

**ЖИВОПИСЬ ВСТРЕЧАЕТСЯ
С МУЗЫКОЙ**

2

«ТУР.УКа»

15



«ПАРЯЩИЙ ФЕНИКС»

7

УСТЬ-КУТСКАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА

Пятница, 10 июля 2026 г. № 27 (1694)

ДИАЛОГ

**ПРОГРАММА
Стр. 5,6,11,12.**

16+

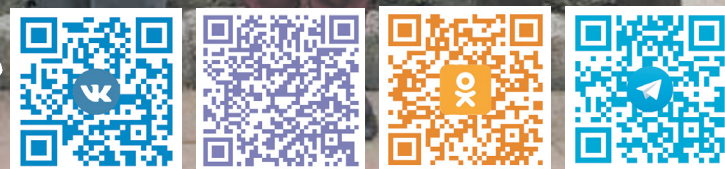
8-952-630-70-00, mt-dialog@yandex.ru – и мы всегда с вами на связи!

Экзамены как этап взросления!

О том, как устькутские выпускники сдали экзамены, читайте на с. 8-9.



**Социальные
сети
ТРК «Диалог»**



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», ООО «Телеос-1», «Мир ТВ» – 23 канал, ООО «Регион Телеком» – 88 канал.

Телепередачи будут по-прежнему дублироваться на нашем сайте trkdialog.ru и в социальных сетях.

ЦДО

Изучаю родной город вдоль и поперёк

Я Маша, мне 13 лет. Этим летом мой город раскрылся для меня с другой стороны. И не только для меня. Я, как и девять моих новых друзей, стала участником краткосрочной дополнительной общеразвивающей программы МБУ ДО ЦДО УКМО «Вдоль и поперек».

Почему микрорайон города называется именно так? Как располагаются улицы? Откуда идет отсчет номеров домов? Как и на чем добраться в пункт назначения? Где расположены те или иные социальные объекты? Именно эти вопросы мы решали нашей дружной командой под руководством педагога дополнительного образования О.Н. Белоусовой.



Вооружившись блокнотами и хорошим настроением, в первый день пешком по маршруту ЦДО - Судоверфь мы отправились в путь. Теперь мы знаем, откуда произошло название микрорайона Судоверфь и одноименное название остановки автобуса. Сейчас на Судоверфи находится Осетровский завод металлоконструкций. Исполнительный директор Н.Д. Басов провел нам экскурсию, показал причалы, которые помнят еще строительство первых судов на Лене. Мы впервые были так близко к портовым кранам и судам.



Микрорайон Лена мы исследовали, проходя квест, который нам организовали наши вожатые Шукрона и Анастасия, студенты колледжа ЧУ ПО ИГТК(Усть-Кут). Выполняя задания квеста, мы изучали историю Усть-Кута, двигаясь от ж/д вокзала, до ДК «Магистраль», набережной и ЦРБ. Молодежный Центр БАМ, кадровый центр «Работа России», ЗАГС – это те социальные объекты, о которых я знала только понаслышке. У причала мы увидели теплоход «Демьян Бедный». К нашему удивлению, нас пригласили на экскурсию (спасибо капитану). Мы узнали историю корабля, почему он так называется, и по каким маршрутам он ходит.



В микрорайоне Старый Усть-Кут посетили Свято-Никольский Храм, где ставили свечи и звонили в колокола, а когда изучали микрорайон Старая РЭБ, побывали в МОУ СОШ № 6 и узнали о герое России А.Н. Шерстянникове.

На протяжении всего времени мы вели дневники, куда записывали и зарисовывали свои впечатления. Итогом программы стала викторина на знание родного города, где ребята отвечали на вопросы с большим энтузиазмом, а после всех поощрили благодарностями и дипломами. А еще мы пили чай и делились незабываемыми впечатлениями.

В рамках общеразвивающей программы «Вдоль и поперек» мы прошли по маршрутам: Кирзавод и Карпово, от остановки ВСЭМ до остановки Магистраль №6. От Нижней Не-

фтебазы до предприятия Роснефть.

Мы побывали на Новой набережной, увидели строящуюся МОУ СОШ № 7. Посетили «Центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей». М.А. Морозова, работник Центра, провела нам экскурсию. Мы увидели комнаты ребят, проживающих в Центре, территорию, где есть спортивные площадки, огород и даже баня. Но наибольшее впечатление на меня произвели творческие мастерские, где дети шьют, мастерят и рисуют. Картины, нарисованные детьми из Центра, лично у меня вызывают спокойствие и вдохновение.

Я живу в Усть-Куте с самого рождения, но узнала о своём городе во время летних каникул много нового и интересного. Я очень люблю свой город и готова дальше изучать его историю, окрестности и людей, его прославляющих.

Мария Зубова,
обучающаяся МБУ ДО ЦДО УКМО



КУЛЬТУРА

Живопись встречается с музыкой



В Усть-Кутском историческом музее открылась персональная передвижная выставка известного сибирского художника Александра Имедеева под названием «Сибирь моя: услышь мелодию пейзажа».

Александр Имедеев родом из Ангарска. Он – живописец, график, педагог, член Иркутского регионального отделения «Союза художников России». Сам себя мастер называет «бурятским художником с шаманскими корнями».

За годы работы Александр Анатольевич выработал собственный узнаваемый стиль, позволяющий удивительно тонко передавать всё величие природы. С 2008 года он активно участвует в выставочной деятельности. За это время его работы были представлены почти на сотне выставок в России и за рубежом, более двадцати из которых – персональные. Центральные темы его

творчества – богатство бурятского эпоса, суровая красота сибирской природы, великолепие озера Байкал и горные пейзажи.

Художник мастерски работает с фактурой, изображая на своих полотнах таёжные озёра, горные вершины Саян, просторы тундры, Ольхона и могущественного Байкала. Плотные, рельефные мазки создают ощущение мощи каменных утёсов и старых древесных стволов, тогда как легкая работа кистью передаёт прозрачность утреннего тумана, мягкое сияние неба и искристое мерцание волн.

Эти работы не столько изображают природу, сколько передают



ее дыхание. В них чувствуется масштаб, тишина и та особая сила, перед которой мы, зрители, неизбежно замираем.

