ЖИЗНЬ В ДВИЖЕНИИ – В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ 2

СЕМЕЙНЫЙ УКЛАД 7



ВИКТОРИЯ ОРЛОВА О СИЛЕ, СЕМЬЕ И РАЗРУШЕНИИ МИФОВ 15

УСТЬ-КУТСКАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Пятница, 6 ноября 2026 г. № 44 (1711)

ДИАЛОГ ТВ

ПРОГРАММА Стр. 5,6,11,12.

16+

8-952-630-70-00, mt-dialog@yandex.ru – и мы всегда с вами на связи!

Живая история: Усть-Кутскому комсомолу – 105 лет

О том, с чего начиналась история союза молодёжи на нашей земле, читайте на с. 9.



Социальные сети ТРК «Диалог»

ДИАЛОГ УК

Уважаемые телезрители! Выпуски программы «9 этаж» выходят в 08.00, в 13.30 и в 19.30.
Мы остаемся с вами в цифровом формате на следующих каналах:
ООО «Связь» – 23 канал, ООО «Телеос-1», «Мир ТВ» – 22 канал, ООО «Регион Телеком» – 88 канал.
Телепередачи будут по-прежнему дублироваться на нашем сайте trkdialog.ru и в социальных сетях.

ИНК

Работа на Иркутском заводе: актуальные вакансии для жителей Усть-Кута без опыта

ИНК приглашает жителей Усть-Кута стать частью команды Иркутского завода полимеров через программу профессионального старта с обучением «Профстарт». Для участия не требуется профильное образование или опыт работы в нефтегазовой отрасли – освоить востребованную рабочую специальность можно с нуля прямо на производстве.

Главная особенность программы – официальное трудоустройство с первого дня обучения, выплата стабильной заработной платы и предоставление полного пакета социальных льгот, включая добровольное медицинское страхование (ДМС) и санаторно-курортный отдых.

Вакансии программы «Проф-Старт» в Усть-Куте:

– ***Электромонтер по испытаниям и измерениям (4 разряд)***

Основные задачи: Выполнение несложных испытаний и измерений параметров электрооборудования, определение токов утечки и емкостных токов силовых кабелей повышенным напряжением, техническое обслуживание испытательной аппаратуры.

– ***Слесарь по ремонту технологических установок (4 разряд)***

Основные задачи: Ремонт насосно-компрессорного оборудования и вращающихся механизмов, проведение центровки и дефектовки динамического оборудования с составлением ведомостей, разборка, очистка и расконсервация узлов.

– ***Электромонтер по ремонту и обслуживанию электрооборудования (4 разряд)***

Основные задачи: Оперативное обслуживание и осмотр электроустановок, проведение плановых переключений для ввода/вывода оборудования в ремонт, сборка и разборка схем, ликвидация аварийных ситуаций.

– Слесарь КИПиА (3 разряд)



Основные задачи: Техническое обслуживание, ремонт и настройка приборов автоматики и АСУТП, метрологическое обеспечение (поверка, калибровка), подготовка и участие в пуске систем автоматизации после ремонта.

Условия работы и социальные гарантии:

– Комфортный пятидневный рабочий график в черте г. Усть-Кута;

– Официальное оформление в штат компании в строгом соответствии с ТК РФ;

– Стабильный, конкурентоспособный уровень заработной платы;

– Привлекательный социальный пакет: программа ДМС, частичная компенсация путевок на санаторно-курортное лечение и детский отдых, возможности для дополнительного обучения за счет компании;

– Обеспечение современными высококачественными средствами индивидуальной защиты (СИЗ);

– Строгое соблюдение высоких стандартов безопасности труда и передовой культуры производства.

Требования к кандидатам:

– Наличие среднего профессионального образования (профиль значения не имеет).

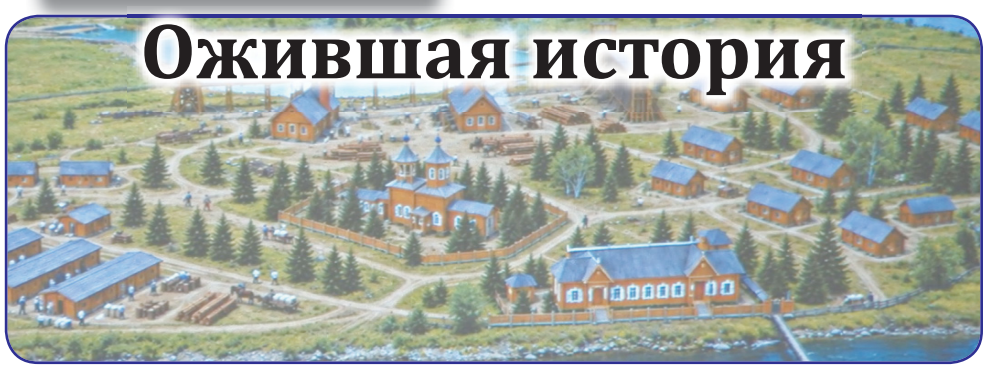
– Дисциплинированность, добросовестность, развитая способность к быстрому обучению, умение работать в команде и искреннее стремление к профессиональному росту.

Телефон для справок: **89140102799**

Отправить резюме можно на сайте **irkutskoil.ru** в разделе карьера, вакансии.

КУЛЬТУРА

Ожившая история



27 октября в Усть-Кутском историческом музее состоялась презентация проекта «VR-солевар», благодаря которому жители и гости города могут увидеть, как выглядел Усть-Кутский солеваренный завод в XIX–XX веках. Цифровая экскурсия позволяет перенестись в прошлое и познакомиться с одним из важных предприятий в истории родного края.

Проект стал победителем грантового конкурса Иркутской нефтяной компании «Энергия родной земли – 2025». Его главная особенность – возможность увидеть утраченный облик завода в виртуальной реальности. На основе исторических материалов и архивных фотографий специалисты воссоздали 19 объектов: варницы, градирню, соляные амбары, жилые дома рабочих и другие постройки, которые не сохранились до наших дней.

Работа над «VR-солеваром» велась несколько месяцев под руководством директора музея Зинаиды Мифодьевны Тирской. Созданием трёхмерных моделей и программного обеспечения занималась команда петербургской ИТ-компании «Викинг». Специалисты также проработали окружающий ландшафт в трёх уровнях детализации.

Особое внимание уделили атмосфере виртуального путешествия. На восьми точках маршрута посетителей сопровождают звуковые эффекты: треск дров, шипение рассола и звон колоколов. Познакомиться с историей предприятия помогают три персонажа-проводника – солевар, управляющий и священник.

Примечательно, что сама идея объёмной реконструкции солеваренного завода появилась задолго до реализации цифрового проекта. Об этом рассказал краевед-исследователь Усть-Кутского района, автор книги «Усть-Кутский сользавод» Юрий Чивтаев. Ранее историки рассматривали возможность воссоздать облик предприятия с помощью физических макетов, однако современные технологии открыли новые возможности.

– Идея сформировать на основе документальных материалов объёмный, а не графический облик завода существовала уже тогда. Но кто же знал, что появятся такие технологии? Речь всё время шла о макетах, планировке, пластилине, деревяшках, – поделился **Юрий Чивтаев**. Он также подчеркнул, что проект «VR-солевар» стал всего лишь четвёртым виртуальным проектом в музейном сообществе Иркутской области.

В презентации приняли участие представители администрации Усть-Кутского муниципального образования, Иркутской нефтяной компании, музейные работники, краеведы и жители города. Все желающие могли бесплатно опробовать VR-оборудование и самостоятельно совершить интерактивное путешествие в прошлое.

– Проектная деятельность нашего музея имеет богатую историю. На протяжении как минимум десяти лет мы регулярно участвуем в грантовых конкурсах различного уровня и становимся их победителями. Проект, посвящённый историческому наследию Усть-Кутского солеваренного завода, у нас далеко не первый, – отметила **Дарья Лысунь, заведующая отделом научно-экскурсионной работы Усть-Кутского исторического музея**.

В музее надеются, что виртуальная реконструкция станет не только способом сохранить историческое наследие, но и основой для дальнейшего развития территории. Полученные материалы могут послужить отправной точкой для восстановления построек солеваренного завода непосредственно на его историческом месте.

Усть-Кутский исторический музей выражает благодарность администрации Усть-Кутского муниципального образования и Иркутской нефтяной компании за поддержку и содействие в реализации проекта, который открывает новые возможности для знакомства с историей родного края.

Ирина Дякив

СОЦЗАЩИТА

Жизнь в движении – в любом возрасте

На базе Управлении социальной защиты и социального обслуживания населения по Усть-Кутскому району состоялась встреча участников клуба «Активное долголетие».

Объединение работает в рамках областной программы, утвержденной губернатором Иркутской области. Его главная задача – поддержка граждан старшего поколения, пенсионеров и людей с инвалидностью, создание условий для общения, обучения и активного участия в общественной жизни.

Встреча, состоявшаяся 28 октября 2026 года, была посвящена вопросам безопасности и цифровой грамотности. Участникам рассказали, как правильно пользоваться единым номером вызова экстренных служб 112 и в каких ситуациях следует обращаться за помощью.

Еще одной темой стала региональная цифровая платформа «ПроМеры38». На ней собрана информация о 138 мерах государственной поддержки, действующих в Иркутской области для разных категорий граждан. Специалисты управления показали, как пользоваться ресурсом, находить нужные сведения и узнавать о доступных выплатах и льготах.

Сегодня клубы «Активное долголетие» работают не только в районном центре, но и в отдаленных населенных пунктах: Ручье, Янтале, Нии и Подымахино. Их участники с интересом осваивают компьютерную и финансовую грамотность, занимаются рукоделием. Отдельное направление – волонтерская деятельность. Пенсионеры плетут маскировочные сети, которые включают в состав гуманитарных грузов и отправляют землякам в зону проведения специальной военной операции.

– Выходя на пенсию, человек часто оказывается ограничен в привычном общении, замыкается в четырех стенах. Мы создаем клубы именно для того, чтобы расширить круг общения, дать людям возможность встречаться и делиться жизненным и профессиональным опытом. Наши участники очень активны, всегда задают вопросы. Если сразу ответить на какой-то из них не получается, специалисты уточняют информацию и дают подробные разъяснения уже на следующий день, – говорит Анна Кобзева, директор ОГБУ «УСЗСОН по Усть-Кутскому району».

В учреждении также расширяют программу занятий. С октября в расписании клуба появилось новое направление – адаптивная физическая культура. Тренировки помогают участникам развивать координацию движений, тренировать внимание и поддерживать физическую активность. Занятия проводит сертифицированный специалист дважды в неделю, в вечернее время.

Присоединиться к клубу «Активное долголетие» можно, подав заявление в ОГБУ «УСЗСОН по Усть-Кутскому району» (ул. Речников, 5, кабинет № 20). Информация о предстоящих мероприятиях, встречах и занятиях ежемесячно публикуется в специальном разделе официального сайта учреждения.

Номер приёмной: 8-(39565)5-70-00

Ирина Дякив



ЖКХ

В Усть-Куте устраняют засоры на канализационных сетях



Если по вашему адресу есть перебои или другие неполадки с канализацией, сообщайте в городскую диспетчерскую по номеру телефона **8(39565)5-61-01**

В Усть-Куте участились случаи засорения канализационных коллекторов. Как отмечают специалисты, в большинстве случаев причиной становится не износ труб, а бытовой мусор, который жители выбрасывают в канализацию.

При прочистке сетей из труб извлекают влажные салфетки, подгузники, тряпки и даже предметы одежды.

Подобные засоры нарушают работу канализационной системы и приводят к аварийным ситуациям. Одна из наиболее серьёзных проблем возникла на улице Пролетарской, 16, где возникла угроза обрушения коллектора.

В связи с этим 28 октября было принято решение о введении режима повышенной готовности. Все необходимые службы переведены на усиленный режим работы. Специалисты устраняют засоры, в том числе в выходные дни. К работам также привлечены дополнительные силы и техника сторонних предприятий.

Определены очерёдность и график проведения мероприятий.

Основная задача – в ближайшие дни стабилизировать работу канализационной системы. Ход работ находится на личном контроле Сергея Анисимова, мэра Усть-Кутского района, который поддерживает связь со всеми задействованными службами.

Жителей вновь призывают соблюдать правила пользования канализацией. Она не предназначена для утилизации бытового мусора. Всё, кроме туалетной бумаги, необходимо выбрасывать в мусорное ведро. Соблюдение этого простого правила поможет предотвратить засоры и избежать аварийных ситуаций.

По информации администрации УКМО
Фото взято из социальных сетей Сергея Анисимова

Канализационные стоки затопили территорию возле детского сада

Одним из проблемных участков города стала территория возле детского сада № 24 «Тополёк». Канализационные стоки вновь разлились здесь на значительной площади, затруднив проезд автомобилей и движение пешеходов. Под угрозой оказалось и дошкольное учреждение.



Подобная ситуация возникла не впервые, однако в этот раз масштабы разлива оказались значительно серьезнее.

Как рассказала Наталья Коваль, зам. заведующей по хозяйственной части детского сада «Тополёк», о проблеме сообщили в диспетчерскую службу. Однако в течение недели ситуация не изменилась, а затем нечистоты стали распространяться ещё активнее.

Чтобы не допустить попадания канализационных стоков на территорию детского сада, сотрудникам учреждения пришлось самостоятельно прокапывать траншею.

По словам Натальи Коваль, разливы канализации происходили регулярно, но настолько масштабного затопления прежде не было. Одной из возможных причин она назвала несвоевременную очистку городских колодцев. При этом колодцы на территории самого детского сада сотрудники обслуживают дважды в год – весной и осенью.

Особую обеспокоенность вызывала угроза попадания нечистот на детские площадки. Это могло привести к возникновению антисанитарных условий и необходимости масштабной замены грунта.

Проблемным оставался и участок возле учреждения, где ранее уже проводились работы по отсыпке территории щебнем. Сотрудники опасались, что новый разлив размоет покрытие, а с наступлением холодов образовавшиеся лужи превратятся в гололёд, затрудняя передвижение пешеходов.

Наши корреспонденты связались с ресурсоснабжающей организацией «Спецстрой», обслуживающей сети водоснабжения и канализации. Специалисты откачали канализационный колодец. Ситуация также находилась на контроле мэра Сергея Анисимова.

Несмотря на принятые меры, полностью исключить повторение разлива пока нельзя. С приближением зимы состояние коммунальных сетей требует особого внимания: в условиях низких температур последствия подобных аварий могут оказаться ещё серьёзнее.

