгружу и вывезу мусор. Тел. 8-960-752-89-31, 8-950-306-89-91, 2-13-46.

Дрова берёзовые, лиственные (колотые, чурками). Справки для льгот предоставляются. А также а/м ВОЛГА ГАЗ-31105, 2006 г.в., кузов ЗИЛ-130 самосвальный в сборе с подъёмником. Тел. 28-3-96, 8-961-094-63-02.

Дрова берёзовые (колотые, чурки). Доставка по району. Предоставляю справки для льгот. Тел. 8-923-218-57-75, 8-923-581-53-85.

Дрова берёзовые (колотые, чурки). Лиственные столбы. Тел. 2-25-54, 8-960-775-97-24, 8-929-312-33-75.

Дрова берёзовые, лиственные (колотые и чурки). Предоставляю справки для льгот. Тел. 8-961-899-00-64, 8-961-899-00-54, 22-4-22.

Цемент, шифер, гипсокартон, пиломатериал, газобетон заводской (Сибит) и другие стройматериалы. Кольца, крышки и люки для колодцев и септиков. Уголь балахтинский (справки). Услуги экскаватора, погрузчика, воровайки и самосвала. Куплю баллоны кислородные. Тел. 8-961-094-78-98, 8-923-581-65-21, 2-12-19.

## Куплю

Мясо любое (можно живым весом). Тел. 8-923-583-27-47, 8-913-543-64-00.

Мясо говядины (молодняк, коровы). Тел. 8-903-988-77-53.

Мясо говядины (коров, быков, тёлков). Можно живым весом. 8-901-236-03-19.

КРС, коней, свиней, овец. Бычков на доразивание. В любом количестве. Расчёт сразу. Тел. 8-983-377-17-17, 8-953-259-79-67.

Мясо любое, можно живым весом. Дорого. Тел. 8-923-215-16-91, 8-913-051-52-72 (Максим).

Мясо, дорого. Забой бесплатно. Наличка. Тел. 8-950-964-24-84, 8-923-591-06-16.

Мясо. Можно живым весом. Весы электронные. Тел. 8-933-320-70-97, 8-983-258-83-77.

Быков, коров, телят, тёлков, коней, овец. Можно живым весом. Весы электронные. Тел. 8-923-399-42-47, 8-923-595-16-41.

Мясо, дорого. Расчёт сразу. (Владимир). Тел. 8-923-392-45-12, 8-913-543-07-67.

Мясо любое (весы электронные), можно живым весом. Тел. 8-961-743-91-97, 8-923-391-58-44, 8-952-746-12-69.

Быков, коров с телятами, тёлков, коней, лошадей. Расчёт сразу. Тел. 8-923-390-02-25.

Мясо. Можно живым весом. Тел. 8-923-219-97-48.

Мясо. Можно живым весом. Тел. 8-902-011-71-47.

## Услуги

Штукатурно-отделочные работы (укладка любой плитки), монтаж дверей, плинтусов, ламинат, потолки и стены из гипсокартона. Оплата договорная. Скидки. Тел. 8-902-011-86-80, 8-906-192-41-03.

## Обмен

3-комнатную квартиру в двухквартирном доме в п.Копьево по ул.Красноярской на 2-комнатную благоустроенную квартиру. Тел. 8-923-216-17-37, 2-11-28.

## Работа

В Управление образования Орджоникидзевогo района на постоянную работу требуется специалист с бухгалтерским, экономическим или юридическим образованием (средним, высшим). Обращаться по телефону: 2-12-78.

В resto-club VIPZONE требуются помощник повара, уборщицы, бармен, официанты. Тел 8-933-330-06-66.



**Уважаемые спортсмены, работники, ветераны и просто любители физической культуры и спорта! Поздравляем вас с Днём физкультурника!**

Этот праздник объединяет не только спортсменов-профессионалов, чья жизнь неразрывно связана с физкультурой, но и всех, кто любит здоровый образ жизни - людей различных возрастов, профессий и интересов - сторонников активного образа жизни.

Занятия спортом несут людям здоровье, силу, красоту, позитив, закаляют характер и учат преодолевать трудности. Всё это - составляющие жизненного успеха и полноценной самореализации для любого человека. Наши спортсмены и их тренеры подтверждают это победами на разнообразных престижных состязаниях в республике и за её пределами.

Желаем всем профессионалам и любителям крепкого здоровья, спортивного долголетия, оптимизма, несгибаемой воли и новых ярких побед на спортивных аренах!