– Здесь представлены работы из двух серий: «Восхождение» и «Священные воды», – рассказывает Александр Имедеев. – Это мой главный источник вдохновения. Нет ничего лучше пленэров на открытом воздухе, когда вдыхаешь аромат хвои, нагретой солнцем коры деревьев.

В основе палитры художника – гармония природных контрастов. Глубокие изумрудные оттенки тайги сочетаются с чистой голубизной неба, прохлада рек – с тёплым сиянием осенней листвы. Вместе они создают выразительный, почти осязаемый образ сибирской природы. Атмосферу экспозиции дополняет музыка, написанная специально для выставки. Её автор – Мария Корнева, известная певица и композитор Иркутской области.

дра Имедеева.

Проект создан специально для жителей северных районов Иркутской области. Усть-Кут стал третьим городом, в котором открылась уникальная экспозиция. Организаторы провели розыгрыш подарков: среди жителей разыграли пять репродукций картин художника и один памятный календарь. Усть-кутяне тоже приготовили для гостей творческие сюрпризы: выступления наших земляков и самодельные работы, сделанные с душой.

Александр Имедеев общался со зрителями, отвечал на вопросы, рассказывал об истории создания полотен. Каждый имел возможность получить открытку с автографом художника.

– Мы счастливы, что на нашей территории произошло такое уникальное событие, – говорит Зинаида Тирская, директор Усть-Кутского исторического музея. – Впервые мы представляем выставку, где каждое полотно сопровождается собственной, специально созданной мелодией. Мы наблюдали процесс оформления экспозиции. С каждым новым этапом картины раскрывались для нас по-новому, это удивительно. Спасибо художнику и организато-



рам за такой подарок Усть-Кутской земле.

Наши жители имеют возможность насладиться уникальной экспозицией, которая включает в себя пейзажи, написанные маслом прямо на природе, а также услышать чарующие мелодии, сопровождающие каждое полотно. Выставка будет работать в Усть-Кутском историческом музее до 28 августа. В конце работы экспозиции организаторы вновь разыграют памятные подарки среди посетителей.

Проект реализуется Благотворительным фондом развития культуры и искусства «Наранай духэриг» при поддержке Президентского фонда культурных инициатив и Группы «Илим».

Олеся Козлова

МИТИНГ



Вечная память

1 июля у Мемориала героям Советского Союза и кавалерам Ордена Славы в Усть-Куте состоялся торжественно-траурный митинг, посвящённый Дню ветеранов боевых действий – памятной дате, которая отмечается в нашей стране с 2009 года.



В этот день взрослые, дети, сами ветераны и их близкие собрались вместе, чтобы почтить память погибших, отдать дань уважения живым защитникам и возложить цветы к мемориалу.

Митинг наполнился глубоким чувством благодарности и гордости: звучали слова признательности тем, кто исполнил свой долг в горячих точках и на разных рубежах нашей страны.

Церемония завершилась минутой молчания и возложением цветов. Пусть память о подвиге ветеранов остаётся вечной: их стойкость, самоотверженность и любовь к Родине служат для нас примером настоящего героизма и нравственным ориентиром в трудные времена. Мы чтим их подвиг и обещаем беречь мир, который они отстаивали.

Ульяна Козлова

КОНКУРС

Поэтический конкурс
«Усть-Кут – причал вдохновения»

Литературный клуб «Причал» и ДК «Речники» объявляют городской конкурс поэзии, посвящённый нашему любимому городу!

Две номинации –
для каждого!

«Живое слово» – для тех, кто пишет от руки и от сердца, без подсказок технологий.

«Цифровая муза» – для тех, кто исследует новые горизонты и создаёт стихи вместе с искусственным интеллектом, выступая творческим куратором текста.

Условия участия

К конкурсу приглашаются все

жители Усть-Кута от 12 лет. Участие бесплатное – индивидуально или в соавторстве. Тема произведения – город Усть-Кут: его история, природа, Лена, улицы, люди и мечты о будущем.

Важные даты

Приём заявок – с 25 июня по 19 июля 2026 г.

Публикация результатов – 24 июля 2026 г.

Награждение – 25 июля 2026 г. в ДК «Речники»

Призы

Победители и призёры каждой номинации получают дипломы и памятные подарки. Жюри также вручит специальный приз «Поэт, покоривший сердца». А все участники получат именной Сертификат и сувенир!

Как подать заявку

По электронной почте: rechnikforever@rambler.ru (тема письма: «Конкурс поэзии – Усть-Кут»)

Или лично: г. Усть-Кут, ул. Речников, д. 34

Поэзия ждёт тебя! Открой в себе
талант с клубом «Причал»

Любите поэзию? Мечтаете создавать собственные стихи, но не знаете, с чего начать? Литературный клуб «Причал» открывает двери своей Школы молодого автора «Проба пера» для всех желающих попробовать себя в творчестве!

Уникальная возможность получить профессиональные знания от опытных наставников, которые помогут раскрыть ваш творческий потенциал. Наши учителя – члены клуба с многолетним опытом литературного творчества, готовые поделиться секретами мастерства: Желтиков Сергей Геннадьевич, Колосова Александра Викторовна, Беркут Валентина Ивановна, Андрей Павлович Кондаков.

Вас ждут:

- индивидуальные и групповые занятия по основам стихосложения;
- возможность общения с единомышленниками;
- приоритетное право на публикацию ваших работ;
- участие в творческих встречах и литературных мероприятиях.

Как стать участником: Присоединяйтесь к сообществу клуба «Причал» в социальных сетях ВКонтакте и в Мах, пройдя по кодам. Здесь вы найдёте актуальную информацию о занятиях, сможете знакомиться с работами других участников и получать ценные советы от опытных авторов.



Клуб «Причал»
в ВК



Клуб «Причал»
в МАКС

ДАТА

День Бамовца

Байкало-Амурская магистраль стала мостом, символизирующим мощь и силу России. Для нашего региона есть даты, которые определяют его судьбу. Одна из них, 8 июля – День Бамовца.