Олеся Козлова

По поручению прокурора Иркутской области Паволина С.В. организована проверка в связи с предаварийной ситуацией в Усть-Куте

По указанию прокурора Иркутской области Паволина С.В. прокуратура г. Усть-Кута организовала проверку в связи с сообщением о частичном выходе вод из сети водоотведения на улицах Речников и Халтурина в городе Усть-Куте.

В связи с выявленными нарушениями в сфере водоотведения прокуратура внесла представление в адрес руководителя организации, обслуживающей сети водоотведения, их устранение поставлено на контроль.

Надзорные мероприятия продолжаются. По их результатам будет решен вопрос о необходимости принятия дополнительных мер прокурорского реагирования.

Прокуратура Иркутской области

ИНФОРМАЦИЯ



«Святой Пантелеймон» вновь отправляется в путь с важной миссией

Передвижной медицинский центр «Святой Пантелеймон» снова прибудет в Иркутскую область. С 14 по 22 ноября 2026 года жители девяти населенных пунктов Приангарья смогут бесплатно получить медицинскую помощь от врачей «РЖД-Медицина».

Передвижной медицинский центр будет работать на станциях:
– Хребтовая – 14.11.2026;
– Рудногорск – 15.11.2026;
– Ручей – 16.11.2026;
– Янталь – 17.11.2026;
– Лена – 18.11.2026;
– Звездная – 19.11.2026;
– Ния – 20.11.2026;
– Киренга – 21.11.2026;
– Улькан – 22.11.2026.

– Передвижной медицинский центр «Святой Пантелеймон» уже не первый год помогает жителям отдаленных населенных пунктов Приангарья получать медицинскую помощь без необходимости ехать в районные центры. Он пользуется большой популярностью у жителей региона. За время работы его посетили тысячи пациентов, и с каждым годом число желающих пройти обследование растет.

Приглашаем жителей станций воспользоваться этой возможностью и позаботиться о своём здоровье, – сказал министр здравоохранения Иркутской области Андрей Модестов.

По информации правительства Иркутской области

Из Усть-Кута в Новосибирск

С 1 декабря авиакомпания S7 Airlines начнёт выполнять прямые рейсы из Усть-Кута в Новосибирск.

Полёты будут осуществляться пять раз в неделю – со вторника по субботу. Время в пути составит около двух с половиной часов.

Запуск регулярного авиасообщения стал возможен после капитального ремонта взлётно-посадочной полосы. В сентябре состоялся тестовый полёт, подтвердивший готовность аэропорта к дальнейшей работе.

В реализации проекта приняли участие Министерство транспорта России, Росавиация, правительство Иркутской области, губернатор региона и Иркутская нефтяная компания.

Билеты на рейсы уже поступили в продажу. Приобрести их можно на официальном сайте авиакомпании или по телефону справочной службы: **8 (800) 700-07-07** (звонок по России бесплатный).



СТАТИСТИКА



Борьба с наркопреступностью в цифрах

За январь–октябрь 2026 года сотрудниками МО МВД России «Усть-Кутский» выявлено и возбуждено 13 уголовных дел в сфере незаконного оборота наркотиков (в 2025 г. – 12).

Статья 228.1 УК РФ (сбыт): выявлено восемь преступлений, раскрыто шесть.

Статья 228 УК РФ (хранение/приобретение): выявлено четыре преступления, раскрыто четыре.

Статья 234 УК РФ (незаконный оборот сильнодействующих веществ с целью сбыта): выявлено одно преступление, в настоящее время ведется следствие по данному уголовному делу.

Общий вес изъятых наркотических средств составил почти три кг (2970,73 г).

Сотрудники направили на медицинское освидетельствование 26 граждан, а также составили 26 протоколов об административных правонарушениях.

По информации МО МВД России «Усть-Кутский»

ПРИЮТ

Полицейские Усть-Кута посетили приют «Добрый друг» для бездомных собак

Сотрудники МО МВД России «Усть-Кутский» совместно с членами общественного совета побывали в местном приюте для животных «Добрый друг».

Во время волонтёрского визита они пообщались с его работниками, познакомились с подопечными и оказали посильную помощь в уходе за собаками.

Для животных внимание и забота не менее важны, чем корм и тёплое место. Каждая такая встреча помогает напомнить: ответственность за тех, кого мы приручили, – общая.

Полицейские благодарят сотрудников и волонтёров приюта за ежедневный труд, доброту и заботу о четвероногих друзьях.



РЕЙД

В Усть-Куте сотрудники полиции провели профилактический рейд по соблюдению «комендантского часа» в зимний период

Сотрудники подразделения по делам несовершеннолетних Межмуниципального отдела МВД России «Усть-Кутский» совместно с участковыми уполномоченными и патрульно-постовой службой провели целевой рейд, направленный на контроль за соблюдением правил нахождения подростков в общественных местах в вечернее и ночное время.



С наступлением осенне-зимнего периода действие «комендантского часа» на территории Иркутской области ужесточается. Согласно региональному законодательству, с 1 октября по 31 марта несовершеннолетним запрещено находиться в общественных местах без сопровождения родителей или законных представителей с 22:00 до 06:00.

В ходе рейдового мероприятия правоохранители проверили излюбленные места сбора молодежи: улицы, дворовые территории, подъезды жилых домов, спортивные площадки, скверы, а также круглосуточные торговые объекты и объекты транспортной инфраструктуры.

Главная цель таких проверок — защита жизни и здоровья подрастающего поколения, а также предупреждение безнадзорности, подростковой преступности и правонарушений, совершаемых в отношении самих детей в темное время суток.

В ходе рейда выявленные подростки, находившиеся на улице после 22:00 без взрослых, были переданы родителям. С законными представителями и детьми проведены разъяснительные беседы о недопустимости нарушения установленных ограничений. По выявленным фактам составлены соответствующие материалы для направления в комиссию по делам несовершеннолетних и защите их прав.

Сотрудники полиции напоминают: за нарушение требований так называемого «комендантского часа» предусмотрена административная ответственность родителей по закону Иркутской области, а также по статье 5.35 КоАП РФ (Неисполнение родителями обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних).

Полицейские призывают родителей быть внимательнее к досугу своих детей, всегда знать их местонахождение и круг общения, а также обеспечить их своевременное возвращение домой до наступления 22:00.

По информации МО МВД России «Усть-Кутский»

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНОСТЬ

«День стольника»



Каждый месяц 1-го и 15-го числа у устькутян есть возможность помочь приюту «Добрый друг». В эти дни проходит благотворительная акция «День стольника». Ее главная цель – собрать средства на содержание бездомных животных и улучшение условий их жизни.

Сегодня в приюте находятся более 130 собак, которым ежедневно необходимы корм, уход и забота. Особенно ощутимыми расходы становятся в зимний период. Одна из основных статей затрат – дрова, необходимые для приготовления еды и поддержания тепла в котельной. Это также позволяет не допустить замерзания воды в емкостях. Кроме того, зимой увеличивается потребление электроэнергии, а вместе с ним и расходы на ее оплату.

Организаторы акции призывают жителей города не оставаться в стороне: помочь можно любой посильной суммой. Даже небольшой взнос вносит вклад в обеспечение животных всем необходимым.

Перечислить средства можно по номеру телефона 8-908-658-12-04 (Анжелика Олеговна Я., Сбербанк). При переводе необходимо указать назначение платежа «Приюту». Также желающие могут самостоятельно приобрести для собак крупы, мясные продукты или корм.

Есть и другие способы поддержать «Добрый друг»: приехать в приют, погулять с животными, помочь с уборкой вольеров и территории или стать куратором одной из собак. Все собранные средства направляются на покупку продуктов и кормов, а также оплату дров и электроэнергии.

Приют продолжает существовать благодаря помощи неравнодушных людей, поэтому сотрудники и волонтеры очень рассчитывают на поддержку устькутян.

Помимо сбора средств, «Добрый друг» напоминает о своих подопечных, которые мечтают обрести любящую семью. Среди них – молодая и активная собака по кличке Софа. Летом она поступила в приют вместе с Лёвой, который уже нашел дом и заботливых хозяев. Софа – общительная и ласковая девочка, любит внимание и с удовольствием идет на контакт. Теперь она тоже ждет человека, который подарит ей домашнее тепло.

Еще один подопечный – Малыш. Несмотря на внушительные размеры, это добрый и спокойный пес. Он находится в приюте уже довольно давно и привык считать его своим домом. Возможно, именно среди жителей города найдется тот, кто захочет подарить ему настоящую семью.

Присоединиться к акции «День стольника» можно 1-го и 15-го числа каждого месяца. А познакомиться с Софой, Малышом и другими четвероногими подопечными приюта – приехав в «Добрый друг». Каждая помощь важна, а для животных возможность обрести любящий дом может изменить всю жизнь.

Подготовлено редакцией газеты «Диалог-ТВ»

ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Мама в деле» (16+).
09:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
10:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 67 и 68 серии (16+).
11:30 «Мама в деле» (16+).
12:00 «НЛП. Дети» (12+).
13:00 «Мама в деле» (16+).
14:00 «Классики» (12+).
15:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 45 и 46 серии (16+).
17:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 9 и 10 серии (16+).
18:30 «Мама в деле» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 69 и 70 серии (16+).
22:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 11 и 12 серии (16+).
23:30 «Мама в деле» (16+).
00:00 «Музыкальное сердце театра». Крупным планом» (16+).
00:30 «Мама в деле» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» (т/с, Мексика, 2024-2025 гг.), 15 серия (16+).
01:55 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 11 и 12 серии (16+).
03:50 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 45 и 46 серии (16+).
05:20 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 69 и 70 серии (16+).
07:00 «Знай себе цену» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
19.00 «НЕЙРОВАСЯ-2» (16+). Сериал.
22.00 «ГОСЗАЩИТА» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «ЛЕВША» (12+) Фантастика, приключения. Россия. 2025 г.
2.15 «ВИЙ 3D» (12+) Фэнтези, приключения. Россия. 2013 г.
4.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Программа.
6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
7.40 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.

5.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 «Модный приговор» (0+)
9.55 «Жить здорово!» (16+)
10.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
12.00 Новости
12.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
12.15 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2026. Этап IV. Произвольная программа (0+)
13.40 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.25 «Большая игра» (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.15 «Время покажет» (16+)
19.50 «Пусть говорят» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. Иван Колесников, Анна Ковальчук в многосерийном фильме «Новороссия. Потёмкин» (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)
23.45 «Время героев» (16+)
0.50 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
3.00 Новости
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 4.57

05:00 «Утро России».
05:06-05:08, 05:36-05:38, 06:06-06:08, 06:36-06:38, 07:06-07:08, 07:36-07:38, 08:06-08:08, 08:36-08:38-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:00 ВЕСТИ.
09:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
12:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ПРЕМЬЕРА. Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
16:30 ВЕСТИ.
17:00 «Малахов».[16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:10 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:30 ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Антон Батырев, Анастасия Микульчина и Владимир Верёвочкин в сериале «Балтийское море».[16+]
23:40 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]
02:15 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
до 04:30

6.30 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ». Художественный фильм (СССР, 1968) (12+).
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром» (12+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «Битва оружейников». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
12.00 «Мотивашки». Документальный сериал (16+).
12.20 «Военное образование. С учетом боевого опыта». Документальный сериал. «Инженеры-кораблестроители». Премьера! (16+).
14.00 Новости дня (16+).
14.40 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).
20.30 «Специальный репортаж» (16+).
20.45 «По горячим следам» (16+).
21.00 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным (16+).
21.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
23.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+).
0.05 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». Художественный фильм (СССР, 1947) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
2.00 «ЗАПАСНОЙ ИГРОК». Художественный фильм («Ленфильм», 1954) (12+).
3.30 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).

7.00 «Сегодня».
7.25 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» / стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 «Место встречи» (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «За гранью» (16+).
18.50 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Никита Панфилов, Иван Лаврухин, Евгений Миллер в сериале «ОГОНЬ» /стерео/ (16+).
23.10 Гоша Куценко в сериале «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.35 «Ч.Т.Д.» с Маргаритой Симоньян (16+).
2.10 Дмитрий Ульянов в остросюжетном сериале «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ» / стерео/ (16+). До 7.00.

6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
7.30 Субтитры. «Маша и Медведь» (0+). Мультсериал.
8.55 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
10.40 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
11.40 «ЭЛЛА И ЧЁРНЫЙ ЯГУАР» (12+). Приключенческий фильм Германия - Канада - Франция, 2024 г.
13.50 «ЗОВ ПРЕДКОВ» (16+). Приключенческая драма. США, 2009 г.
15.35 Субтитры. «КАРЛИК НОС» (16+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2003 г.
17.15 «КОНЬ ЮЛИЙ И БОЛЬШИЕ СКАЧКИ» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2020 г.
18.50 «ВОЛШЕБНЫЙ УЧАСТОК» (16+). Фэнтезийный сериал.
22.10 Субтитры. «КРУЧЕ НЕКУДА» (16+). Боевик. Китай - США, 2023 г.
0.20 Субтитры. «МУЖЧИНА НАРАСХВАТ» (16+). Комедия. США, 2012 г.
2.20 «НЕОЖИДАННЫЕ СВЯЗИ» (16+). Комедия. Франция, 2024 г.
3.50 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ» (16+). Мистическая комедия. Франция, 1995 г.
5.30 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу

ВТОРНИК, 10 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Знай себе цену» (16+).
09:00 «Мама в деле» (16+).
10:00 «Все дозволено» , 69 и 70 серии (16+).
11:30 «Знай себе цену» (16+).
12:00 «НЛП. О женском» (16+).
13:00 «Знай себе цену» (16+).
13:30 «9 этаж» (12+).
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
14:00 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 3 серия (16+).
15:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 47 и 48 серии (16+).
17:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 11 и 12 серии (16+).
18:30 «Знай себе цену» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 71 и 72 серии (16+).
22:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 13 и 14 серии (16+).
23:30 «Знай себе цену» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» (т/с, Мексика, 2024-2025 гг.), 16 серия (16+).
01:55 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 13 и 14 серии (16+).
03:50 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 47 и 48 серии (16+).
05:20 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 71 и 72 серии (16+).
07:00 «Дневники матери» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
19.00 «НЕЙРОВАСЯ-2» (16+). Сериал.
22.00 «ГОСЗАЩИТА» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «ВАСЯ НЕ В СЕБЕ» (16+). Комедия. Россия. 2023 г.
1.55 «ЧОКНУТЫЕ» (18+). Криминальная комедия. США. 2025 г.
3.35 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Программа.
6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
7.40 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.