**А.И.ТАЙЧЕНАЧЕВ,**  
глава Орджоникидзевского района

**Е.Г.ВОХМИНА,**  
председатель Совета депутатов района

**В.А.ВАГНЕР,**  
депутат Верховного Совета РХ

## К нам пришёл «Зелёный Фитнес»!

**28 июля состоялось открытие сезона «Зелёного Фитнеса» в нашем районе. Проходило это мероприятие в п.Копьёво.**

Как-то неожиданно ворвалось в наш лексикон это словосочетание. Так называется социально-спортивное движение, цель которого - сделать популярными у нас в стране занятия спортом, здоровый образ жизни и организовать досуг людей с помощью проведения бесплатных спортивных тренировок и мероприятий на общественных пространствах городов и населённых пунктов.

«Зелёный Фитнес» реализуется в рамках федерального проекта «Спорт - норма жизни». Тренировки «Зелёного Фитнеса» проходят с весны по осень и рассчитаны на людей любого уровня физической подготовки. Стартовал проект в 2015 году в Казани и набирает всё большие обороты по стране. За пять лет его существования к нему уже подключилось 25 регионов, 63 города, 350 тыс. участников.

Что же такое «Зелёный Фитнес»? Это разнообразные виды спортивных тренировок на свежем воздухе. Каждый может выбрать тренировку по своему желанию: гимнастику, спортивные танцы, стретчинг, пилатес, йогу и другое. Стать участниками этой программы могут дети, молодёжь, женщины, люди старшего возраста и с ограниченными возможностями здоровья.

Тренировки проводят бесплатно профессиональные тренеры. У нас в районе работают в проекте три тренера: Татьяна Тешкова - тренер по функциональным и силовым тренировкам, Татьяна Мельверт - по спортивно-бальным танцам, Анастасия Валутова - стретчинг и гимнастика.

Перед открытием мне удалось побеседовать с девушками.

- Федеральный проект «Зе-

лёный Фитнес» реализуется при финансовой поддержке «Татнефти», Министерства спорта Российской Федерации и Ассоциации молодёжи России, - рассказывает Татьяна Тешкова, куратор «Зелёного Фитнеса» по Республике Хакасия, координатор социальной франшизы «Зелёный Фитнес» по нашему региону. - В Хакасии этот проект запустили 25 июля в национальном парке «Ергаки» совместно с тренерами Республики Хакасия, любителями спорта г.Абакана, Ачинска, п.Копьёво. Проект массовый. В Абакане он запускается 4 августа. Там будут тренировки по zumba, лечебной физкультуре, интервальным групповым тренировкам - это табата, hill. «Зелёный Фитнес» направлен не только на привлечение к спорту, но и на выработку активной жизненной позиции, на движение.

- На стретчинге будем заниматься растяжкой всех групп мышц, для детей предусмотрены основы художественной гимнастики. В моей группе будет по две тренировки в неделю. Будем тянуться, растягиваться, - говорит Анастасия Валутова, тренер по стретчингу и гимнастике.

- В рамках этого проекта в моей группе будем заниматься только сальсой. К сожалению, время ограничено, поэтому не успею ещё что-то захватить. На тренировках всё объясним, всё расскажем и покажем. В моей группе в месяц получится восемь тренировок. Очень хочется, чтобы люди приходили на занятия, хочется дать им импульс, так как за период самоизоляции уже все засиделись дома, - анонсирует Татьяна Мельверт, тренер по спортивно-бальным танцам.

На открытие сезона в п.Копьёво пришло более пятидесяти человек, но хотелось бы, конечно, больше. Пришли все те, включая детей, кто захотел узнать, что такое «Зелёный Фитнес», кто пожелал провести этот

час с пользой для своего здоровья, для общения. Солнечная тёплая погода и отсутствие дождя способствовали проведению этого мероприятия. С соблюдением социальной дистанции тренеры провели мини-тренировки, игры, небольшие состязания. Все участники получили на память брендовые значки и браслеты. По отзывам было понятно, что людям понравилась такая массовая тренировка на свежем воздухе. Присоединились к занятиям даже те, кто пришёл с намерением только посмотреть.

И вот прошла неделя, уже видны первые результаты. Какие они? Снова беседем с тренером, куратором и координатором в одном лице Т.Тешковой.