Этот праздник, посвящён тем, кто строил легендарную Байкало-Амурскую магистраль, чьим трудом и мужеством была написана героическая страница в истории Иркутской области. БАМ стал делом жизни людей, которые смогли превратить стратегически верное решение нашего государства в грандиозную реальность. Подвиг бамовца навсегда останется примером стойкости и самоотверженности. Именно они проложили стальной путь, который стал главной транспортной артерией и залогом развития всей страны. Мы преклоняемся перед вашим подвигом, дорогие бамовцы, и уверенно смотрим в будущее, продолжая развивать то, что было построено вашими трудовыми руками. Выражаем глубокую признательность каждому бамовцу – от инженера и строителя, от водителя до повара и продавца, от вертолётчика до врача и учителя, от тракториста до парикмахера и библиотекаря, от мостовика до няни и воспитателя, от монтера пути до транспортного рабочего, всех причастных – за личный трудовой вклад. Низкий поклон и благодарность всем бамовцам! Крепкого вам здоровья, благополучия и счастья, долгих лет жизни, уверенности в завтрашнем дне, мира на земле!

Норина Л.А.,

Подъельная Г.В., совет ветеранов БАМа



ТРАНСПОРТ

Водное сообщение

Водные перевозки по маршруту «Осетрово – Визирный» возобновили с 1 июля.

Их будут осуществлять по реке Лене между Усть-Кутским и Киренским районами. Работать будет судоходная компания ООО «Витим-лес» по региональной программе по обеспечению транспортной доступности отдалённых населённых пунктов.

Маршрут «Осетрово – Визирный» выполняется при финансовой поддержке из областного бюджета. Это позволяет снизить стоимость проезда для пассажиров.

«Водное сообщение возобновлено с 1 июля, вслед за открытием навигации по направлению «Балаганск – Братск» в акватории Братского моря, которое состоялось 27 июня», – сказал министр транспорта и дорожного хозяйства Иркутской области Максим Лобанов.

Получить информацию о расписании и стоимости билетов можно будет по телефону справочной ООО «Витим-лес» 8 (39568)3-20-54 и на официальном сайте.

По информации правительства Иркутской области
Фото ООО «Витим-лес»



20 сентября – единый день голосования

В соответствии с Указом Президента Российской Федерации № 428 от 16.06.2026 г. «О назначении выборов депутатов Государственной Думы Федерального собрания Российской Федерации нового созыва», Муниципальное предприятие «Телерадиокомпания «Диалог» Усть-Кутского муниципального образования публикует сведения о размере (в валюте Российской Федерации) и других условиях оплаты эфирного времени на телеканале «Диалог», на радио «Лена-FM», печатной площади в газете «Диалог-ТВ», предоставляемых кандидатам в депутаты Государственной Думы Федерального собрания Российской Федерации нового созыва для проведения предвыборной агитации.

НА ТЕЛЕКАНАЛЕ «ДИАЛОГ»:

– эфирное время в блоках, выходящих в эфир в вечернем выпуске новостей «9 этаж»

– 1 (одна) секунда – 700 рублей

– эфирное время в блоках, выходящих в эфир до и после вечернего выпуска новостей «9 этаж»

– 1 (одна) секунда – 600 рублей

– эфирное время в блоках, выходящих в эфир в утренних и дневных выпусках новостей «9 этаж»

– 1 (одна) секунда – 500 рублей

– эфирное время в блоках, выходящих в эфир до и после утренних и дневных выпусков новостей «9 этаж»

– 1 (одна) секунда – 400 рублей

В интервалах между передачами телеканала «Диалог» (в эфире сетевого партнера – телеканала «Продвижение»):

– с 20 до 23 часов – 1 (одна) секунда – 300 рублей.

НА РАДИОСТАНЦИИ «ЛЕНА-FM»

Эфирное время на радиостанции «Лена FM» предоставляется по следующим расценкам:

– эфирное время в интервале 07:00 – 17:00

– 1 (одна) секунда – 250 рублей.

– эфирное время в интервале 17:00 – 07:00

– 1 (одна) секунда – 200 рублей.

ПЕЧАТНАЯ ПЛОЩАДЬ В ГАЗЕТЕ «ДИАЛОГ-ТВ»

Печатная площадь в газете «Диалог-ТВ» предоставляется по следующим расценкам:

Черно-белая печать:

– печатная площадь формата А3 – 1 полосу – 50000 рублей.

– печатная площадь формата А4 (1/2 стр.) – 25000 рублей.

– печатная площадь формата А5 (1/4 стр.) – 13500 рублей.

Цветная печать:

– печатная площадь формата А3 – 1 полосу – 60000 рублей.

– печатная площадь формата А4 (1/2) – 30000 рублей.

– печатная площадь формата А5 (1/4) – 16500 рублей.

В случае размещения агитационного материала форматом менее А5 его стоимость определяется из расчета:

черно – белая печать – 50 рублей/ 1 см.кв. цветная печать – 60 рублей/1 см.кв.

ПРИМЕЧАНИЕ:

Редакции телеканала «Диалог», радиостанции «Лена FM» и газеты «Диалог-ТВ» на единых условиях оказывают зарегистрированным кандидатам услуги по изготовлению аудиовизуальных агитационных материалов, размещению информационных сообщений и допечатной подготовки газетных материалов.

ИЗГОТОВЛЕНИЕ АГИТАЦИОННЫХ МАТЕРИАЛОВ

Редакция телеканала «Диалог»			
	Наименование услуги	Единица измерения	Стоимость в рублях
1.	Изготовление агитационного видеоролика (сюжет, сценарий, полный цикл монтажа).	1 секунда	800
2.	Изготовление агитационного телеочерка, передачи, сюжета по сценарному плану кандидата (продолжительность от 2-х минут).	1 минута	8000
3.	Видеозапись выступления в студии без корректировки материала.	1 минута	2000
4.	Видеозапись выступления или интервью в студии с монтажом и видеоперекрытием материала, предоставленного кандидатом. Максимальный объем видеоряда – 20% от продолжительности выступления, интервью.	1 минута	2500
5.	Корректировка видеоматериала кандидата по его заявке.	20-80 % от стоимости изготовления	
6.	Бегущая строка (14 прокатов в сутки). Размещаются: информационные сообщения о встречах с избирателями, поздравления с профессиональными праздниками, информационные сообщения о работе центров поддержки кандидатов. Максимальное количество слов в 1 объявлении – 25.	1 слово	450
7.	Изготовление с размещением в выпуске новостей «9 этаж» предвыборного мероприятия (встреча с избирателями), до 1 мин. Не более одного выхода в эфир за период проведения агитационной кампании.	1 выпуск	19000
Редакция радиостанции «Лена FM»			
1.	Изготовление агитационного аудиоролика (сценарий, наработка, музыкальное сопровождение)	1 секунда	450
2.	Изготовление агитационного радиоочерка, передачи по сценарному плану кандидата (продолжительность – от 2 минут)	1 минута	6000
3.	Корректировка аудиоматериала по заказу кандидата	20-80 % от стоимости изготовления	
4.	Поздравление от кандидата (до 1 минуты)	1 выход	3500
5.	Объявления по радио о встречах с избирателями, о работе центров поддержки кандидатов (12 выходов в сутки).	1 слово	400
Редакция газеты «Диалог-ТВ»			
1.	Корректировка готового агитационного печатного материала (обязательно наличие письменной заявки кандидата на корректировку).	30 % от стоимости печатной площади	
2.	Допечатная подготовка материала, сбор информации и написание текста (обязательно наличие письменной заявки кандидата)	50 % от стоимости печатной площади	