5.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 «Модный приговор» (0+)
9.55 «Жить здорово!» (16+)
10.40 «Время покажет» (16+)
11.10 «Большая игра» (16+)
12.00 Новости
12.05 «Большая игра» (16+)
12.20 «Время покажет» (16+)
13.40 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.25 «Большая игра» (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.15 «Время покажет» (16+)
18.40 Ко Дню сотрудника органов внутренних дел РФ. Премьера. Специальный репортаж. «Изъято из архива» (16+)
19.40 «Пусть говорят» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. «Новороссия. Потёмкин». Многосерийный фильм (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)
23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
3.00 Новости
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 4.57

05:00 «Утро России».
05:06-05:08, 05:36-05:38, 06:06-06:08, 06:36-06:38, 07:06-07:08, 07:36-07:38, 08:06-08:08, 08:36-08:38-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:00 ВЕСТИ.
09:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
12:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ПРЕМЬЕРА. Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
16:30 ВЕСТИ.
17:00 «Малахов».[16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:10 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:30 ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Антон Батырев, Анастасия Микульчина и Владимир Верёвочкин в сериале «Балтийское море».[16+]
23:40 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]
02:15 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
до 04:30

5.40 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром» (12+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
12.00 «Специальный репортаж» (16+).
12.20 «Военное образование. С учетом боевого опыта». Документальный сериал. «На страже неба». Премьера! (16+).
14.00 Новости дня (16+).
14.40 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).
20.30 «Специальный репортаж» (16+).
20.45 «По горячим следам» (16+).
21.00 «Улика из прошлого» (16+).
21.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
23.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+).
0.05 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». Художественный фильм («Мосфильм», 1960) (12+).
2.15 «ОПАСНЫЕ ТРОПЫ». Художественный фильм («Мосфильм», 1954) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
3.15 «Москва - фронту». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
3.35 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Телесериал (Россия, 2010). (16+).

7.00 «Сегодня».
7.25 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» / стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 «Место встречи» (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «За гранью» (16+).
18.50 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Сериал «ОГОНЬ» /стерео/ (16+).
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.35 «Захар Прилепин. Уроки русского» (16+).
2.10 Остросюжетный сериал «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ» / стерео/ (16+).
6.20 «Инфощит» (16+). До 7.00.

6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
7.30 «Маша и Медведь» (0+). Мультсериал.
8.55 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
9.25 «Две стороны одной страны» (16+). Тревел-шоу
10.25 «НЕОЖИДАННЫЕ СВЯЗИ» (16+). Комедия. Франция, 2024 г.
12.20 Субтитры. «МУЖЧИНА НАРАСХВАТ» (16+). Комедия. США, 2012 г.
14.25 Субтитры. «ЧУДО-ДОКТОР» (16+). Драмеди. Россия, 2025 г.
18.40 «ВОЛШЕБНЫЙ УЧАСТОК» (16+) Фэнтезийный сериал.
22.00 Субтитры. «КРУШЕНИЕ» (16+). Триллер. Великобритания - США, 2023 г.
0.05 «НА ЛИНИИ ОГНЯ» (18+). Триллер. США, 2015 г.
2.00 «ЭМПАЙР СТЭЙТ» (16+). Криминальная драма. США, 2013 г.
3.35 «ОСТРОВ АКУЛ» (18+). Ужасы Китай, 2021 г.
4.35 «ОСТРОВ ДЕЛЬФИНОВ» (12+). Драма Багамы, 2021 г.

*** Знаком информационной продукции не отмечены программы, выходящие в прямом эфире или для лиц, не достигших шестилетнего возраста.**

СРЕДА, 11 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Дневники матери» (16+).
09:00 «Знай себе цену» (16+).
10:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 71 и 72 серии (16+).
11:30 «Дневники матери» (16+).
12:00 «НЛП. О женском» (16+).
13:00 «Дневники матери» (16+).
13:30 «9 этаж» (12+).
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
14:00 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 4 серия (16+).
15:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 49 и 50 серии (16+).
17:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 13 и 14 серии (16+).
18:30 «Дневники матери» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Все дозволено» 73 и 74 серии (16+).
22:00 «Цыпленок жареный» (т/с, Россия, 2019 г.), 15 и 16 серии (16+).
23:30 «Дневники матери» (16+).
00:00 «Музыкальное сердце театра». Крупным планом» (16+).
00:30 «Дневники матери» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» 17 серия (16+).
01:50 «Цыпленок жареный», 15 и 16 серии (16+).
03:45 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 49 и 50 серии (16+).
05:15 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 73 и 74 серии (16+).
07:00 «Здравый подход» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.
19.00 «НЕЙРОВАСЯ-2» (16+). Сериал.
22.00 «ГОСЗАЩИТА» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «СВИДЕТЕЛИ» (16+). Комедия. Россия. 2024 г.
1.50 «БАБКИ» (18+). Драма, комедия. Россия. 2021 г.
2.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
3.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.10 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Программа.
6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.40 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.

5.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 «Модный приговор» (0+)
9.55 «Жить здорово!» (16+)
10.40 «Время покажет» (16+)
12.00 Новости
12.05 «Время покажет» (16+)
12.35 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.25 «Большая игра» (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.15 «Время покажет» (16+)
19.50 «Пусть говорят» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. «Новороссия. Потёмкин». Многосерийный фильм (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)
23.50 Премьера. «Шоу Вована и Лексуса» (16+)
0.50 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
3.00 Новости
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 4.57

05:00 «Утро России».
05:06-05:08, 05:36-05:38, 06:06-06:08, 06:36-06:38, 07:06-07:08, 07:36-07:38, 08:06-08:08, 08:36-08:38-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:00 ВЕСТИ.
09:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
12:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ПРЕМЬЕРА. Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
16:30 ВЕСТИ.
17:00 «Малахов».[16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:10 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:30 ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Антон Батырев, Анастасия Микульчина и Владимир Верёвочкин в сериале «Балтийское море».[16+]
23:40 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]
02:15 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
до 04:30

5.45 «ТУЛЬСКИЙ-ТОКАРЕВ». Т/с (Россия, 2010). (16+).
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром» (12+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
12.00 «Специальный репортаж» (16+).
12.15 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». Худ/ф («Мосфильм», 1960) (12+).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». Худ/ф («Мосфильм», 1960) (12+).
15.55 «ДЖУЛЬБАРС». Т/с (Россия, 2017). (16+).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «ДЖУЛЬБАРС». Телесериал (Россия, 2017). (16+).
20.30 «Специальный репортаж» (16+).
20.45 «По горячим следам» (16+).
21.00 «Секретные материалы». Документальный сериал (16+).
21.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
23.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+).
0.05 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». Художественный фильм («Ленфильм», 1980) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
2.05 «ПОДВИГ РАЗВЕДЧИКА». Художественный фильм (СССР, 1947) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
3.35 «Военное образование. С учетом боевого опыта». Документальный сериал (16+).
4.15 «Москва - фронту». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
4.35 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». Художественный фильм («Мосфильм», 1953) (12+).

7.00 «Сегодня».
7.25 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» / стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 «Место встречи» (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «За гранью» (16+).
18.50 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Сериал «ОГОНЬ» /стерео/ (16+).
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.35 «Мы и наука. Наука и мы» (12+).
2.40 Остросюжетный сериал «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ» / стерео/ (16+).
6.40 «Инфощит» (16+). До 7.00.

6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
7.30 «Маша и Медведь» (0+). Мультсериал.
8.55 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
10.00 «Мне туда надо» (16+). Научно-познавательное тревел-шоу
11.00 «СЕРДЦЕ ВДРЕБЕЗГИ» (16+). Романтическая комедия.
12.50 «БЛОНДИНКА В ЭФИРЕ» (16+). Комедия. США, 2014 г.
14.40 Субтитры. «ЧУДО-ДОКТОР» (16+). Драмеди.
18.55 «ВОЛШЕБНЫЙ УЧАСТОК» (16+) Фэнтезийный сериал.
22.00 «КОЛОМБИАНА» (16+). Боевик Франция - США, 2011 г.
0.05 Субтитры. «АННА» (18+). Триллер. США - Франция, 2019 г.
2.25 «ТАКОЙ ЖЕ ПРЕДАТЕЛЬ, КАК И МЫ» (18+). Драматический триллер. Великобритания - Франция - США, 2016 г.
4.05 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком (18+). Премьера. Премьера
4.50 «МАРУСЯ ФОРЕVA!» (12+). Комедия. Россия, 2021 г.

ЧЕТВЕРГ, 12 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Здравый подход» (16+).
09:00 «Дневники матери» (16+).
10:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 73 и 74 серии (16+).
11:30 «Здравый подход» (16+).
12:00 «Это нормально» (16+).
13:00 «Здравый подход» (16+).
13:30 «9 этаж» (12+).
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
14:00 «Измена» 5 серия (16+).
15:00 «Богатые тоже плачут» 51 и 52 серии (16+).
17:00 «Цыпленок жареный» 15 и 16 серии (16+).
18:30 «Здравый подход» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Все дозволено» 75 и 76 серии (16+).
22:00 «Нефритовая черепаха» (т/с, Россия, 2020 г.), 1 и 2 серии (16+).
23:30 «Здравый подход» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» (т/с, Мексика, 2024-2025 гг.), 18 серия (16+).
01:50 «Нефритовая черепаха» (т/с, Россия, 2020 г.), 1 и 2 серии (16+).
03:45 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 51 и 52 серии (16+).
05:15 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 75 и 76 серии (16+).
07:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
19.00 «НЕЙРОВАСЯ-2» (16+). Сериал.
22.00 «ГОСЗАЩИТА» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «ШУТКИ В СТОРОНУ 2: МИССИЯ В МАЙАМИ» (16+). Комедия. Франция. 2018 г.
2.10 «СЕРДЦЕЕДКИ» (16+). Комедия. США. 2001 г.
4.10 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.40 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Программа.
6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.35 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.

5.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 «Модный приговор» (0+)
9.55 «Жить здорово!» (16+)
10.40 «Время покажет» (16+)
11.10 «Большая игра» (16+)
12.00 Новости
12.05 «Большая игра» (16+)
12.15 «Время покажет» (16+)
13.40 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.30 «Большая игра» (16+)
15.10 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.15 «Время покажет» (16+)
19.50 «Пусть говорят» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. «Новороссия. Потёмкин». Многосерийный фильм (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)
23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
3.00 Новости
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 4.57

05:00 «Утро России».
05:06-05:08, 05:36-05:38, 06:06-06:08, 06:36-06:38, 07:06-07:08, 07:36-07:38, 08:06-08:08, 08:36-08:38-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:00 ВЕСТИ.
09:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
12:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ПРЕМЬЕРА. Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
16:30 ВЕСТИ.
17:00 «Малахов».[16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:10 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:30 ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Антон Батырев, Анастасия Микульчина и Владимир Верёвочкин в сериале «Балтийское море».[16+]
23:40 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]
02:20 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
до 04:30

6.20 «СОЛДАТ ИВАН БРОВКИН». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром» (12+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
12.00 «Специальный репортаж» (16+).
12.15 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». Худ/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». Худ/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).
15.55 «ДЖУЛЬБАРС». Т/с (Россия, 2017). (16+).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «ДЖУЛЬБАРС». Телесериал (Россия, 2017). (16+).
20.30 «Специальный репортаж» (16+).
20.45 «По горячим следам» (16+).
21.00 «Код доступа» (12+).
21.50 «Открытый эфир». Ток-шоу (16+).
23.35 «Между тем» с Наталией Метлиной (12+).
0.05 «АДМИРАЛ УШАКОВ». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
2.20 «КОРАБЛИ ШТУРМУЮТ БАСТИОНЫ». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
3.55 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
5.20 «Военное образование. С учетом боевого опыта». Документальный сериал (16+).

7.00 «Сегодня».
7.25 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» / стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 «Место встречи» (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «За гранью» (16+).
18.50 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Сериал «ОГОНЬ» /стерео/ (16+).
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.40 «Поздняков» (16+).
1.55 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
3.50 Остросюжетный сериал «ЧУЖАЯ СТАЯ. НЕВИДИМЫЙ ВРАГ» / стерео/ (16+). До 7.00.

6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
7.30 «Маша и Медведь» (0+). Мультсериал.
8.50 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
10.00 Чем заняться в выходные? (16+) Лайфстайл тележурнал
11.05 «ЗОВ ПРЕДКОВ» (16+). Приключенческая драма. США, 2009 г.
12.55 «МЭРАЙА МУНДИ И ШКАТУЛКА МИДАСА» (16+). Фэнтези. Бельгия - Испания - США, 2013 г.
14.55 Субтитры. «ЧУДО-ДОКТОР» (16+). Драмеди.
19.00 «ВОЛШЕБНЫЙ УЧАСТОК» (16+). Фэнтезийный сериал.
22.00 «СТРЕЛОК» (16+). Боевик. США, 2024 г.
0.00 Субтитры. «КРУШЕНИЕ» (16+). Триллер. Великобритания - США, 2023 г.
2.10 «НА ЛИНИИ ОГНЯ» (18+). Триллер. США, 2015 г.
3.40 Субтитры. «АННА» (16+). Триллер. США - Франция, 2019 г.
5.25 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу

*** Знаком информационной продукции не отмечены программы, выходящие в прямом эфире или для лиц, не достигших шестилетнего возраста.**

СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

Семья Питченко стала победителем конкурса «Семейный УКлад – 2026»

Интересные выступления, искренние эмоции и атмосфера настоящего семейного праздника – в Усть-Куте завершился муниципальный смотр-конкурс «Семейный УКлад – 2026». Финал состоялся 31 октября на сцене районного культурно-досугового центра «Магистраль» и объединил восемь семей Усть-Кутского района, которые на протяжении нескольких месяцев шли к яркому финалу.

За четыре года существования проект успел стать доброй традицией, объединяющей поколения и помогающей семьям открывать друг в друге новые таланты. Участники не просто проходили конкурсные испытания, но и вместе создавали яркие воспоминания, находили друзей и учились работать одной командой.