- Народ активизировался. На бесплатные тренировки на свежем воздухе пришло достаточно много и детей, и взрослых. К тренировочному процессу по спортивно-бальным танцам подключились даже мужчины. У каждого из тренеров на занятиях присутствовало от 12 до 20 человек. У меня на силовом и функциональном фитнесе, конечно, больше взрослых. Хорошая погода позволила провести все тренировки прошедшей недели по расписанию, ни одна из них не была отменена. Думаю, что на будущей неделе участвующих в тренировках будет больше, благодаря информированию населения.

**- Я думаю, что жителям других населённых пунктов нашего района тоже хотелось бы посетить такие занятия.**

- Если люди захотят позаниматься с нами, то добро пожаловать на тренировку, пусть приезжают.

**- Скажите несколько слов о тренировках в выездном формате.**

- В рамках проекта 25-26 июля мы выезжали в национальный парк «Ергаки», а 1-2 августа - на Ивановские озёра. Ходили в горы, проводили тренировки на

**Дорогие земляки, работники и ветераны сферы физической культуры и спорта!**

Коллектив Управления культуры, молодёжи и спорта Администрации Орджоникидзевского района от всей души поздравляет вас с Днём физкультурника, который все мы дружно и спортивно отметим 8 августа!

Физическая культура занимает в нашей жизни немаловажную роль. А наши тренеры и спортсмены являются для нас проводниками в увлекательный мир спорта, помогают воспитывать силу духа, выносливость, правильное отношение к себе и окружающим, позитивно настраивают, а самое главное - заботятся о нашем здоровье.

В этот праздничный день мы желаем всем спортсменам и их наставникам достижения новых вершин, успешных стартов, рекордов и побед, а всем жителям района - побольше физической активности и, конечно же, здоровья!

УКМС



Ну где еще, кроме нашего района, доступны тренировки летом на леднике?!



На открытии сезона мини-тренировки прошли на «ура»

леднике, спускались к первому озеру, и, опять же, был тренировочный процесс на расслабление, на растяжку. Хотим поблагодарить руководителя УКМС Э.А.Венгерка за выделенный транспорт для этой поездки.

**- Татьяна, а как будет реализовываться проект после августа?**

- Мы подумаем об этом. Конечно, уже не будет регулярных занятий, но вполне возможно сделать мастер-классы для детских общеобразовательных учреждений, провести какие-то

благотворительные мероприятия для детских домов республики, организовать выездные туры с тренировками.

Во многих городах нашей страны люди уже оценили и полюбили массовые бесплатные тренировки на свежем воздухе. Будем надеяться, что и наши жители не останутся равнодушными, а это значит - станут здоровее и энергичнее.

**Татьяна АХМАДЕЕВА.**  
Фото автора и из личного архива Т.Тешковой

## Если хочешь быть здоров - упражняйся!

**Здоровый образ жизни - важнейшее условие счастья, благополучия и активного долголетия. Очень важным компонентом здорового образа жизни является физическая активность человека.**

Для того чтобы обменные процессы в мышцах человека протекали активно, необходима физическая активность. Регулярная физическая активность делает человека более привлекательным физически, существенно улучшает его здоровье, способствует долгой и активной жизни, снижает риск развития у него опасных для жизни заболеваний сосудов сердца и мозга, сахарного диабета, рака, психических нарушений. Улучшаются контроль над массой тела, прочность костной ткани (способствует профилактике остеопороза) и качество жизни.

Физические упражнения повышают иммунологические свойства крови и кожи, устойчивость к некоторым инфекционным заболеваниям. При мышечной деятельности работающие мышцы влияют на работу вну-

тренных органов, обеспечивая оптимальный уровень обмена веществ в организме, повышая активность ферментных систем, способствуя более экономичному использованию кислорода.

Для поддержания хорошей физической формы достаточно 20-30 минут активных физических упражнений, улучшающих поступление кислорода в организм, не менее трёх раз в неделю и укрепляющие мышцы упражнения, не менее 2 раз в неделю. Если по каким-то причинам активно заниматься нет возможности, тогда для поддержания здоровья достаточно ежедневно 30 минут умеренной или выраженной физической активности (можно с перерывами) не менее 5 дней в неделю. Если человек ранее не занимался или не мог заниматься в виду разных причин, нагрузки должны повышаться постепенно.

Перед началом занятий желательна консультация врача. Наиболее удобно начинать с ходьбы или плавания в комфортных условиях (в удовольствие, а не «через силу»). По мере адаптации к таким нагрузкам и укреплению мышц возможно дозированное повышение физической активности.