Генеральный директор
МП «Телерадиокомпания «Диалог» УКМО
Макаренко Л.С.



РАЗНОЕ

ПРИРОДА

День реки Лены

Ежегодно 2 июля в России отмечается День реки Лены – значимый экологический праздник, посвященный сохранению природного богатства одной из крупнейших водных артерий Сибири.

Считается, что название реки восходит к эвенкийскому «Елюенэ», что означает «большая река».

Лена – один из уникальных природных объектов России, как по гидрографическим характеристикам, так и по своему стратегическому значению для экономики, экологии и культурной идентичности Восточной Сибири. Ее протяженность составляет около 4,4 тыс. км.

Также, это важнейшая транспортная артерия для арктических территорий Якутии. Судходство по ней возможно более чем на 3,5 тыс. км.

Основные праздничные мероприятия, посвященные Дню реки Лены, проходят в Республике Саха (Якутия). Они направлены на сохранение природы и развитие патриотического отношения к родному краю.



ВЛАСТЬ

Ответственная работа

На должность начальника управления образованием Усть-Кутского района назначена Светлана Валерьевна Фетцова.

За плечами Светланы Валерьевны – 38 лет педагогического стажа. Свой профессиональный путь она начала в школе поселка Подымахино, где работала учителем начальных классов.

Позже была назначена заместителем директора по воспитательной работе, одновременно преподавала историю.

В 2012 году переехала в Усть-Кут, где продолжила свою деятельность в профессиональном училище №19 в должности заместителя директора по воспитательной работе.

С 2013 года Светлана Валерьев-

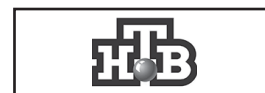


на возглавляла школу №5, которой посвятила 13 лет своей жизни. За это время она проявила себя как грамотный руководитель, умеющий выстраивать сильную команду и соз-

давать условия для развития образовательного учреждения.

Ее многолетний добросовестный труд отмечен на государственном уровне. В 2019 году Светлане Валерьевне присвоено звание «Почётный работник просвещения и воспитания Российской Федерации», а в 2022 году она была награждена знаком «Отличник просвещения» и удостоена звания ветерана педагогического труда.

По информации
администрации УКМО



ПОНЕДЕЛЬНИК, 14 ИЮЛЯ

08:00 «9 этаж. Главное за неделю» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Мама в деле» (16+).
09:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
10:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 83 и 84 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 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 83 и 84 серии (16+).
17:00 «Тульский – Токарев» (т/с, Россия, 2010 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 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 85 и 86 серии (16+).
22:00 «Тульский – Токарев» (т/с, Россия, 2010 г.), 11 и 12 серии (16+).
23:30 «Мама в деле» (16+).
01:00 «Плохие банки» (т/с, Франция, Германия, 2018-2019 гг.), 11 серия (16+).
02:00 «Тульский – Токарев» (т/с, Россия, 2010 г.), 11 и 12 серии (16+).
04:00 «ПРО КИНО» (16+).
05:00 «Мама в деле» (16+).
06:00 «НЛП. Дети» (12+).
07:00 «Знай себе цену» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
9.55 «Большой куш» (16+). Программа.
11.55 «Большой куш» (16+). Программа.
14.05 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
20.00 «ЖУКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «ПОЕХАВШАЯ» (16+). Комедия.
2.10 «ПЫШКА» (16+). Комедия.
4.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.45 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.30 «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
9.10 «Модный приговор» (0+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 «Я сегодня обеты молчанья нарушу» (12+)
11.40 Фильм «Белые ночи почтальона Алексея Тряпицына» (16+)
12.00 Новости
12.10 «Белые ночи почтальона Алексея Тряпицына» (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+)
19.50 «Пусть говорят» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Премьера. Артём Быстров, Мария Палей в многосерийном фильме «Работа над ошибками» (16+)
22.40 «Большая игра» (16+)
23.40 «Время героев» (16+)
0.40 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 Анна Ковальчук в детективном сериале «Тайны следствия». [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. «История его служанки». [16+]
23:40 ПРЕМЬЕРА. Сериал «Богатые тоже плачут». [16+]
02:25 Елена Вожанина, Ян Ильвес, Борис Невзоров, Любовь Виролайнен, Татьяна Колганова, Игорь Ливанов, Олег Алмазов, Геннадий Смирнов и Олег Харитонов в сериале «Чужое гнездо». [12+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 Елена Вожанина, Ян Ильвес, Борис Невзоров, Любовь Виролайнен, Татьяна Колганова, Игорь Ливанов, Олег Алмазов, Геннадий Смирнов и Олег Харитонов в сериале «Чужое гнездо». [12+]
до 04:35

7.10 «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ». Телесериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ». Телесериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
11.50 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». Телесериал. (16+).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». Телесериал. (16+).
20.00 Военные новости (16+).
20.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным (16+) (Со скрытыми субтитрами).
23.05 «КАМЕНСКАЯ». Телесериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
1.30 «ТАЕЖНАЯ ПОВЕСТЬ». Художественный фильм. (12+).
3.15 «Атом: энергия мира». Документальный сериал (16+).
4.40 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». Телесериал. (16+).