В этом году организаторы предложили семьям отправиться в настоящее кругосветное путешествие. По итогам жеребьёвки каждой досталась своя страна или народность, которую предстояло представить в творческом номере. Франция, Китай, Индия, Чукотка, Бразилия, ОАЭ, Грузия, Гавайи – каждая команда по-своему раскрыла полученную тему. На сцене сменяли друг друга танцы, песни и театрализованные постановки, наполненные юмором, фантазией и семейным теплом.

За несколькими минутами выступления скрывались недели подготовки и репетиций. Алёна и Алексей Мажеевы вместе с дочерью Варварой представляли Францию. К выступлению семья готовилась около месяца. Особенно волновались за маленькую участницу, которой предстояло впервые выйти на большую сцену. Однако Варвара успешно справилась со своей задачей и стала полноценной частью семейного номера.

Семья Дубиновых представила грузинскую культуру. Их выступление построили вокруг шуточной сценки с выбором тамады – важной фигуры любого грузинского застолья. На подготовку участники потратили около двух с половиной недель. По их словам, удовольствие принесло не только само выступление, но и совместные репетиции. Эмоции от участия в конкурсе оказались по-настоящему колоссальными.

Особенностью нынешнего финала стал новый формат определения победителя. Если в предыдущие годы итоги подводили жюри или сами участники, то на этот раз право выбрать семью года предоставили зрителям. Усть-кутяне внимательно следили за каждым выступлением, а интрига сохранялась до самого объявления результатов.

По итогам зрительского голосования главного звания удостоилась семья Анны и Павла Питченко. Их номер был посвящён выходу мамы из декретного отпуска. Семье досталась тематика народов Чукотки, поэтому свою историю участники перенесли на далёкий север, где героине предстояло преодолеть метель, белого медведя и другие непростые испытания, чтобы вернуться к любимой работе хореографа. К подготовке подошли основательно: вместе с родными Анна объединила для выступления и дополнительную группу детей.

Победа стала для семьи настоящим поводом для радости и гордости. Однако финал конкурса подарил немало приятных эмоций и остальным участникам. Ни одна из восьми семей не осталась без внимания: все получили памятные подарки и сертификаты от спонсоров, которых в этом году было 12. Но, пожалуй, главными приобретениями стали новые знакомства, общие впечатления и моменты, которые ещё долго будут вспоминаться в семейном кругу.


Семья Дубиновых

Организаторами смотра-конкурса выступили отдел по молодёжной политике и туризму администрации Усть-Кутского района, молодёжный центр «БАМ», Добро.Центр и Клуб активных семей при содействии РКДЦ «Магистраль».

Конкурс носил благотворительный характер. Во время праздника удалось собрать 71 тысячу рублей на лечение нашей землячки Сони Родвиловой.

Мероприятие прошло в рамках программы комплексного развития молодёжной политики «Регион для молодых» национального проекта «Молодёжь и дети», реализуемого Федеральным агентством по делам молодёжи по поручению Президента России Владимира Путина.

«Семейный УКлад» вновь напомнил, что сила семьи заключается не только в общих традициях, но и в умении поддерживать друг друга, вместе преодолевать трудности и радоваться даже небольшим победам. Усть-Кутская семейная история на этом не заканчивается: организаторы уже готовятся к следующему сезону, а его тему пока держат в секрете.

Подготовлено редакцией газеты «Диалог-ТВ»


Семья Кулашниковых

БЕЗОПАСНОСТЬ

Усть-Кут присоединился к масштабной региональной акции «Безопасные каникулы»

С 19 октября, в преддверии осенних школьных каникул, стартовала региональная Акция «Безопасные каникулы». Организаторами выступил Муниципальный ресурсный центр МБУ ДО ЦДО УКМО совместно с отделом Госавтоинспекции МО МВД России «Усть-Кутский». Цель акции – напомнить школьникам о правилах дорожного движения и призвать детей и родителей использовать светоотражающие элементы (фликеры) на одежде в качестве «маячков безопасности».



В целях повышения эффективности работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма и пропаганды использования световозвращающих элементов, педагоги и отряд юных инспекторов движения из МОУ Лицей приняли участие в региональной акции. Все дети, участвующие в акции, были одеты в световозвращающие жилеты. Ребята на своем примере призвали пешеходов стать заметными в темное время суток для водителей. Муниципальный ресурсный центр совместно с инспектором по пропаганде БДД подготовили для обучающихся светоотражатели и памятки на тему: «Для чего нужны светоотражатели». Во время акции ребята с удовольствием дарили участникам дорожного движения памятки и фликеры. Надеемся, что акция способствовала пониманию важности ношения светоотражателей в элементах одежды как детей, так и взрослых в любое время года. Проведение подобных мероприятий способствует предотвращению травматизма на дорогах с участием юных пешеходов.

Напоминаем родителям, что использование световозвращающих приспособлений – одна из мер, позволяющих сделать ребенка-пешехода заметным в темное время суток. Это могут быть как элементы одежды, так и специально изготовленные шевроны, наклейки, значки, браслеты и подвески. Световозвращающие элементы нужно прикрепить к верхней одежде, рюкзакам, сумкам или детским коляскам таким образом, чтобы при переходе или движении по проезжей части на них попадал свет фар автомобилей. Помните – в темной одежде пешехода просто не видно водителю, а значит, есть опасность наезда.

СПОРТ

Настольный теннис объединяет поколения

В минувшие выходные спортивный зал «Водник» объединил любителей настольного тенниса из разных городов Иркутской области. Участников ждали азартные партии, спортивный дух и борьба за призовые места.

Соревнования по настольному теннису давно стали доброй традицией нашего города. В Усть-Куте этот вид спорта пользуется большой популярностью, и во многом этому способствует работа городской федерации настольного тенниса, которая регулярно проводит турниры и объединяет любителей динамичной игры.

– К нам приехали спортсмены из Усть-Илимска, Железногорска, Нии. Традиционно участвуют представители ИНК. Много детей, это особенно радует, – рассказывает **Андрей Серкин, председатель федерации настолько тенниса г. Усть Кута**.

Клуб любителей настольного тенниса существует уже более десяти лет. Здесь собираются люди разных возрастов, которых объединяет любовь к этому виду спорта. Участники клуба не только играют сами, но и стараются привлекать к настольному теннису новых людей, рассказывая о нём не только в Усть-Куте, но и в других городах Иркутской области. Ведь для этой игры практически нет возрастных ограничений: взять в руки ракетку и мяч можно и в детстве, и в зрелые годы. А регулярные занятия помогают поддерживать активность и укреплять здоровье.

Сергей Артёмчик из Железногорска-Илимского занимается настольными теннисом почти полвека. За это время спорт стал для него не просто увлечением, но и возможностью встречаться с единомышленниками, путешествовать и находить новых друзей. Сергей отмечает, что настольный теннис привлекает его зрелищностью, интересной игрой и доступностью. А поездки на соревнования позволяют разнообразить досуг и проводить время активно.

Особенно отрадно видеть детей, которые уже добиваются заметных успехов в настольном теннисе. С каждым занятием они совершенствуют свои навыки, становятся увереннее и с интересом участвуют в соревнованиях. Их достижения – хорошая мотивация для тех, кто только начинает свой спортивный путь.

Развитие настольного тенниса в Усть-Куте может получить новый импульс. Андрей Серкин стал председателем Общественной палаты Усть-Кутского района II созыва. Теперь развитию спортивной жизни нашей территории планируется уделять еще больше внимания. Важную роль в этом играет и районная администрация, которая оказывает поддержку спортивным инициативам.

– Я бы хотел поблагодарить нашу районную администрацию и мэра Усть-Кутского муниципального образования Сергея Анисимова за поддержку. Каждый год наш клуб участвует в конкурсах и выигрывает не менее 150 тысяч рублей. Эти средства направляем на развитие. У нас уже есть четыре хороших стола, игровые и тренировочные мячи, борта, судейский столик, – говорит Андрей Серкин.

Сегодня у настольного тенниса в Усть-Куте есть не только своя история, но и возможности для дальнейшего развития. Новые турниры, юные спортсмены и интерес жителей помогают этому виду спорта оставаться востребованным. А значит, впереди ещё немало интересных встреч, ярких партий и новых спортивных достижений.

Олеся Козлова

Свобода звука

Вокальное искусство – это не просто умение попадать в ноты. За красивым звучанием стоят работа всего организма, контроль дыхания, координация мышц голосового аппарата и, конечно, эмоциональная отдача. При этом научиться петь можно в любом возрасте. Однако в небольших городах возможности для взрослых учеников зачастую ограничены: музыкальные школы и творческие объединения преимущественно ориентированы на детей, а взрослые нередко откладывают свои желания на потом, считая, что начинать уже поздно.





В октябре 2026 года на базе РКДЦ «Магистраль» в Усть-Куте открылось эстрадно-джазовое направление для взрослой аудитории. Певица и педагог по вокалу Таина Андреевна Курганова рассказала о своём творческом пути, особенностях обучения взрослых, преодолении психологических барьеров и тонкостях работы с голосом.

От музыкальной школы до эстрадно-джазового вокала

Музыкальный путь Таины начался в пять лет в стенах РКДЦ «Магистраль». Позже она продолжила обучение в Усть-Кутской детской школе искусств по классу фортепиано. Педагог с теплотой вспоминает годы музыкальной подготовки и отмечает высокий уровень местного академического образования:



большое внимание уделялось разбору музыкальных партий, распевкам и сольфеджио.

После окончания одиннадцати классов Таина решила связать свою жизнь с музыкой и поступила на направление эстрадно-джазового вокала. Сейчас она продолжает профильное обучение, по окончании которого получит квалификацию профессионального артиста.

Официальная педагогическая деятельность в ДК «Магистраль» началась в октябре этого года, однако частной практикой со взрослыми учениками специалист занимается уже два года. За это время сформировался постоянный круг из девяти-десяти человек. На занятия приглашают подростков от 14 лет и взрослых, в том числе людей в возрасте 40-60 лет. Предварительное музыкальное образование здесь не является обязательным условием: главное – желание научиться петь.

Голос начинается с уверенности в себе

По словам Таины, работать со взрослой аудиторией ей особенно интересно. Зрелые ученики быстрее осознают особенности собственного тела, понимают назначение упражнений и учатся управлять голосовым аппаратом. Однако главным препятствием нередко становится не отсутствие музыкального слуха или опыта, а психологическая скованность.

Многие приходят на занятия с убеждением, что совершенно не умеют петь. Иногда за этой неуверенностью стоят детские воспоминания: кому-то запрещали громко разговаривать, кому-то говорили, что он поёт неправильно. Со временем подобные установки могут перерасти в привычку сдерживать собственный голос.

– Процесс обучения неразрывно связан с психологией. Часто человеку в детстве постоянно говорили, что нужно быть тише. Из-за этого может сформироваться привычка сдерживать голос. Взрослый человек начинает подсознательно бояться громко издать звук в пространстве, его голосовой аппарат находится в постоянном напряжении. С помощью тренировок, дыхательных практик и регулярных распевок эти зажимы постепенно уходят. Педагогу по вокалу приходится в некоторой степени быть и психологом, чтобы помочь человеку раскрыться, – рассказывает **Таина Курганова**.

Распевка – обязательная часть занятий

Прежде чем приступить к исполнению песни, необходимо подготовить голосовой аппарат. Распевку можно сравнить со спортивной разминкой: она помогает постепенно включить в работу мышцы и подготовить голос к нагрузке. Пренебрегать этим этапом не стоит, поскольку неподготовленное исполнение может привести к перенапряжению.

Во время распевок ученики отрабатывают интонацию, вокальные приёмы и мелизмы – небольшие мелодические украшения, которые делают исполнение выразительнее. В своей практике Таина использует джазовые распевки, многие из которых придумывает самостоятельно, адаптируя под себя и задачи учеников.

Не менее важна повседневная забота о голосе. Вокалистам рекомендуется избегать пения без предварительной подготовки, переохлаждения области шеи, курения и всего, что может раздражать горло. Педагог также развеивает распространённый миф о пользе сырых яиц для улучшения тембра: особого воздействия на голос они не оказывают. Красивое звучание достигается прежде всего регулярной работой и правильной техникой.

Дыхание, опора и эмоциональная подача

Одна из основ вокального мастерства – правильное дыхание. Исполнители осваивают диафрагмальную технику, учатся контролировать поток воздуха и распределять его во время пения. Это позволяет поддерживать устойчивость звука, не перегружая гортань и сохраняя ровное звучание на протяжении музыкальной фразы.

От дыхательной техники зависит и характер исполнения. В зависимости от силы выдоха и выбранного приёма можно добиться плотного, насыщенного звучания или мягкого субтона – более воздушной подачи с контролируемым придыханием.

Однако технической подготовки недостаточно. Важно не просто исполнить композицию, но и прожить её, передать слушателю настроение и заложенные в песню чувства. Именно эмоциональная составляющая, по мнению Таины, отличает живое исполнение от механического воспроизведения нот. Даже современные нейросети, способные создавать музыкальные композиции и имитировать голоса, не всегда передают человеческую интонацию, внутреннее переживание и искренний отклик.

У самой Таины есть особая традиция подготовки к концертам: за день до выступления она старается соблюдать режим тотального молчания, чтобы дать голосу отдохнуть и настроиться на выход к аудитории.

В работе с учениками педагог использует и необычные упражнения. Одно из них – пение в планке. Во время выполнения упражнения человек учится сохранять устойчивое положение корпуса и одновременно контролировать дыхание. Так вокальная опора перестаёт быть только теоретическим понятием: ученик может почувствовать, как положение тела влияет на звучание. Начинать рекомендуется с коротких отрезков по 10–20 секунд и простых вокальных задач. Главная цель здесь не физическая выносливость, а развитие контроля над дыханием и телом.

Музыка помогает раскрыться

Для одних вокальные занятия становятся возможностью развить музыкальные способности, для других – способом исполнить давнюю мечту или найти новое увлечение. Но независимо от первоначальной цели важно не бояться первых шагов. Отсутствие музыкального образования и прежнего сценического опыта не должны становиться препятствием.

– Главное – это желание развиваться и не замыкаться в себе. Приходите петь, не бойтесь и не стесняйтесь. Даже если человек пришёл на занятия глубоко замкнутым, музыка помогает ему постепенно раскрыться, – заключает Таина Курганова.

Возможно, именно с первого неуверенного звука начинается путь не только к вокальному мастерству, но и к большей свободе самовыражения.