Физическая активность может быть достаточно кратковременной, но очень важно, чтобы в течение дня её продолжительность была не менее 30 минут. Для большинства людей 30 и даже более минут физической активности в день не являются проблемой. Но есть категория людей, которые в силу специфики своей работы и/или жизненных привычек ведут малоподвижный образ жизни, им можно порекомендовать следующее:

- делайте 3-5 минутные перерывы каждый час, вставая со своего рабочего места, и пройдите по комнате (коридору);

- ходите по лестнице, не пользуйтесь лифтом или эскалатором;

- старайтесь больше ходить пешком (на работу и с работы);

- после работы вечером и в выходные дни находите время играть с детьми в активные игры, если есть приусадебный участок, загородный дом - не избегайте работы по дому, в саду;

- руководителю организации (предприятия) можно создать для себя и сотрудников помещения для занятий физическими упражнениями (например, настольным теннисом, зал с

«бегущей дорожкой», велотренажёрами) - вложения в здоровье окупятся с лихвой!

**Рекомендации для тех, кто хочет улучшить свою физическую форму:**

- начинайте физические упражнения в медленном темпе, постепенно увеличивая нагрузку (после того как адаптируетесь к нагрузке). Повышайте их интенсивность уровень за уровнем, при таком подходе получите наибольшую пользу при минимальном риске;

- выбирайте вид физической нагрузки, учитывая свои привязанности (подвижные игры, бег, ходьба, езда на велосипеде и т.д.), а время занятий выбирайте, учитывая свой распорядок дня и особенности своего биоритма («жаворонок» - до начала трудового дня, а «сова» - после трудового дня). В этом случае физическая активность будет в удовольствие, а значит, полезной;

- занимайтесь физическими упражнениями регулярно, выделив в распорядке дня определённое время;

- во время занятий физическими упражнениями не отвлекайтесь, что уменьшит вероятность травматизма;

- снижайте интенсивность физических упражнений или совсем прекратите занятия, если во время их выполнения почувствуете слабость, головокружение, затруднение дыхания, и в том случае, если восстановительный период длится более 10 минут;

- одевайтесь в удобную обувь и не стесняющую движения одежду для выполнения физических упражнений;

- меняйте вид физических упражнений во избежание монотонности в занятиях;

- поощряйте физическую активность своих близких, особенно детей, пусть физические упражнения станут привычкой;

- подбадривайте и стимулируйте себя, ставьте перед собой маленькие и большие цели, а достигнув их, награждайте себя.

Помните: физическая активность является важным и действенным инструментом в сохранении и укреплении вашего здоровья!

**Т.П.КРЫЛЫСОВА,**  
врач по мед профилактике  
Республиканского центра  
медицинской профилактики



## Дружба длиною в жизнь

В нашем мире столько поводов для радости: что ни день, то какой-нибудь праздник. Какие-то – яркие, фееричные, другие – тихие и незаметные, да и знают о них не все. Одним из таких праздников можно считать Международный день дружбы – согласитесь, не все слышали о таком.

Чтобы такой замечательный день не затерялся в череде будничных проблем, Красноюрский СДК объявил фотомарфон «Дружба – это чудо». Для участия нужно было выложить фото с друзьями или другом в одной из номинаций: «Дружба длиною в жизнь», «Дружба начинается с улыбки», «Ты и я – мы друзья» (фото с животным), «Друзья навек». Конкурс проходил одновременно в двух наших группах в соцсетях, и фото, набравшее в сумме больше всех голосов, стало победителем.

Неожиданно конкурс вызвал огромный интерес и отклик односельчан, фотографии с историями посыпались одна за другой. Сегодня со страниц любимой газеты мы бы хотели поделиться с вами историями многолетней дружбы участников этого конкурса.

«Пусть говорят, что дружбы женской не бывает...» – поётся в популярной песне, «...но мы-то знаем...» – подпоём мы ей и будем правы.

История двух прекрасных женщин: Светланы Михайловны Лалетиной и её подруги из Кемерово Натальи началась, когда им было по 17 лет. Юные красавицы поступали в одно учебное заведение, и там, на ступеньках лестницы холла, они и познакомились. Как оказалось, эта лестница повела их к многолетней дружбе.