5.50 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+)
15.00 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Детективный сериал «БАЛАБОЛ» /стерео/ (16+).
23.15 Детектив «ДЕЛЬФИН» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.35 Алексей Кравченко, Григорий Некрасов, Денис Пьянов в детективном сериале «КУПЧИНО» /стерео/ (16+).
До 5.45.

6.00 «ПЕРНАТЫЙ ПАТРУЛЬ» (12+) Полнометражный анимационный фильм. (продолжение)
6.05 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу
6.10 С лёгким утром! (16+)
7.45 «ПРОСТО КУХНЯ. ЛУЧШЕЕ» (12+). Кулинарное шоу
9.05 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу
10.40 Субтитры. «ТРУДНОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» (16+). Комедия.
12.25 Субтитры. «СПАСТИ ПАНДУ» (16+). Фантастическая комедия.
14.50 Субтитры. «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» (12+) Комедийный сериал
18.55 Субтитры. «ГРАНИЦА МИРОВ» (16+) 1-й сезон. Мистический комедийный сериал
22.00 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА» (16+). Криминальный боевик.
23.50 Субтитры. «ДИВЕРГЕНТ» (16+). Фантастический боевик.
2.30 Субтитры. «ИНСУРГЕНТ» (16+). Фантастический триллер.
4.15 «ЛЮБОВНИКИ» (16+). Комедия.
5.45 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу



ВТОРНИК, 14 ИЮЛЯ

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 «Жить любовью» (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 «Мама в деле» (16+).
15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 85 и 86 серии (16+).
17:00 «Тульский – Токарев» (16+).
18:30 «Знай себе цену» (16+).
19:30 «9 этаж» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 87 и 88 серии (16+).
22:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 1 и 2 серии (16+).
23:30 «Знай себе цену» (16+).
01:00 «Плохие банки» (т/с, Франция, Германия, 2018-2019 гг.), 12 серия (16+).
02:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 1 и 2 серии (16+).
04:00 «ПРО КИНО» (16+).
05:00 «Знай себе цену» (16+).
06:00 «НЛП. О женском» (16+).
07:00 «Дневники матери» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.
20.00 «ЖУКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.
0.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ» (16+). Военный фильм.
2.20 «ПРОВОДНИК» (16+). Ужасы/триллер.
3.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
4.35 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.20 «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+)
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)
14.25 «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. «Работа над ошибками». Многосерийный фильм (16+)
22.45 «Большая игра» (16+)
23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
3.00 Новости
3.05 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+)
До 4.5

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 Анна Ковальчук в детективном сериале «Тайны следствия». [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. «История его служанки». [16+]
23:40 ПРЕМЬЕРА. Сериал «Богатые тоже плачут». [16+]
02:25 «Чужое гнездо». [12+]
03:00 ВЕСТИ.
03:30 «Чужое гнездо». [12+]
до 04:30

7.40 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». Телесериал. (16+).
10.00 Новости дня (16+).
10.15 «КОГДА РАСТАЯЛ СНЕГ». Телесериал. (16+).
12.05 «НЕМЕЦ». Телесериал. (16+).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «НЕМЕЦ». Телесериал. (16+).
20.00 Военные новости (16+).
20.40 «Улика из прошлого» (16+) (Со скрытыми субтитрами).
23.05 «КАМЕНСКАЯ». Телесериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами).
1.25 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». Художественный фильм. (12+).
2.55 «Шедевры военных музеев». Документальный сериал (12+).
4.35 «НЕМЕЦ». Телесериал. (16+).

5.45 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «ДНК» (16+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Детективный сериал «БАЛАБОЛ» /стерео/ (16+).
23.15 Детектив «ДЕЛЬФИН» /стерео/ (16+).
1.20 «Сегодня».
1.35 Детективный сериал «КУПЧИНО» /стерео/ (16+).
До 5.45.

6.00 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу
6.10 С лёгким утром! (16+)
7.45 «ПРОСТО КУХНЯ. ЛУЧШЕЕ» (12+). Кулинарное шоу
9.05 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу
11.05 «ИЮГНУТАЯ СЕМЕЙКА» (16+). Комедийная мелодрама.
12.50 «ВИОЛА В БУТСАХ» (16+). Комедия.
14.55 Субтитры. «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» (12+). Комедийный сериал
18.55 Субтитры. «ГРАНИЦА МИРОВ» (16+) Мистический комедийный сериал
22.00 Субтитры. «РАДИОВСПЫШКА» (16+). Драматический триллер.
0.05 Субтитры. «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ» (16+). Фантастический боевик.
2.20 Субтитры. «ОБЛАСТИ ТЬМЫ» (16+). Триллер.
3.55 «РОЖДЁННЫЙ ЧЕМПИОНОМ» (16+). Спортивная драма.
5.35 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу

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



СРЕДА, 15 ИЮЛЯ

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 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 87 и 88 серии (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 «Знай себе цену» (16+). 15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 87 и 88 серии (16+). 17:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 1 и 2 серии (16+). 18:30 «Дневники матери» (16+). 19:30 «9 этаж» (12+). 19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+). 20:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 89 и 90 серии (16+). 22:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 3 и 4 серии (16+). 23:30 «Дневники матери» (16+). 01:00 ПРОФИЛАКТИКА.	8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами. 9.00 «Кто куда» (16+). Программа. 9.30 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами. 20.00 «ЖУКИ» (16+). Сериал. С субтитрами. 0.00 «МУШКЕТЁРЫ В 3Д» (12+). Боевик. Великобритания, 2.05 «КОЛОМБИАНА» (16+). Боевик/триллер. 3.50 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа. 4.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа. 5.15 «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+) 12.15 «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+) 19.50 «Пусть говорят» (16+) 21.00 «Время» 21.45 Премьера. «Работа над ошибками». 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 Анна Ковальчук в детективном сериале «Тайны следствия». [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. «История его служанки». [16+] 23:40 ПРЕМЬЕРА. Сериал «Богатые тоже плачут». [16+] 02:10 «Чужое гнездо». [12+] 03:00 ВЕСТИ. 03:30 «Чужое гнездо». [12+] до 04:55	7.25 «НЕМЕЦ». Телесериал. (16+). 10.00 Новости дня (16+). 10.15 «НЕМЕЦ». Телесериал. (16+). 11.45 «ЭШЕЛОН». Телесериал. (16+). 14.00 Новости дня (16+). 14.20 «ЭШЕЛОН». Телесериал. (16+). 20.00 Военные новости (16+). 20.40 «Секретные материалы». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами). 23.05 «КАМЕНСКАЯ». Телесериал. (16+) (Со скрытыми субтитрами). 1.15 «СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ». Художественный фильм. (12+). 3.15 «Перелом. Хроника Победы». Документальный сериал (16+). 4.20 «ЭШЕЛОН». Телесериал. (16+).	5.45 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+). 9.00 «Сегодня». 9.25 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 11.00 «Сегодня». 11.35 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 14.00 «Сегодня». 14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+). 15.00 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 17.00 «Сегодня». 17.45 «ДНК» (16+). 20.00 «Сегодня». 21.00 Премьера. Детективный сериал «БАЛАБОЛ» /стерео/ (16+). 23.15 Детектив «ДЕЛЬФИН» /стерео/ (16+). 1.20 «Сегодня». 1.35 Детективный сериал «КУПЧИНО» /стерео/ (16+). До 5.45.	6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу 6.10 С лёгким утром! (16+) 7.45 «ПРОСТО КУХНЯ. ЛУЧШЕЕ» (12+). Кулинарное шоу 9.05 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу 11.00 «ЛЮБОВНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ» (16+). Мелодрама. 12.55 Субтитры. «С - СЧАСТЬЕ» (12+). Комедийная драма. 15.00 Субтитры. «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» (12+) Комедийный сериал 18.55 Субтитры. «ГРАНИЦА МИРОВ» (16+) Мистический комедийный сериал 22.00 Субтитры. «ПАДЕНИЕ ЛУНЫ» (12+). Фантастический боевик. 0.35 «БЕЛЬФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА» (16+). Мистический триллер. 2.25 «ДОГМЕН» (18+). Драматический триллер. 4.05 «ГОНКА ВЕКА» (16+). Биографическая драма. 5.40 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
--	---	--	--	--	---	---



ЧЕТВЕРГ, 16 ИЮЛЯ

08:00 ПРОФИЛАКТИКА. 13:30 «9 этаж» (12+). 13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+). 14:00 «Дневники матери» (16+). 15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 89 и 90 серии (16+). 17:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 3 и 4 серии (16+). 19:00 «Здравый подход» (16+). 19:30 «9 этаж» (12+). 19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+). 20:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 91 и 92 серии (16+). 22:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 5 и 6 серии (16+). 00:00 «Здравый подход» (16+). 01:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 3-6 серии (16+). 05:00 «Здравый подход» (16+). 06:00 «Это нормально» (16+). 07:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).	8.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами. 20.00 «ЖУКИ» (16+). Сериал. С субтитрами. 0.00 «ОТСТУПНИКИ» (18+). Триллер 2.50 «НЕ БУДИ ВО МНЕ КИЛЛЕРА» (16+). Криминальная комедия. 4.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа. 5.05 «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+). 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+) 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) 14.25 «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. «Работа над ошибками». 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 Анна Ковальчук в детективном сериале «Тайны следствия». [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. «История его служанки». [16+] 23:40 ПРЕМЬЕРА. Сериал «Богатые тоже плачут». [16+] 02:00 «Чужое гнездо». [12+] 03:00 ВЕСТИ. 03:30 «Чужое гнездо». [12+] до 04:50	7.20 «ЭШЕЛОН». Телесериал. (16+). 10.00 Новости дня (16+). 10.15 «ЭШЕЛОН». Телесериал. (16+). 11.45 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» Телесериал (16+). 14.00 Новости дня (16+). 14.20 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» Телесериал (16+). 20.00 Военные новости (16+). 20.40 «Код доступа» (12+) (Со скрытыми субтитрами). 23.05 «КАМЕНСКАЯ». Телесериал (16+) (Со скрытыми субтитрами). 1.25 «САМАЯ ДЛИННАЯ СОЛОМИНКА...» Художественный фильм (12+). 3.00 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами). 4.50 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» Телесериал (16+).	5.45 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+). 9.00 «Сегодня». 9.25 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 11.00 «Сегодня». 11.35 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 14.00 «Сегодня». 14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+). 15.00 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+). 17.00 «Сегодня». 17.45 «ДНК» (16+). 20.00 «Сегодня». 21.00 Премьера. Детективный сериал «БАЛАБОЛ» /стерео/ (16+). 23.15 Детектив «ДЕЛЬФИН» /стерео/ (16+). 1.20 «Сегодня». 1.35 Детективный сериал «КУПЧИНО» /стерео/ (16+). До 5.50.	6.00 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу 6.10 С лёгким утром! (16+) 7.45 «ПРОСТО КУХНЯ. ЛУЧШЕЕ» (12+). Кулинарное шоу 9.05 «100 мест, где поесть» (16+). Кулинарное тревел-шоу 11.05 «ЛЮБОВНЫЙ НАПИТОК №9» (16+). Фэнтезийная мелодрама. 13.00 «ЛЕТО, КОГДА Я НАУЧИЛАСЬ ЛЕТАТЬ» (12+). Драматическая комедия. 14.55 Субтитры. «ПАПИНЫ ДОЧКИ. НОВЫЕ» (12+) . Комедийный сериал. Веник попадает в щепетильную ситуацию, из-за которой его репутация оказывается под угрозой... 18.55 Субтитры. «ГРАНИЦА МИРОВ» (16+) 2-й сезон. Мистический комедийный сериал 22.00 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. МАНУСКРИПТ ДРАКОНА» (16+). Фэнтезийный боевик. 23.45 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. ЗЕРКАЛА ПРИЗРАКОВ» (16+). Фэнтезийный боевик. 1.55 «КИЛЛЕР-ХРАНИТЕЛЬ» (18+). Боевик. 3.25 Субтитры. «ПРИНЦЕССА МОНООКЕ» (16+). Полнометражный анимационный фильм. 5.30 «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.

«Парящий феникс»: путешествие «Зазеркалья» в Китай!