Ирина Дякив
Фото из архива Таины Кургановой



Живая история: Усть-Кутскому комсомолу – 105 лет



2 мая 1974 год

105 лет назад началась история, которая навсегда объединила несколько поколений усть-кутян. Местное отделение ветеранов комсомола в Усть-Куте – это не просто дань памяти прошлому, а живое общественное движение. Его участники бережно хранят воспоминания о времени, когда молодость, романтика и трудовой энтузиазм помогали строить и менять облик не только Усть-Кута, но и всей Иркутской области, и страны в целом.

От первых девяти сердец

Мало кто знает, с чего начиналась история молодёжного движения на нашей земле. А ведь первые комсомольские организации Иркутской губернии создавались в непростых условиях – после разгрома Колчака и установления советской власти в начале 1920-х годов.

Киренская газета «Серп» в рубрике «Письма из деревни» сообщила историческую новость: «5 декабря 1920 года организовался Коммунистический Союз молодежи из девяти человек на территории Усть-Кутской волости». Примечательно, что в число первых активистов сразу вошли две девушки. В честь этого события вечером того же дня состоялся воскресник, а затем молодёжь собственными силами поставила спектакль, который собрал 150 зрителей. Для отдалённой сибирской глубинки это стало настоящим культурным событием.

Под влиянием первых активистов постепенно менялось сознание сельской молодёжи: люди всё больше тянулись к знаниям и новой жизни. Если в 1920 году движение начиналось всего с девяти человек, то уже к 1928 году в районе действовали 28 комсомольских ячеек. За один год в союз вступил 171 человек. К 1938 году количество ячеек увеличилось до 38, а общая численность комсомольцев достигла 445 человек.

Романтика и труд довоенных лет

Комсомольцы 1930-х годов не боялись никакой работы и брались за самые амбициозные задачи. Они активно участвовали в масштабном сборе средств на строительство Военно-Морского и Воздушного флота страны. Каждая ячейка выделяла на эти цели не менее десяти рублей – по тем временам это была ощутимая сумма. Молодые люди боролись с безграмотностью, проводили митинги, собирали средства на создание клубов и народных домов.

Порой активистам приходилось сталкиваться и с сопротивлением старого уклада. Так, назаровские комсомольцы организовали спектакль, а собранные 208 рублей целиком направили на оборудование собственного клуба. А допризывники Орлинской волости пошли ещё дальше: они поставили смелую антирелигиозную пьесу «Сокращение штатов». Постановка настолько возмутила местного священника, что он даже обратился к властям с жалобой на её организаторов. Однако, как сообщала местная газета, сочувствия его обращение не встретило.

Важной частью работы комсомольцев стало создание пионерских отрядов. В 1925 году Киренский уездный комитет комсомола выдвинул известный лозунг: «На каждого комсомольца – пионер». И результат превзошёл ожидания: уже в 1926 году уездная пионерская организация насчитывала 720 ребят.

Большую помощь в просветительской и воспитательной работе оказывали демобилизованные красноармейцы. Возвращаясь в родные деревни, они собирали молодёжь, проводили беседы и агитировали крестьян вступать в кооперативы. В 1927 году в Усть-Куте было создано районное детское бюро, которое возглавило работу пионерской организации. Школьники также не оставались в стороне: они первыми вызвались помочь с досрочной сдачей сельскохозяйственного налога, укрепляя авторитет комсомола среди крестьян.

Военный подвиг и послевоенный рассвет

Великая Отечественная война стала самым суровым испытанием для жителей Усть-Кутского района. Комсомольцы проявили себя как настоящие бойцы – и на фронте, и в тылу. Из 455 человек, состоявших в районных комсомольских организациях, 300 молодых людей ушли на фронт. За годы войны в ряды ВЛКСМ приняли ещё 235 человек. Молодые ребята становились достойной сменой ушедшим старшим братьям и отцам, продолжая трудиться и выполнять важные задачи в тылу.

Послевоенные десятилетия стали эпохой большого созидания. Одним из самых масштабных событий, определивших жизнь региона, стало строительство Байкало-Амурской магистрали. В 1975 году, в разгар этой грандиозной стройки, в Усть-Куте насчитывалось около семи тысяч комсомольцев, объединённых в 62 организации. К 1980 году движение достигло ещё большего размаха: действовали уже 72 организации, а численность участников превышала семь тысяч человек.

Но за каждой такой цифрой стоят не просто статистические данные, а судьбы людей, которые посвятили комсомолу и труду значительную часть своей жизни. Воспоминаниями об этом времени поделилась Людмила Григорьевна Приходько:

– Я училась в школе № 9, раньше она была школой № 98. У нас были старшие ребята, которые готовили пионеров к вступлению в комсомол. И уже в 19 лет я сама подала заявление в ряды комсомола.

Мама как-то посоветовала мне пойти на строительство. Я тогда училась в Ангарске, окончила ГПТУ № 15 по профессии отделочника. После этого нас направили на четырёхлетнюю отработку в Байкальск. Мы строили комсомольский город, где раньше располагался завод. Отработав четыре года, я вышла замуж, у меня была комсомольская свадьба, родился сын, и я вернулась обратно сюда.



Усть-Кутская комсомольская ячейка, 20-е годы

Затем поступила в СМП-286. Работала отделочником, потом бригадиром. А после окончания Иркутского техникума транспортного строительства перешла в лабораторию качества. Вся моя дальнейшая жизнь была связана с контролем качества строительных материалов и выполняемых работ на Западном участке БАМа.

В 1980 году организовался «ЛЕНАБАМстрой». На базе лаборатории нам поручили развить сеть лабораторного контроля по всем подразделениям вплоть до Северобайкальска. Это был наш Западный участок БАМа.

Мы с удовольствием вспоминаем те годы. Нам кажется, что раньше качество и материалов, и выполняемых работ было гораздо лучше. Конечно, сейчас появились инновационные методы, но и у нас было много интересного. Мы постоянно проводили конкурсы не только по качеству, но и по строительным профессиям – конкурсы профессионального мастерства.

Мы неизменно оставались верны своей профессии. Даже когда нам предлагали более оплачиваемую работу, всё равно продолжали трудиться на БАМе, а затем в «ЛЕНАБАМстрое» – вплоть до выхода на пенсию.

В строю и сегодня: ветераны продолжают общественную работу

Комсомольская история для многих усть-кутян не закончилась вместе с молодостью. Сегодня ветераны-комсомольцы продолжают активно участвовать в общественной жизни района, поддерживать инициативы и помогать тем, кто нуждается в поддержке. В частности, им удалось собрать денежные средства, которые были переданы в помощь гражданам, мобилизованным в Вооружённые силы Российской Федерации.

29 октября 2005 года ветераны комсомола объединились в новое общественное движение. В его состав вошли представители самых разных профессий и сфер деятельности: речники, медики, преподаватели, авиаторы, работники автопредприятий и бюджетной сферы. На встречу были приглашены руководители города и представители общественных организаций.

Председатель местного отделения регионального общественного движения «Ветераны комсомола» Ольга Александровна Яковенко отмечает, что организация объединила людей, которые, несмотря на возраст, сохранили активную жизненную позицию и желание быть полезными обществу.

Ветераны считают, что их опыт может стать хорошим примером для молодого поколения. Ведь за плечами этих людей – годы труда, большие стройки, общественная деятельность и события, которые навсегда остались частью истории города.

Как сказал Владимир Петрович Сенин, почётный гражданин города Усть-Кута: «Нашей молодёжи, той, что даже не представляет, что такое комсомольское собрание, есть чему учиться у этих умудрённых богатым жизненным опытом, но оставшихся в душе молодыми, энергичными и активными людей».

Сегодня, спустя 105 лет после создания первой комсомольской организации в Усть-Кутской волости, её история продолжает жить в воспоминаниях ветеранов, семейных архивах и делах тех, кто не привык оставаться в стороне. Меняются эпохи, поколения и обстоятельства, но неизменными остаются стремление быть полезными, готовность трудиться ради общего дела и желание менять жизнь вокруг себя к лучшему. Именно эти ценности ветераны комсомола стараются сохранить и передать молодёжи. Ведь история города складывается не только из дат и событий, но прежде всего из судеб людей, которые её создавали.


«Нашей молодежи, той, что даже не представляет, что такое комсомольское собрание, есть чему учиться у этих умудрённых богатым жизненным опытом, но оставшихся в душе молодыми, энергичными и активными, людей.»
В. Сенин 29 октября 2025

Ирина Дякив

ПАТРИОТИЗМ

День призывника в молодёжном центре «БАМ»

30 октября в молодёжном центре «БАМ» состоялось торжественное мероприятие, посвящённое Всероссийскому дню призывника.



С напутственными словами к будущим защитникам Отечества обратились почётные гости:

- Мэр Усть-Кутского муниципального образования Сергей Геннадьевич Анисимов;
- Военный комиссар Усть-Кутского, Киренского и Катангского районов – майор Владимир Владимирович Садыков
- Начальник Усть-Кутского учебно-спортивного центра ДОСААФ России Виктор Петрович Богданов;
- Участники специальной военной операции и ветераны боевых действий Юрий Владимирович Горбунов и Данил Алексеевич Сидорко.

Они пожелали ребятам стойкости духа, надёжных сослуживцев, верности воинскому долгу и скорейшего возвращения домой к родным и близким.

После официальной части для участников подготовили практическую программу: ребята познакомились с неполной сборкой и разборкой учебного макета автомата Калашникова АК-74, а также отточили меткость в интерактивном тире. Все этапы прошли под руководством опытных инструкторов и с соблюдением правил безопасности.

Благодарим гостей за поддержку, а будущих бойцов – за активность и твёрдый характер. Желаем призывникам крепкого здоровья, уверенности в своих силах и лёгкой службы!

ДИАЛОГ

От вопросов к решениям: как прошёл диалог с Татьяной Молостовой!

29 октября в РКДЦ «Магистраль» прошёл открытый диалог молодёжи с депутатом Законодательного Собрания Иркутской области и директором ООО «Усть-Кутский газоперерабатывающий завод» Татьяной Николаевной Молостовой.

Почётными гостями мероприятия стали Сергей Геннадьевич Анисимов, мэр Усть-Кутского муниципального образования, председатель Думы Усть-Кутского муниципального образования Александр Измайлович Красноштанов и ветеран СВО Данил Сидорко. Разговор получился живым и честным: студенты, специалисты и выпускники собрались, чтобы обсудить будущее, которое хочется строить здесь, дома.

О чём говорили?

- **Профориентация**: где искать работу в районе и как попасть на производство (в том числе на ГПЗ) без блата?
- **Карьерный рост**: как не застрять на первой ступени и получить повышение?
- **Остановка оттока**: что заставит выпускников остаться? Татьяна Николаевна рассказала о перспективах ГПЗ и специалистах, которые будут нужны городу в ближайшие 5–10 лет.

Что решили?

Это был не скучный доклад, а живой мозговой штурм. Молодёжь узнала о реальных программах поддержки, о которых раньше не слышала. Прозвучали идеи по развитию города, которые Татьяна Николаевна взяла в работу для обсуждения в профильных комитетах. Участники поняли, как влиять на развитие города через общественные советы, не уезжая из него.

Такие встречи – это реальный мост между поколениями. Когда депутат ЗС отвечает на вопросы без заготовленных бумажек – это и есть настоящая молодёжная политика.

Мероприятие организовано в рамках программы комплексного развития молодёжной политики «Регион для молодых» национального проекта «Молодёжь и дети», реализуемой Федеральным агентством по делам молодёжи по поручению Президента России Владимира Путина, при поддержке Губернатора Иркутской области и министерства по молодёжной политике Иркутской области.

Огромное спасибо Татьяне Николаевне Молостовой за честность. Спасибо всем, кто пришёл и не побоялся спросить. Диалог начат – решения впереди!



ЭКСКУРСИЯ

Эра полимера: Железногорск-Илимский на Иркутском заводе

На днях Иркутский завод полимеров (ИЗП) принял особую делегацию – к нам приехали молодые и перспективные ребята из Железногорска-Илимского!

Для гостей провели полноценную экскурсию по предприятию. Молодёжь увидела, как устроено одно из самых современных производств региона изнутри: от сложных технологических цепочек до строгих стандартов безопасности.

В завершение визита каждый участник получил памятные подарки, а также заряд мотивации и представление о реалиях работы на высокотехнологичном производстве.

Но завод стал лишь первой точкой маршрута. Сразу после знакомства с производством для железногорской делегации организовали презентацию нового Дома молодёжи. Ребята увидели современные пространства для творчества, коворкинга и развития собственных проектов.

Мероприятие организовано в рамках программы комплексного развития молодёжной политики «Регион для молодых» национального проекта «Молодёжь и дети», реализуемой Федеральным агентством по делам молодёжи по поручению Президента России Владимира Путина, при поддержке Губернатора Иркутской области и министерства по молодёжной политике Иркутской области.

Но даже без десятков памятных кадров поездка подарила всем участникам незабываемые впечатления на всю жизнь.

МЕРОПРИЯТИЯ

Цикл мастер-классов по швейному мастерству подошел к концу!

Мы побывали в общеобразовательной школе №9, а также пригласили гостей в наш Молодежный центр и провели серию творческих мастер-классов по раскройке и шитью. Вместе с ребятами шаг за шагом прошли весь путь – от первых замеров до финальных стежков.

Мероприятие организовано в рамках программы комплексного развития молодежной политики «Регион для молодых» национального проекта «Молодёжь и дети», реализуемой Федеральным агентством по делам молодёжи по поручению Президента России Владимира Путина, при поддержке Губернатора Иркутской области и министерства по молодёжной политике Иркутской области.

На занятиях школьники учились работать с тканью, осваивали базовые приёмы раскроя, пробовали разные виды швов и узнавали, как правильно обращаться с инструментами. А главным итогом стали стильные и практичные шопперы, которые ребята создали практически с нуля – и это по-настоящему крутые результаты!

Финальный аккорд: технологии вместо учебника

На этом магия не закончилась! После создания своих шопперов ребятам продемонстрировали принцип работы ЧПУ машины.

Это был настоящий вау-эффект: участники увидели, как цифровые технологии управляют производством. А затем каждому из них предложили забрендировать свои шопперы любым дизайном! Ребята сами выбирали надписи, логотипы и рисунки, которые ЧПУ-станок наносил на их изделия. Так обычная тканевая сумка превратилась в эксклюзивный мерч, созданный по собственному эскизу.