История этих прекрасных женщин, Светланы Лалетиной и её подруги из Кемерово Натальи, началась, когда им было по 17

Шли годы, девушки окончили учёбу, но связь друг с другом не потеряли. Для настоящей дружбы время и расстояние – не помеха. Они и сейчас ездят друг к другу в гости и подолгу болтают по телефону, рассказывая о новостях. Светлана Михайловна – человек удивительный, и подруг у неё не одна, и историй таких можно рассказать с десяток, это человек, умеющий дружить и ценить дружбу. Всегда всех выслушает, подкажет, приободрит. После встречи с ней на душе становится



Дружбе Надежды Бухановой и её подруги ни много ни мало – 48 лет!

светлее, поверьте, я знаю, о чём говорю. Светлана Михайловна, спасибо Вам, что Вы у нас есть.

Это не единственная история дружбы, зародившейся в стенах учебного заведения. Есть у меня для вас ещё парочка таких историй, и чтобы не быть голословной, расскажу вам о дружбе не двух подруг, а сразу пяти!

Девчонки из разных деревень и городов познакомились, придя на вступительный экзамен в Абаканский педколледж, и вот уже 16 лет дружат сами, их дети и даже родители. Да что я вам рассказываю, лучше приведу оригинальный комментарий Ольги Рачковской, героини сюжета:

– История нашей дружбы началась в Абакане, в далёком 2004-м. С годами наша дружба взрослела, обзаводилась семьями. География наших встреч безгранична. Порой для того, чтобы увидеться, некоторым из нас приходится преодолевать до 500 км. Но ведь оно того стоит! А сейчас всё зашло настолько далеко, что наша дружба продолжается в дружбе наших детей и родителей.

Вот так бывает, но чаще настоящие друзья появляются ещё в детстве, и такая дружба проверена, испытана на прочность не только в радостях и играх, но и окутана «тайнами» детских фантазий. Следующая наша героиня, Надежда Буханова, когда-то в детстве жила в посёлке Пионерском Курагинского района. Там девчонки с двух соседних улиц каждый день собирались вместе и часами играли, не замечая времени. Вместе ходили в школу, влюблялись, смеялись. Но время шло, и все разъехались кто куда. «А дружба?» – спросите вы. А дружба осталась, и ей уже ни много ни мало – 48 лет.

А бывает, что дружбе предшествует череда событий, которые как будто подводят людей к чему-то большому, удивительному. Так случилось с Зитой Стряпковой (Гудаускас) и Валентиной Орловой (Пигиной). Про них можно без преувеличения сказать: «Всё было, как в кино». Сначала дружили их родители, и когда пришёл черёд появиться на свет нашим подругам, их мамы решили сходить в кино. Одна уехала в роддом из кинотеатра на курорте Шира, а другая смотрела фильм в Юссе. Затем были ясли, садик, школа, и везде они были не разлей вода. Вокруг двух весёлых подруг всегда обра-

зовывались новые компании друзей, где они были «душой». С годами их дружба становится всё крепче, как говорит одна из них: «Эта дружба нам послана Богом».

Вот пишу я статью и замечаю, что выстраивается у меня в голове логическая цепочка: возникает такое ощущение, что умение дружить передаётся по наследству. Только что рассказывала про маму Валенти-

ну Орлову, а на очереди уже история про дочь Юлию и её историю дружбы.

– История нашей дружбы началась летом 2002 года, когда нам было 8 лет и 4 года. Несмотря на разницу в возрасте, мы начали общаться, тем более что жили по соседству. С каждым годом наша дружба становилась крепче, проходя разные этапы жизни. И вот через два года нашей дружбе исполнилось 20 лет, – поведала нам Елена Додонкина (подруга Юлии).

Что ж, чтобы не разрывать цепочку, расскажу вам историю дружбы Елены Додонкиной (Пичугиной) с Ксенией Моисеевой.



Про зарождение дружбы Зиты Стряпковой и Валентины Орловой можно без преувеличения сказать: «Всё было, как в кино!»

– Дружба – это когда в твоей жизни есть человек, который тебе очень дорог и на которого ты всегда можешь положиться, как на самого себя. И я с уверенностью могу сказать, что такой человек в моей жизни есть, и имя этого прекрасного человека – Елена. В 2001 году мы встретились на репетиции первоклашек, возможно, встреча могла быть и раньше, но мы ходили в разные детские сады. И с тех пор наша дружба крепчала. Конечно, были в детстве недопонимания (как без этого в юном возрасте), но мы не расставались. Всю школьную жизнь были бок о бок. После выпускного поехали поступать в один город. И всегда, даже в большом мегаполисе, где жизнь неслась бурным потоком, мы находили время, чтобы

встретиться. А сейчас мы не просто подруги, одноклассницы, но и коллеги. Нашей дружбе 19 лет. Всем желаю найти такого человека, ДРУГА с большой буквы, – пишет Ксения.