– Меня зовут Алёна Борисовна Зеленова, и я руковожу коллективом эстрадного танца «Зазеркалье». С детства хореография стала неотъемлемой частью моей жизни, и я никогда не сомневалась в своём выборе. Мой путь начался в Детской школе искусств, продолжился учёбой в институте культуры и искусства, а после окончания я твёрдо решила создать свой коллектив. Так появилось «Зазеркалье» – проект, в который я вложила не только свои знания, но и всю любовь к танцу. Сегодня нашему коллективу восемь лет, и за это время мы прошли огромный путь. Мы провели десять ярких и запоминающихся концертов, собрали множество наград на конкурсах и стали настоящей частью культурной жизни. Каждый выход на сцену для нас – это возможность рассказать историю через движения, и мы чувствуем, что наш труд не проходит даром: зрители любят «Зазеркалье», а наши выступления проходят при полных залах. Для меня «Зазеркалье» – это не просто работа. Это команда, творчество, возможность вдохновлять и делиться своим искусством с другими. Я рада, что мы продолжаем двигаться вперёд, радовать зрителей новыми постановками и вместе создавать незабываемые моменты на сцене!

– Расскажите, как родилась идея поехать на конкурс в Китай: это была Ваша инициатива или предложение от организаторов, и что в тот момент показалось самым убедительным аргументом «за»?

– Когда нашему коллективу пришло приглашение на конкурс «Парящий феникс» в Китай после победы в «Восходящих звёздах Приангарья», мы даже не раздумывали – конечно, едем!

– Сколько месяцев заняла подготовка номера, и как Вы балансировали между нагрузкой на ребят и качеством: сколько часов в неделю репетировали, приходилось ли жертвовать чем-то другим?

– Подготовка к конкурсу «Парящий феникс» заняла больше полугода и превратилась в настоящий марафон, наполненный яркими событиями и значимыми этапами. Каждый шаг на этом пути требовал не только усилий, но и огромной самоотдачи.

Мы переделывали и шлифовали уже готовые постановки, многократно отработывая каждую деталь. Наши выступления на различных конкурсах стали важной частью этого процесса. Мы внимательно прислушивались к замечаниям жюри, вносили изменения и доводили номера до идеала. Даже костюмы не раз обновлялись, ведь именно в мелких деталях рождается уникальный образ.

Параллельно мы готовились к нескольким важным событиям: конкурсам «Звезда Байкала» в Иркутске и «Роза ветров» в Красноярске. Эти мероприятия требовали особой подготовки, и мы с энтузиазмом вкладывали в них все свои силы. Мы также провели открытый показ, объединивший классический и современный танец, к которому готовились целый год.

Кульминацией наших усилий стал масштабный отчётный концерт, который прошёл в мае. Это был триумф нашей работы, где мы показали всё, чему научились за время подготовки. После этого события репетиции продолжались почти каждый день, ведь мы стремились к совершенству и хотели оставить след в сердцах зрителей.

– Какой номер Вы повезли в Китай и почему именно его: это была уже проверенная постановка или специально адаптированная под международный конкурс?

– Знаете, когда готовишься к большому конкурсу, всегда думаешь о том, кто пройдёт отбор, кто окажется среди самых сильных участников. Но в нашем коллективе «Зазеркалье» всё иначе. Мы не выбирали, кто



поедет, потому что каждый из наших ребят достиг того уровня, когда достоин представлять наш коллектив, город и страну.

На конкурсе «Парящий феникс» мы показали 15 потрясающих постановок. На сцене выступали три ансамбля, шесть солистов и в общей сложности 33 талантливых танцора. Каждый номер был результатом огромного труда, старания и искреннего желания творить.

Мы с гордостью можем сказать, что наши усилия были вознаграждены. Лауреатами второй степени стали постановки «Морковкины проделки», «Секретик» и «Непохожий на других». Лауреатами первой степени стали «Ромашка», «Сейчас дважды не случится», «Сны о сказках», «Встретимся заново».

Особенно хочется выделить выступления наших талантливых солисток: Виктории Лотковой с проникновенным номером «Ожидание», Юлии Кривоноговой с чувственной композицией «Он искал в этой женщине счастье», Арины Паламарчук с завораживающей «Ассоль», Полины Лукичевой с романтической историей «Первое свидание», Анны Романовой с выразительной «Мой оркестр» и Елизаветы Кривоножки с трогательной «Мечтой».

Гран-при конкурса завоевала постановка «Пески времени». Этот успех стал заслуженной наградой за наш труд, мастерство и стремление к совершенству. Мы благодарим всех, кто поддерживал нас на этом пути, и с нетерпением ждём новых побед и достижений!

– Опишите сцену и условия выступления: акустика, размеры площадки, время на саундчек и прогон – насколько эти условия отличались от привычных Вам залов и как это повлияло на финальный результат?

– Открытие фестиваля стало настоящим праздником для всех нас! Сцена была просто огромной – в пять раз больше, чем наша привычная. Мы стояли на этой величественной площадке и ощущали себя частью чего-то по-настоящему гран-



диозного. Это был новый уровень, который вдохновлял и заставлял сердце биться чаще...

На открытии выступал ансамбль с номером «Секретик», и китайская публика встретила их с восторгом. Зал не отпускал артистов аплодисментами, а мы чувствовали, как каждый хлопок отзывается теплом в душе. Долго-долго раздавались овации, и от этого по коже бежали мурашки.

Но настоящим открытием для нас стал концерт китайских артистов. Это был по-настоящему незабываемый опыт: стоять на одной сцене с талантливыми людьми из другой страны, ощущать эту мощную энергию и обмениваться эмоциями без слов. Это не просто выступление – это был культурный диалог, который останется с «Зазеркальем» навсегда.

Танцевальный конкурс проходил на другой площадке, и здесь было немного спокойнее. Размеры сцены были более привычными, и нам не нужно было заново учиться «заполнять» это огромное пространство. Но волнение за кулисами ощущалось от всех: казалось, воздух был пропитан этой энергией ожидания. Каждый переживал, каждая деталь была важна, и каждый хотел показать всё, на что способен.

Мы тоже волновались, но знали: мы готовы. Все эти месяцы репетиций, доработок номеров, советы жюри и бесконечные прогоны – всё это объединилось в уверенность. И потому девочки выходили на площадку с горящими глазами и решимостью показать всё, что умеют.