Шитьё – это не только про результат, но и про процесс: про терпение, внимание к деталям и удовольствие от создания чего-то своими руками. Надеемся, что эти мастер-классы вдохновили кого-то на новые творческие проекты и показали, как ремесло встречается с высокими технологиями! За серию мастер-классов проект объединил около 500 участников.

Спасибо всем ребятам за вовлечённость, старание и творческий подход! Отдельная благодарность педагогам и администрациям школ за тёплый приём и поддержку. Будем ждать вас на наших новых мероприятиях!

Цикл мастер-классов по мультипликации!

Весь прошедший месяц, каждый четверг и пятницу, на базе Центра дополнительного образования города Усть-Кут специалисты нашего центра проводили серию практических мастер-классов для старшеклассников школ № 6 и № 8. Мероприятие стало финальным и самым ответственным этапом большого цикла в рамках «Региона для молодых» (РДМ) : готовые, ярко раскрашенные, вырезанные по контуру и собранные на братцы персонажи, а также живописные фоны подготовили художники с предыдущего мастер-класса по изобразительному искусству, который также проходил в рамках РДМ.

Мероприятие организовано в рамках программы комплексного развития молодежной политики «Регион для молодых» национального проекта «Молодёжь и дети», реализуемой Федеральным агентством по делам молодёжи по поручению Президента России Владимира Путина, при поддержке Губернатора Иркутской области и министерства по молодёжной политике Иркутской области.

В рамках этого цикла к проекту присоединились около 300 молодых людей, которые погрузились в мир покадровой анимации.

Главная задача мастер-классов была максимально прикладной: взять абсолютно готовых кукол и декорации и впервые в истории проекта заставить их по-настоящему жить в кадре.

Как это было?

Под руководством наставников участники погрузились в тонкости покадровой съемки:

Работа с мультстанком. Ребята учились работать с профессиональным оборудованием: правильно выставлять свет, чтобы не было теней от штанг, закреплять фоны и устанавливать камеры. Это база, без которой качественная анимация невозможна.

Искусство оживления. Участники брали уже готовых шарнирных персонажей и учились их анимировать. Старшеклассники на практике осваивали основы тайминга и спейсинга: на сколько миллиметров нужно передвинуть руку героя, чтобы шаг выглядел естественным, как показать микровыражение лица при повороте головы, как передать вес и инерцию бумажного тела.

Постановка сцены. Ребята самостоятельно монтировали мизансцены: закрепляли фон, расставляли декорации и выводили героев в начальную точку движения, следя за тем, чтобы в кадре сохранялась композиция.

За этот месяц кабинеты ЦДО превратились в настоящую действующую анимационную студию. Процесс оказался невероятно медитативным и сложным: одно неловкое движение – и персонаж падает, или в кадре появляется случайная тень, и сцену приходится переснимать. Но ребята справились блестяще, почувствовав себя настоящими кукловодами. Регулярные встречи по четвергам и пятницам позволили не просто освоить базу, но и довести движения героев до автоматизма.

Огромное спасибо администрации и педагогам школ № 6 и № 8 за то, что направили своих ребят, а также руководству ЦДО за гостеприимство и идеальную организацию пространства на протяжении всего месяца. Отдельная благодарность старшеклассникам: вы подошли к работе с невероятной концентрацией, терпением и твердостью руки!

Что дальше?

Весь отснятый материал – сотни готовых кадров с движением ваших героев – уже передан в монтажный цех нашего центра. Впереди технический этап: сборка аниматика, чистка материала, цифровая обработка, монтаж и сведение звука.

Главная ценность этого проекта – именно ваш труд. Благодаря этим мастер-классам у нас есть не просто набор рисунков, а живой, движущийся мультфильм. Как только финальный монтаж будет завершен, мы обязательно пригласим всех участников на закрытый премьерный показ, где каждый увидит результат своей точной работы!

Следите за нашими новостями, скоро покажем первые рабочие дубли!

ПЯТНИЦА, 13 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
09:00 «Музыкальное сердце театра». Крупным планом» (16+).
09:30 «Здравый подход» (16+).
10:00 «Все дозволено» 75 и 76 серии (16+).
12:00 «Это нормально» (16+).
13:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
13:30 «9 этаж» (12+).
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
14:00 «Музыкальное сердце театра». Крупным планом» (16+).
14:30 «Измена» 6 серия (16+).
15:25 «Богатые тоже плачут» 53 и 54 серии (16+).
17:00 «Нефритовая черепаха»1 и 2 серии (16+).
19:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Все дозволено» 77 и 78 серии (16+).
22:00 «Нефритовая черепаха» 3 и 4 серии (16+).
00:00 «Музыкальное сердце театра». Крупным планом» (16+).
00:30 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
01:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).
02:00 Студия «ПИРС» представляет: «Не по плану». Вадим Адамов (16+).
03:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).
04:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 53 и 54 серии (16+).
05:35 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 77 и 78 серии (16+).
07:30 «Мама в деле» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
13.30 «ПРАЗДНИКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.
21.00 «Комеди Клаб» (16+). Юмористическая программа.
23.00 Премьера. «Однажды в России». Гость Ида Галич (16+). Юмористическая программа.
0.00 Премьера. «Идеальное ограбление» (16+). Программа.
1.40 «Хочу на ТНТ» (16+). Программа.
3.25 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
4.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.45 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.35 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
7.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.

5.00 Телеканал «Доброе утро»
9.00 Новости
9.05 «Модный приговор» (0+)
9.55 «Жить здорово!» (16+)
10.40 «Время покажет» (16+)
11.10 «Большая игра» (16+)
12.00 Новости
12.05 «Большая игра» (16+)
12.25 «Время покажет» (16+)
13.40 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.25 «Большая игра» (16+)
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.20 «Время покажет» (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.35 «Время покажет» (16+)
19.45 «Поле чудес» (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Голос. Дети». Новый сезон (0+)
23.25 Премьера. «Лиля Брик. Муза. Святая. Ведьма» (16+)
0.35 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 6.00

05:00 «Утро России».
05:06-05:08, 05:36-05:38, 06:06-06:08, 06:36-06:38, 07:06-07:08, 07:36-07:38, 08:06-08:08, 08:36-08:38-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:00 ВЕСТИ.
09:30 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
12:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ПРЕМЬЕРА. Владимир Жеребцов, Леонид Каневский и Мария Берсенева в детективном сериале «Райский. Продолжение». [16+]
16:30 ВЕСТИ.
17:00 «Малахов».[16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
19:05 ПРЕМЬЕРА. «Предательство. Расходный материал». Фильм Андрея Медведева.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:10 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:30 ПРЕМЬЕРА. «Нука, все вместе!». [12+]
23:55 «Истории Большой Страны».[12+]
00:55 Пелагея Невзорова, Олег Загородний, Сергей Баталов и Екатерина Травова в фильме «Радуга в поднебесье». [12+]
до 04:20

6.10 «ЗЕЛЕНЫЕ ЦЕПОЧКИ». Художественный фильм («Ленфильм», 1970) (6+).
8.10 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». Художественный фильм («Мосфильм», 1974) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
10.00 Новости дня (16+).
10.25 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». Художественный фильм («Мосфильм», 1974) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
10.55 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». Художественный фильм («Мосфильм», 1953) (12+) (Со скрытыми субтитрами).
14.00 Новости дня (16+).
14.45 «МАЙОР ВЕТРОВ». Телесериал (Беларусь, Россия, 2007). (16+).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «СИНДРОМ ШАХМАТИСТА». Телесериал (Россия, 2013). (16+) (Со скрытыми субтитрами).
23.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+).
0.30 «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». Художественный фильм (к/ст. им. М. Горького, 1986) (12+).
2.00 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ». Художественный фильм (к/ст. им. М. Горького, 1951) (12+).
3.50 «ПОДКИДЫШ». Художественный фильм («Мосфильм», 1939) (6+) (Со скрытыми субтитрами).
5.00 «МАКСИМКА». Художественный фильм (СССР, 1952) (6+) (Со скрытыми субтитрами).
6.15 «Москва - фронту». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).

7.00 «Сегодня».
7.25 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).
10.25 «Человек в праве с Андреем Куницыным» (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 «Первая передача» (16+).
12.10 Сериал «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ» / стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 «Место встречи» (16+).
17.00 «Сегодня».
17.50 «ДНК» (16+).
18.55 «Жди меня» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Сериал «ОГОНЬ» /стерео/ (16+).
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).
1.20 «Своя правда» с Романом Бабаяном (16+).
3.10 «Квартирный вопрос» (0+).
4.05 Игорь Лифанов в детективе «НАВОДЧИЦА» /стерео/ (16+). До 7.00.

6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
7.30 «Маша и Медведь» (0+). Мультсериал.
8.55 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
10.00 Субтитры. «Шоу «Уральские пельмени» (16+)
20.30 «Шоу «Уральские пельмени». Курьерный рост (16+). Премьера.
22.00 «Шоу «Уральские пельмени» (16+)



СУББОТА, 14 НОЯБРЯ

08:00 «Классики» (12+).
10:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 77 и 78 серии (16+).
12:00 «НЛП. Дети» (12+).
13:00 «Мама в деле» (16+).
13:30 «9 этаж. Главное за неделю» (12+).
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
14:00 «Классики» (12+).
15:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 49-53 серии (16+).
19:00 «Мама в деле» (16+).
20:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 79 и 80 серии (16+).
22:00 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 5 и 6 серии (16+).
23:30 «Мама в деле» (16+).
00:00 «ПРО КИНО» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» (т/с, Мексика, 2024-2025 гг.), 17 серия (16+).
01:50 «ПРО КИНО» (16+).
03:40 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 5 и 6 серии (16+).
05:25 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 79 и 80 серии (16+).
07:00 Студия ПИРС представляет: «Не по плану». Ваня Чебанов (16+).

8.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
8.20 «Идеальное ограбление» (16+). Программа.
10.00 Премьера. «Время завтрака» (16+). Программа.
10.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С субтитрами.
19.30 Премьера. «Экстрасенсы. Реванш» (16+). Программа.
22.00 Премьера. «Хочу на ТНТ» (16+). Программа.
0.00 Премьера. «Женский стендап» (18+). Программа.
1.00 «Титаны» (16+). Программа.
3.50 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
4.40 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.15 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
7.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.

6.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
9.00 «Умницы и умники» (12+)
9.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00 Новости
10.15 «Лиля Брик. Муза. Святая. Ведьма» (16+)
11.10 «Вспомнить всё» (12+)
12.00 Новости
12.15 «Поехали!» (12+)
13.20 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2026. Этап IV. Короткая программа. Произвольная программа (0+)
14.50 Премьера. «Формула преступления». Многосерийный фильм (12+)
16.55 «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Сегодня вечером» (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига (16+)
23.55 К 205-летию со дня рождения Фёдора Достоевского. «Между адом и раем» (16+)
1.20 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 6.00

05:00 «Утро России. Суббота».
08:00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА.
08:35 «По секрету всему свету».
09:00 «Формула еды». [12+]
09:25 «Пятеро на одного».
10:10 «Сто к одному». Телеигра.
11:00 ВЕСТИ.
11:30 ПРЕМЬЕРА. «Наши. Военкоры».[12+]
12:00 «Доктор Мясников». Медицинская программа.[12+]
13:00 «Большие перемены».
04:00 ВЕСТИ.
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:50 ПРЕМЬЕРА. «Юмор! Юмор! Юмор!!!». Программа Евгения Петросяна. [16+]
17:00 ВЕСТИ.
17:50 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
20:50 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:00 ПРЕМЬЕРА. Марина Митрофанова и Кирилл Запорожский в фильме «Приёмная мама». [16+]
00:40 Николай Денисов, Елена Алфёрова, Никита Лобанов, Лариса Удовиченко и Сергей Астахов в фильме «Жилищный вопрос». [16+]
04:05 Эмилия Спивак и Алексей Зубков в фильме «Жила-была Любовь». [12+]
до 05:45

6.35 «САДКО». Художественный фильм (6+) (Со скрытыми субтитрами).
8.20 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ...» Художественный фильм (6+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным» (12+).
11.00 «Не факт!» (12+).
11.30 «Народный ВПК». Документальный сериал (12+) (Со скрытыми субтитрами).
12.00 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ». Худ/ф (6+).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «ЗОЛОТАЯ МИНА». Худ/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).
17.20 «ОПЕРАЦИЯ «НЕМАН». Т/с (16+) (Со скрытыми субтитрами).
19.00 Новости дня (16+).
19.20 «ОПЕРАЦИЯ «НЕМАН». Т/с. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
23.00 «Фетисов». Ток-шоу (12+).
23.50 «Военное образование. С учетом боевого опыта». Док/с. (16+).
0.45 «ВЕСЕННИЙ ПРИЗЫВ». Художественный фильм (12+).
2.30 «БАРМЕН ИЗ «ЗОЛОТОГО ЯКОРЯ». Художественный фильм (12+).
3.45 «ИЛЬЯ МУРОМЕЦ». Художественный фильм («Мосфильм», 1956) (6+).
5.15 «Москва - фронту». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
5.40 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». Художественный фильм («Мосфильм», 1955) (12+) (Со скрытыми субтитрами).

7.00 «Жди меня» (16+).
7.55 «Первая передача» (16+).
8.25 «Смотр» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.20 «Поедем, поедим!» (16+).
10.20 «Едим дома» (0+).
11.00 «Сегодня».
11.20 «Главная дорога» (16+).
12.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым (12+).
13.00 «Квартирный вопрос» (0+).
14.00 «Сатья» (16+).
15.00 «Однажды...» (16+).
16.00 «Своя игра» (0+).
17.00 «Сегодня».
17.20 «ЧП. Расследование» (16+).
18.00 «Следствие вели...» (16+).
19.00 «Криминальная Россия. Самые громкие преступления» (16+).
20.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым.
21.20 «Ты не поверишь!» (16+).
22.20 «ВИА «Суперстар!». Новый сезон /стерео/ (16+).
2.15 «Квартирник НТВ у Маргулиса». Шоу «Мурзилки Live» на «Авторадио» / стерео/ (16+).
3.50 «Дачный ответ» (0+).
4.45 Елена Захарова, Александр Ефимов, Ольга Ефремова в комедии «УДАЧНЫЙ ОБМЕН» (16+).
6.10 «Криминальная Россия. Самые громкие преступления» (16+). До 7.00.