«Дружба – это когда в твоей жизни есть человек, который тебе очень дорог и на которого ты всегда можешь положиться, как на самого себя», – считают подруги Ксения Моисеева и Елена Додонкина

«Не имей сто рублей, а имей сто друзей» – гласит известная пословица.

Артур Тах и Илья Сабуров тоже подружились в раннем детстве, потому что жили по соседству. И пусть их дружба ещё не так много лет, но ведь и они ещё молоды, и у них всё впереди. Активные, красивые, полные энтузиазма, я уверена, они тоже пронесут свою дружбу через годы.

Анна Арабкаева и Эльвира Бугаева в этом году отметили маленький юбилей своей дружбы – 10 лет.

*Мы с подружкой не разлей вода,  
Секретами своими делимся всегда,  
Вместе трудимся*

*и вместе отдыхаем,  
Друг про дружбу всё на свете знаем...*

Сколько разных историй мы с вами узнали благодаря нашему конкурсу. Хочу рассказать вам последнюю, личную. Это история дружбы моих детей – Марии и Ивана.

Мне как маме приятно, что мои дети так дружны. Их трепетная забота друг о друге и поддержка радуют. С самого детства они всегда и везде вместе. Вместе шкодили в детстве, вместе чему-то учились, вместе ходили в один класс, теперь вместе поедут дальше получать образование. И я спокойна за них, потому что знаю, что они всегда протянут друг другу руку помощи.

Любой конкурс, в отличие от дружбы, когда-то заканчивается. И нужно объявлять победителя. По сумме баллов (в наших группах в Viber и Одноклассниках) победителем стала Ксения Моисеева. Поздравляем! И, конечно же, в нашем конкурсе нет проигравших, так как все конкурсанты награждены великим даром – умением дружить.

**Инна АНЦИФЕРОВА,**  
культурный организатор  
Красноюрского СДК.  
Фото из личных архивов  
героев статьи

## Женская дружба

Да, такая дружба бывает. Я благодарна судьбе, что имею такую подругу.

Наше общение началось ещё в школьные годы. Мы вместе ходили на танцы, гулять, встречали Новый год, дни рождения.

Время шло, подруга вышла замуж за моего одноклассника. И теперь мы дружим семьями. У нас появились дети, которые ходили сначала в одну группу в детском саду, а потом и в один класс. А теперь они выросли и уехали учиться, и опять же в один город, где тесно общаются друг с другом.

По вечерам мы долго разговариваем с подругой по телефону, и мой муж в честь наших звонков сделал в саду две фигуры из дерева: мальчика, стоящего на коленках с цветами (это он так видит себя), а вторая фигура – это я, разговариваю по телефону. На трубке телефона вырезано имя – Алла (так зовут подругу). Этим он осмеивает нас и как бы спрашивает: «Ну о чём так долго можно разговаривать?»

А всё просто: между нами с самого начала доверие было беспредельным. И нравится нам обоим, что смотрим мы на мир и



С Аллой мы дружим со школы

события одинаково. Одинаково переживаем разные неурядицы. Мы разные, но нас объединяют общие эмоции. А ещё – желание общаться: делиться прочитанным и увиденным, помогать в минуты беды и радости. Всё мы пережили и продолжаем дружить.

Дружите! Находите новых и новых друзей, общайтесь с близкими по духу людьми.

Дружба – это прекрасно, и как бы ни было трудно быть хорошим другом, будьте им. Дружба того стоит. Каждый новый друг обогатит ваш мир, научит вас тому, что вы никогда бы не узнали сами, подарит вам частичку самого себя и не попросит ничего взамен.

**Анна ТАХ, с.Июс**



В честь нашей дружбы мой муж сделал в саду композицию из дерева, где он дарит мне цветы, а я говорю по телефону

### ПОПРАВКА

По причине дезинформации редакции в газете от 31 июля допущена досадная ошибка. Стихотворение «Мой уголок олений», опубликованное на 9 полосе, подписано Оксаной Хомяковой. На самом деле оно принадлежит другому автору - Лидии Васильевне Андриановой, директору музея в с.Копьево, Почётному гражданину Орджоникидзевского района.

Приносим свои извинения Лидии Васильевне, Оксане и всем читателям.

**Редакция**