7.05 Субтитры. «Шоу «Уральские пельмени» (16+)
9.50 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
11.00 «100 мест, где поесть». (16+). Кулинарное тревел-шоу. Премьера.
12.00 «Две стороны одной страны» (16+). Тревел-шоу. Премьера.
13.00 «Мне туда надо» (16+). Научно-познавательное тревел-шоу. Премьера.
14.00 Чем заняться в выходные? (16+) Лайфстайл тележурнал. Премьера
14.30 «Три острова» (16+). Приключенческое шоу
17.55 Субтитры. «ЯГА И КНИГА ЗАКЛИНАНИЙ» (6+). Полнометражный анимационный фильм.
19.55 «ТРИ БОГАТЫРЯ И МОРСКОЙ ЦАРЬ» (6+). Полнометражный анимационный фильм.
21.30 «ТРИ БОГАТЫРЯ И ПРИНЦЕССА ЕГИПТА» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2017 г.
23.00 «ТРИ БОГАТЫРЯ И НАСЛЕДНИЦА ПРЕСТОЛА» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2018 г.
0.40 «ПАРА ИЗ БУДУЩЕГО» (12+). Комедийная мелодрама. Россия, 2021 г.
2.40 «БАРМЕН» (16+). Мистическая комедия. Россия, 2015 г.
4.05 Субтитры. «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+). Комедия. Россия, 2018 г.
5.40 Субтитры. «ПАНДА ИЗ КОСМОСА» (12+). Фантастическая комедия. Китай, 2022 г.

*** Знаком информационной продукции не отмечены программы, выходящие в прямом эфире или для лиц, не достигших шестилетнего возраста.**

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 НОЯБРЯ

08:00 Студия «ПИРС» представляет: «Не по плану». Вадим Адамов (16+).
09:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
10:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 79 и 80 серии (16+).
12:00 «НЛП. Дети» (12+).
13:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
14:00 Студия «ПИРС» представляет: «Не по плану». Вадим Адамов (16+).
15:00 «Богатые тоже плачут» (т/с, Мексика, 1980 г.), 54-58 серии (16+).
19.00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
20:00 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 81 и 82 серии (16+).
22.00 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 7 и 8 серии (16+).
00:00 «ПРО КИНО» (16+).
01:00 «Странное возвращение Дианы Саласар» (т/с, Мексика, 2024-2025 гг.), 18 серия (16+).
01:50 «Нефритовая черепаха» (т/с, Россия, 2020 г.), 3 и 4 серии (16+).
03:40 «Измена» (т/с, Россия, 2011 г.), 7 и 8 серии (16+).
05:30 «Все дозволено» (т/с, Бразилия, 2025 г.), 81 и 82 серии (16+).
07:30 «Мама в деле» (16+).

8.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
10.00 Премьера. «На высоте» (16+). Программа.
10.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
12.30 Премьера. «Предпринималити» (16+). Программа.
13.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
14.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С субтитрами.
16.25 «Экстрасенсы. Реванш» (16+). Программа.
19.00 Премьера. «Звезды в джунглях» (16+). Программа.
22.00 Премьера. «Титаны» (16+). Программа.
0.45 Премьера. «Шоу Воли» (16+). Программа.
2.05 «Идеальное ограбление» (16+). Программа.
3.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.15 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.05 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Программа.
6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
7.40 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.

6.00 Новости
6.10 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
6.55 «Часовой» (12+)
7.25 «Здоровье» (16+)
8.30 «Золотая коллекция Союзмультфильма» (0+)
9.10 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым (12+)
9.30 «Мечталлион». Национальная Лотерея (12+)
10.00 Новости
10.15 «Жизнь своих» (12+)
11.10 «Повара на колесах» (12+)
12.00 Новости
12.15 «Будем жить!» (16+)
13.10 «Видели видео?» (0+)
14.20 «Из дела майора Черкасова. «Палач». Без срока давности» (16+)
15.15 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2026. Этап V. Короткая программа. Заключительный этап (0+)
16.45 Премьера. «MONEYпуляторы. «Развод на любовь - 2» (16+)
18.00 Вечерние новости
19.00 «Точь-в-Точь». Финал (16+)
21.00 «Время»
23.00 «Большая игра» (16+)
0.10 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2026. Этап V. Произвольная программа. Заключительный этап (0+)
1.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
До 4.57

06:05 Глафира Тарханова, Пётр Баранчеев и Кирилл Жандаров в фильме «Счастливый маршрут». [12+]
08:00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ.
08:35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».
09:25 «Утренняя почта с Николаем Басковым».
10:10 «Сто к одному». Телеигра.
11:00 ВЕСТИ.
11:30 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ. Владимир Мединский. «Адмиралы Чичаговы. «Отцы и дети».[12+]
12:55 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым».[12+]
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
15:00 ПРЕМЬЕРА. «Весёлые ребята».[16+]
17:00 ВЕСТИ.
17:50 «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова.[12+]
20:00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ.
22:00 ПРЕМЬЕРА. «КИСЕЛЁВ».
22:30 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН.
23:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]
01:40 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ. Владимир Мединский. «Адмиралы Чичаговы. «Отцы и дети».[12+]
02:55 Глафира Тарханова, Пётр Баранчеев и Кирилл Жандаров в фильме «Счастливый маршрут». [12+]
до 04:30

7.05 «ЗОЛОТАЯ МИНА». Худ/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).
10.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым (16+).
10.25 «Служу России» (12+).
10.55 «Военная приемка» (12+).
11.40 «Мужики» (16+).
12.10 «Легенды армии. Пантеон». Анатолий Квочур. Премьера! (12+).
13.00 «Тайны военной разведки». Док/с (16+) (Со скрытыми субтитрами).
13.45 «Война миров». Документальный сериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
14.45 «По горячим следам» (16+).
15.00 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». Художественный фильм (Россия, 2004) (16+) (Со скрытыми субтитрами).
17.05 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». Художественный фильм (Россия, 2004) (16+) (Со скрытыми субтитрами).
19.00 Главное с Ольгой Беловой (16+).
20.55 «Легенды советского сыска». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
0.25 «СИНДРОМ ШАХМАТИСТА». Телесериал (Россия, 2013). (16+) (Со скрытыми субтитрами).
3.45 «ЗЕЛЕНЫЕ ЦЕПОЧКИ». Художественный фильм («Ленфильм», 1970) (6+).
5.15 «МОРСКОЙ ОХОТНИК». Художественный фильм (СССР, 1954) (12+).

7.00 «ЧП. Расследование» (16+).
7.35 «Центральное телевидение» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.20 «У нас выигрывают!» Лотерейное шоу (12+).
11.00 «Сегодня».
11.20 «Цифровые расследования» (16+).
12.00 «Чудо техники» (12+).
13.00 «Дачный ответ» (0+).
14.00 «НашПотребНадзор» (16+).
15.00 «Однажды...» (16+).
16.00 «Своя игра» (0+).
17.00 «Сегодня».
17.20 «Человек в праве с Андреем Куницыным» (16+).
18.00 «Скандалы. Интриги. Расследования» (16+).
19.00 «Новые русские сенсации» (16+).
20.00 «Итоги недели с Владимиром Чернышевым».
21.20 «Шоу Аватар». Новый сезон /стерео/ (12+).
0.40 «Звезды» (16+).
3.20 «Основано на реальных событиях» (16+).
6.15 «Скандалы. Интриги. Расследования» (16+).
До 7.00.

6.00 Субтитры. ПАНДА ИЗ КОСМОСА (12+) Фантастическая комедия
7.40 «ВОЛШЕБНЫЙ УЧАСТОК» (16+) Фэнтезийный сериал.
9.30 «Две стороны одной страны» (16+). Тревел-шоу
10.30 «Химия жизни» (16+). Научно-популярное шоу. Премьера.
11.30 Давай проверим (16+). Премьера.
12.00 «Бери и делай» (16+). Познавательно-развлекательная программа. Премьера.
12.30 «ТРИ БОГАТЫРЯ И МОРСКОЙ ЦАРЬ» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2016 г.
14.05 «ТРИ БОГАТЫРЯ И ПРИНЦЕССА ЕГИПТА» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2017 г.
15.40 «ТРИ БОГАТЫРЯ И НАСЛЕДНИЦА ПРЕСТОЛА» (6+). Полнометражный анимационный фильм. Россия, 2018 г.
17.30 «Коллекционер» (16+). Развлекательное шоу. Премьера.
19.00 «Три острова» (16+). Приключенческое шоу. Премьера.
22.00 «Форт. Возвращение легенды» (16+). Телеигра. Премьера.
2.35 «Три острова» (16+). Приключенческое шоу
4.50 «МАРУСЯ ФОРЕVA!» (12+). Комедия. Россия, 2021 г.

*** Знаком информационной продукции не отмечены программы, выходящие в прямом эфире или для лиц, не достигших шестилетнего возраста.**

ВНИМАНИЕ НАСЕЛЕНИЮ

Магнитные бури в ноябре 2026 года

Землю ждет череда геомагнитных возмущений в ноябре 2026 года – от слегка неспокойных периодов до бури. Разберемся, как формируются такие явления, когда ждать всплесков активности, чтобы сохранить хорошее самочувствие в неблагоприятные дни.

В ноябре 2026 года ожидаются геомагнитные возмущения. Пик придется на 27-е число.

Что такое магнитные бури и какими бывают

Магнитная буря – это резкое возмущение магнитного поля Земли, которое возникает из-за потоков заряженных частиц от Солнца. Когда на звезде происходят вспышки или выбрасываются огромные облака плазмы, эти потоки достигают планеты и взаимодействуют с ее магнитосферой. В результате привычные параметры магнитного поля меняются, что может ощущаться как шторм в околоземном пространстве.

По силе магнитные возмущения делят на несколько уровней. Например, при слабых бурях заметные эффекты видят в основном приборы и специалисты, а при сильных – возможны сбои в радиосвязи и навигации и ощутимое влияние на самочувствие чувствительных людей.

Неблагоприятные дни в ноябре 2026 года

К наиболее сложным относят периоды, когда магнитосфера заметно возбуждается или происходит полноценная буря. В ноябре 2026 года это:

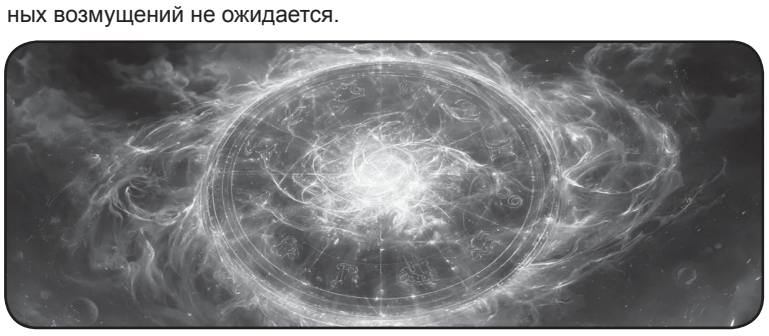
1 ноября, 17-18 ноября, 27 ноября, 28 ноября

В эти даты возможны более заметные эффекты: ухудшение качества радиосвязи, небольшие отклонения в работе спутниковой навигации, а у метеочувствительных людей – перепады самочувствия.

Спокойные дни в ноябре 2026 года

В последнем месяце осени таких периодов прогнозируется достаточно. Среди них – 3−4, 8, 13−15, 20−26 и 30 ноября.

Также предстоит немало дней с умеренно спокойной обстановкой. Среди таких – 2, 5−7, 9−12, 16, 19 и 29 ноября. В эти даты значительных возмущений не ожидается.



Удобно, быстро, безопасно!
Оплачивайте услуги ЖКХ дистанционно!

ЛИЧНЫЙ КАБИНЕТ, МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ «ИРКУТСКЭНЕРГОСБЫТ»	sbyt.irkutskenergo.ru
ЧАТ-БОТ MAX	
САЙТ	sbyt.irkutskenergo.ru
ПЛАТОСФЕРА	
СИСТЕМА ГОРОД	СИСТЕМА ГОРОД
СБЕРБАНК	СБЕР

ИРКУТСКЭНЕРГОСБЫТ
*Оплата до 15 числа месяца, следующего за расчетным

ПРОДАЁМ

КВАРТИРЫ, ДОМА, ДАЧИ, ГАРАЖИ

** 1-комнатную квартиру (Кирова, 28). Срочно!

Тел. 8-963-942-66-20.

(2-2)

** новый дом на Панихинском поле. Участок 15 соток цена 2 млн.

Тел. 8-983-468-29-17.

** кирпичные здание 350 м кв на Кирзаводе с землёй 0,5 га под любой вид деятельности.

Тел. 8-983-468-29-17.

РАЗНОЕ

** горбыль пиленный.

Тел. 8-964-545-79-80.

(3-3)

** клюква.

Тел. 8-914-903-47-19.

(2-5)

** дрова чурками. Горбыль пиленный. Доставка.

Тел. 8-964-228-95-58.

РАБОТА

** в ООО «УК ТК» котельной «Лена-Восточная» требуется электромонтёр, машинист (кочегар), слесарь-ремонтник.

Тел. 8-924-544-30-11,
8-395-65-4-04-02.

(1-2)

МЕНЯЕМ

** 2-комнатную квартиру на «Бетонном» (пятый этаж), на 1-комнатную с доплатой.

Тел. 8-964-105-79-22.

(8-10)

УСЛУГИ

** грузоперевозки (газель тент).

Тел. 8-924-828-47-83,
8-904-151-06-05.

СООБЩЕНИЕ

** открылся первый пункт выдачи корейской компании «ATOMY». Теперь у всех жителей города есть возможность лично познакомиться с продукцией, получить консультацию и стать частью большой команды! Находимся по адресу: **ул. Речников, 45 «А»**. Тел.: **8-950-069-49-40**.

(2-2)

** СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ! Продажа, подбор 20 ноября, 2026 г. ! Санаторий «Эйсейра», ул. Речников, 1а. Работаем с электронными Сертификатами СФР (ФСС).

Запись по тел. 8-902-560-75-78.

(1-2)

** утерянный аттестат на имя Олега Николаевича Григоренко, считать недействительным.

** утерянный диплом № АК 1170295, на имя Елены Юрьевны Гомзяковой, считать недействительным.

** утерянный аттестат, выпуск МОУ СОШ № 1, на имя Виктора Александровича Вершинина, считать недействительным

ПРОИСШЕСТВИЕ

2 ноября в микрорайоне Кирзавод произошел пожар

На момент прибытия первого подразделения частичного огнем была охвачена кровля жилого дома и гараж полностью. Присутствовала угроза распространения пожара. В результате пожара поврежден гараж на площади 24 кв.м., кровля дома на площади 35 кв.м. Общая площадь пожара составила 59 кв.м. Спасено одно строение. Самостоятельно до прибытия пожарных расчетов эвакуировалось 10 человек, погибших и пострадавших нет.



По информации пожарного подразделения предварительная причина возгорания – аварийный режим работы электрической сети.



Уважаемые жители, напоминаем вам, что в период морозов необходимо тщательно следить за проводкой и электрооборудованием. Любые неисправности и перегрузка сетей это самые частые причины пожаров. Своевременно проверяйте состояние проводки, не оставляйте включёнными электроприборы без присмотра и не перегружайте сеть.

ВЫПЛАТЫ

В Иркутской области более 10 тысяч семей получают ежемесячную выплату из материнского капитала

Ее размер равен региональному прожиточному минимуму на ребенка. В 2026 году для семей, проживающих на юге Иркутской области, он составляет 18 207 рублей в месяц, а для жителей северных территорий – 23 679 рублей.

Для использования средств материнского капитала в виде ежемесячной выплаты среднедушевой доход семьи не должен превышать двукратную величину прожиточного минимума на душу населения, установленную в Иркутской области: 37 540 для южных территорий области, 48 822 – для северных. При его расчете Отделение СФР по Иркутской области учитывает заработную плату, пенсии, пособия и другие поступления семьи за 12 месяцев.

«Родители могут использовать ежемесячную выплату из средств материнского капитала на повседневные расходы, связанные с воспитанием ребенка. Если в семье несколько детей младше трех лет, оформить выплату можно на каждого из них. Ее назначают на 12 месяцев, но не дольше, чем до достижения ребенком трех лет. Для продления выплаты необходимо подать новое заявление», – пояснил **управляющий Отделением СФР по Иркутской области Алексей Макаров**.

Обратиться за выплатой можно через портал Госуслуги, в клиентскую службу Отделения СФР по Иркутской области или в МФЦ. Если заявление подано в течение шести месяцев после рождения ребенка, выплату назначат с месяца его рождения. В остальных случаях – с месяца обращения.

Если у вас остались вопросы, звоните в единый контакт-центр Отделения СФР по Иркутской области: **8 (800) 100-00-01** (звонок бесплатный). Часы работы: **с понедельника по четверг с 09:00 до 18:00, в пятницу – с 09:00 до 16:45**.

СОЦПОДДЕРЖКА

Отделение СФР по Иркутской области сократило срок рассмотрения заявлений об использовании маткапитала

В 90% случаев решение принимается за четыре рабочих дня вместо установленных пяти. Ускорить процесс удалось благодаря цифровизации услуг и межведомственному взаимодействию.

Большинство необходимых сведений специалисты Отделения СФР по Иркутской области получают самостоятельно, без участия заявителей. Это позволяет сократить количество документов, которые семьям необходимо предоставлять лично, и ускорить принятие решений.

«Сегодня семьи могут быстрее распорядиться средствами материнского капитала. Даже если для рассмотрения заявления потребуются дополнительные сведения от других ведомств, максимальный срок принятия решения составляет 12 рабочих дней вместо прежних 20», – отметил **управляющий Отделением Социального фонда России по Иркутской области Алексей Макаров**.

С начала 2026 года региональное Отделение Соцфонда рассмотрело свыше 22 тыс. заявлений семей Иркутской области о распоряжении средствами материнского капитала. На эти цели направлено более 7 млрд рублей.

Напомним, средства материнского капитала можно направить на улучшение жилищных условий, образование детей, формирование накопительной пенсии одного из родителей, приобретение товаров и услуг для социальной адаптации детей с инвалидностью, а также на ежемесячную выплату на детей до трёх лет.

Подать заявление о распоряжении средствами можно на портале госуслуг, в клиентской службе СФР или МФЦ.

В 2026 году размер материнского капитала на первого ребёнка составляет 728 921,90 рубля, на второго – 963 243,17 рубля, если ранее право на эту меру поддержки не возникало. Если семья уже получила сертификат на первенца, при рождении второго ребёнка размер маткапитала увеличивается на 234 321,27 рубля.

Если остались вопросы, их можно задать специалистам единого контакт-центра по телефону **8-800-100-00-01** (режим работы региональной линии: **с понедельника по четверг – с 9:00 до 18:00, в пятницу – с 9:00 до 16:45**). Звонок бесплатный.

Более девяти тысяч пенсионеров Иркутской области получили компенсацию проезда к месту отдыха в 2026 году

Отделение СФР по Иркутской области возместило пенсионерам-северянам расходы на поездки к месту отдыха и обратно на общую сумму более 196 млн рублей. Среди наиболее популярных направлений – Иркутск, Санкт-Петербург и Краснодарский край.

Право на компенсацию имеют неработающие пенсионеры, получающие страховую пенсию по старости или инвалидности и проживающие в районах Крайнего Севера и приравненных к ним местностях. Воспользоваться этой мерой поддержки можно один раз в два года.



Компенсация предусмотрена для поездок по территории России железнодорожным, воздушным, автомобильным или водным транспортом. При путешествии за границу расходы возмещаются до ближайшего к месту пересечения государственной границы России транспортного узла.

«Пенсионер может заранее обратиться в Отделение СФР по Иркутской области и получить специальные талоны для оформления проездных билетов либо самостоятельно купить билеты и затем обратиться за возмещением расходов. При этом компенсация предоставляется с учетом установленных законодательством ограничений по стоимости проезда», – отметил **управляющий Отделением СФР по Иркутской области Алексей Макаров**.

Подать заявление можно через портал госуслуг, в клиентской службе Отделения СФР по Иркутской области или в МФЦ.

Если у вас остались вопросы, звоните в единый контакт-центр Отделения СФР по Иркутской области: **8 (800) 100-00-01** (звонок бесплатный). Часы работы: **с понедельника по четверг с 09:00 до 18:00, в пятницу – с 09:00 до 16:45**.

КУПОН БЕСПЛАТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ ДЛЯ ПОДПИСЧИКОВ

(не более 15 слов, указать рубрику, только для частных лиц)

№ ПОДПИСНОГО АБОНЕМЕНТА _____ 06.11.2026

.....

.....

.....

.....

Ф.И.О.....

Адрес:.....Тел.:.....

Паспорт серия.....№.....выдан «.....».....

кем.....

Подписчик имеет право на размещение одного объявления в неделю при предъявлении абонемента и купона с датой выхода последнего номера газеты «Диалог-ТВ»

Железная леди усть-кутского армрестлинга: Виктория Орлова о силе, семье и разрушении мифов

Армрестлинг – это не просто двое людей, сцепившихся руками за ресторанным столиком. За внешне простым движением скрывается технически сложный и зрелищный вид спорта, где исход поединка решают скорость реакции, правильная постановка, тактика и, конечно, сила. О том, как развивался армрестлинг в Усть-Куте, почему девушки всё чаще выбирают борьбу на руках и как совмещать тренерскую работу с материнством, мы поговорили с тренером МБУ ДО «СШ СОЦ» УКМО Викторией Николаевной Орловой.

От спортсменки до тренера

Путь Виктории в армрестлинг начался в 12 лет. В школе № 10 проходили соревнования, организованные известным городским тренером Борисом Герасимовичем Триколичем. Девочка заняла третье место, после чего получила приглашение в секцию. До этого она занималась тяжёлой атлетикой, поэтому силовые дисциплины были ей близки.

В те годы армрестлинг в Усть-Куте активно развивался. Борис Герасимович вместе с супругой подготовил немало сильных спортсменов, среди которых были мастера спорта, мастера спорта международного класса и заслуженные мастера спорта. Воспитанники участвовали в международных соревнованиях, а сам вид спорта получал хорошую поддержку.

– Я дважды ездила в Польшу на первенство Европы, дважды – в Литву на первенство Европы и мира, один раз была в Азербайджане. Стала двукратной чемпионкой первенства Европы, серебряным призёром первенства Европы и дважды серебряным призёром мира. Это был очень интересный период моей спортивной жизни.

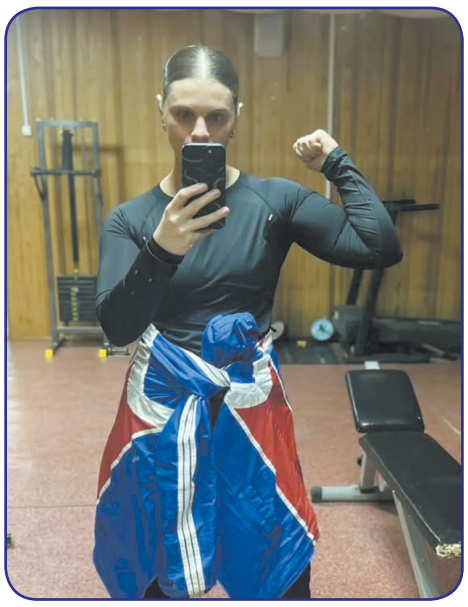
Позже тренер переехал в Белгород, и почти семь лет в городе никто не преподавал армрестлинг. Тем временем Виктория уже определилась с будущей профессией: ещё в девятом классе она решила стать тренером. Сначала по настоянию родителей поступила в железнодорожный институт, а на третьем курсе продолжила обучение в Российском государственном университете физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК) по специальности «Физическая культура».

Сегодня Виктория Николаевна – единственный тренер по армрестлингу в городе. Под её руководством занимаются около 30 человек, распределённых по группам начальной подготовки и тренировочного этапа. Примечательно, что примерно 70 процентов воспитанников – девочки.

– Мой тренерский стаж составляет уже девять лет. Некоторые ребята занимаются со мной практически с самого начала, пришли ещё в восемь-девять лет. Им нравится атмосфера, поездки, соревнования, дух соперничества и эмоции. Здорово наблюдать, как дети растут и постепенно добиваются результатов.

Сила – не только в мышцах

Один из главных стереотипов об армрестлинге – представление о том, что для победы достаточно обладать сильным бицепсом и просто перетянуть руку соперника.



На деле в поединке задействовано практически всё тело, а результат зависит от множества технических нюансов.

– Люди не понимают, сколько мышц работает во время борьбы. Задействовано всё тело, даже ноги – так называемый нижний этаж. Очень важны постановка, техника захвата и стартовый импульс. Всё это мы досконально отрабатываем на тренировках. Со стороны кажется, что всё просто, но за этим стоят годы труда.

Не меньше распространён миф о том, что занятия армрестлингом делают девушек чрезмерно мускулистыми. Виктория с этим категорически не согласна.

– Посмотрите на наших спортсменок: все девочки подтянутые, стройные, красивые и статные. Никакой «мужеподобности» здесь нет. Это такой же спорт, который развивает силу, выносливость и уверенность в себе.

При этом физическая мощь не всегда становится решающим преимуществом. По словам тренера, на первом месте в армрестлинге стоят скорость и техника, затем тактика, а уже после – общая физическая подготовка. Опытный спортсмен способен одолеть более сильного соперника благодаря грамотному захвату и умению использовать его слабые стороны.

Особое внимание уделяется безопасности: неправильная техника и попытки бороться любой ценой могут привести к травмам. Поэтому воспитанников учат не только побеждать, но и правильно выполнять каждый приём.

Сама Виктория во время активной спортивной карьеры не раз выходила за стол против мужчин – исключительно ради спортивного азарта. И некоторые такие поединки заканчивались её победой.

– Мужчины, конечно, проигрывать женщинам не любят, но в профессиональном плане между мужским и женским армрестлингом нет различий: правила и технические приёмы одинаковы для всех. Хотя есть один мужчина, которого мне победить не удалось, – мой супруг Андрей Иванович. Он тренер по самбо и физически очень сильный. Я пробовала с ним бороться, но безуспешно, – смеётся Виктория.

Главная награда – успехи учеников

Сегодня личные спортивные достижения для Виктории уже не на первом месте. Гораздо важнее видеть результаты воспитанников, помогать им развиваться и преодолевать собственные ограничения.

– Свои медали я уже заработала, а теперь всю душу и терпение вкладываю в детей.

К каждому нужен индивидуальный психологический подход. Кого-то перед выходом к столу необходимо успокоить и поддержать, а кому-то, наоборот, нужно «люлей раздать», чтобы привести в чувства и настроить на борьбу.

Одной из главных сложностей тренер считает работу с подростками 13-14 лет. Именно в этом возрасте ребята начинают активно выступать на выездных соревнованиях, набираются опыта и выходят на хороший спортивный уровень. Однако после девятого класса многие уезжают учиться в другие города.

– Мы тренируемся два-три года, ребята выходят на пик формы, начинают показывать результаты, а потом приходится расставаться. Конечно, обидно, когда воспитанники уезжают и продолжают раскрывать свой потенциал уже у других наставников. Получается довольно короткий цикл работы.

За пределами спортивного зала у Виктории тоже немало забот.



Вместе с супругом они воспитывают двоих детей. Старшая дочь Варя уже проявляет интерес к самбо, а младшему сыну Ване три с половиной года.

– Сын, я думаю, на сто процентов пойдёт в единоборства. Мужчина должен уметь постоять за себя и защищать близких, поэтому здесь пусть папа занимается. А вот дочь хотелось бы привлечь к армрестлингу: она физически развитая девочка, ей бы подошло.

Совмещать тренерскую деятельность и семейную жизнь непросто, однако супруги хорошо понимают профессиональные обязанности друг друга. Андрей Иванович сам работает тренером по самбо, поэтому поездки, соревнования, судейство и постоянные тренировки для семьи – привычная часть жизни.

Виктория отдельно благодарит мужа за поддержку, а также директора МБУ ДО «СШ СОЦ» Владимира Анатольевича Желонкина за содействие и помощь в поиске бюджетных средств для поездок воспитанников на соревнования. Кроме того, на февраль запланирована организация крупных соревнований на базе речного училища.

Для Виктории Орловой армрестлинг давно стал не просто любимым видом спорта, а делом жизни. Теперь она стремится передать свой опыт новому поколению и приглашает юных усть-кутян попробовать себя в борьбе на руках.

– За каждым видом спорта стоит колоссальный труд, и я с уважением отношусь к каждому направлению. Приглашаю всех ребят приходить к нам на секцию. Возможно, именно армрестлинг станет делом их жизни. А если нет, не нужно расстраиваться – пробуйте себя в других единоборствах, игровых и любых других видах спорта. Главное – найти то, что действительно нравится.

Ирина Дякив