– Что особенно отметили члены жюри в Вашем номере, а над чем советовали поработать?

– Китайское жюри конкурса высоко оценило наши танцевальные номера, отметив их гармоничное построение и выразительность. Особенно приятно, что наша работа

нашла отклик в сердцах зрителей и жюри.

Фраза «С постановок не хотелось отводить глаз – музыка, образы, костюмы, лексика: всё сложилось» стала для нас самой значимой наградой. Эти слова – подтверждение, что мы двигаемся в правильном направлении, создавая искусство, которое трогает душу.

Организаторы конкурса также отметили технический рост нашего старшего состава. Это признание вдохновляет нас продолжать совершенствоваться, ведь мы видим этот прогресс не только на сцене, но и в каждом прогоне, каждой правке, каждом повторении.

Эти достижения – результат нашего труда, поддержки команды и зрителей. Мы благодарны всем, кто верил в нас и помогал нам расти. Впереди ещё много работы, но мы готовы к новым вызовам и победам!

– Чем, на Ваш взгляд, китайская зрительская аудитория отличалась от российской: по реакции, по ожиданиям, по тому, что «цепляло» зал?

– После церемонии награждения нас ждал грандиозный гала-концерт – и это был уже третий по счёту вечер фестиваля. Каждый раз мы оказывались в новых условиях, на новой сцене, переживали новые эмоции... и каждый раз это становилось бесценным опытом, который мы бережно храним в сердце.

На этот раз сцена раскинулась под открытым небом, а перед нами – огромная толпа восторженных китайских зрителей. И знаете, что удивительно? Волнение оказалось даже сильнее, чем на самом конкурсе. Казалось бы, награды уже позади, можно просто наслаждаться моментом... Но когда видишь столько взглядов, столько ожиданий, сердце начинает биться чаще.

Мы вышли на сцену с тем же чувством, что и всегда: мы готовы, мы

прошли длинный и непростой путь, и теперь хотим подарить зрителям частичку своей души через танец. Когда зал начал аплодировать и подхватывать ритм, мы почувствовали, как нас наполняет тепло и благодарность. Это был момент, когда все сомнения и страхи исчезли, уступив место радости и единению.

Каждое движение, каждый взгляд, каждая улыбка – всё это было для них. И когда зал начал откликаться, когда люди вокруг нас оживали, мы поняли, что это и есть настоящая магия танца. Это было самое дорогое мгновение, которое мы навсегда унесём с собой.

– Что бы Вы посоветовали другим коллективам, которые только думают о поездке на зарубежный конкурс: три самых важных пункта, без которых лучше пока отложить поездку?

– Танцевальные коллективы – это не только искусство, но и важная часть культурного наследия. Наши участники – настоящие мастера, которые каждый день совершенствуют свои навыки и стремятся к новым вершинам.

Мы хотим поделиться нашим опытом и дать главный совет всем, кто занимается танцами: не бойтесь выходить из зоны комфорта, рискуйте и обязательно участвуйте в конкурсах! Это уникальная возможность обменяться опытом, получить новые знания и вдохновение, а также показать свои таланты широкой аудитории.

Недавно мы приняли участие в конкурсе «Парящий феникс», и это было незабываемое событие! Организаторы продумали всё до мелочей: перелёт, проживание, программу мероприятий, экскурсии и даже помощь с языковыми барьерами. Благодаря этому мы могли полностью сосредоточиться на танце и не отвлекаться на бытовые вопросы.

Участие в конкурсе подарило нам не только награды, но и массу ярких впечатлений, эмоций и вдохновения. Мы привезли с собой не только трофеи, но и новые идеи для будущих постановок. Это был бесценный опыт, который мы уже начинаем воплощать в жизнь.

Если у вас есть возможность принять участие в конкурсах, не упускайте её! Это шанс раскрыть свой потенциал, найти новых друзей и единомышленников, а также сделать шаг вперёд в мире танца. Мы уверены, что каждый, кто решится на этот шаг, получит массу положительных эмоций и незабываемых впечатлений.

Беседовала Валерия Кривцова
Фото коллектива эстрадного танца «Зазеркалье»

Экзамены как

Экзамены – это важный этап на пути к взрослой жизни. Они символизируют окончание школы и начало нового этапа, где ученики становятся самостоятельными студентами, начинают строить свою карьеру и будущее. Но перед этим им предстоит пройти серьезное испытание, к которому они готовятся в течение долгого времени. Государственная итоговая аттестация (ГИА) в России включает в себя два ключевых этапа: ОГЭ и ЕГЭ. Эти экзамены играют важную роль в жизни каждого школьника, и к ним ученики готовятся с особым вниманием и усердием. Для многих — это не просто проверка знаний, а возможность доказать свою ответственность, целеустремленность и умение справляться с трудностями. Самые ответственные и целеустремленные выпускники поделились своими историями о подготовке и эмоциях, которые они испытали во время экзаменов.



Ульяна Трунова

Ульяна Трунова, выпускница Лицея, стала настоящей гордостью после успешной сдачи всех экзаменов на 300 баллов и получения золотой медали. Её стремление стать стоматологом и помогать людям вдохновляет всех без исключения. Несмотря на сложность экзаменов и медицинскую направленность, Ульяна подтвердила свои усилия высокими результатами. С 10 класса она усердно готовилась, занимаясь в двух онлайн-школах и эффективно планируя своё время, ради профессии, которой она грезит не первый год.

— С самого начала у меня не было грандиозной цели сдать все экзамены на максимальные баллы. В мечтах, конечно, я представляла себе, как это было бы здорово, но в реальности не рассчитывала

на 100 баллов по химии, русскому языку или биологии. Именно в процессе подготовки по химии я поняла, что конкретно этот предмет сдать на максимум легче всего, лично по моим ощущениям, это был самый легкий экзамен. В то время как биология предстала в совершенно ином свете: огромный объём информации, сложные теоретические знания и необходимость развивать биологическую логику для решения задач. Как я с этим справлялась? Уделяла много времени подготовке, рисовала много схем, прикрепляла себе памятки над рабочим столом, чтобы все было перед глазами в постоянной доступности, делала свою индивидуальную шпаргалку, чтобы запоминать тот материал, который у меня западал. Это касалось не только биологии, но и всех остальных предметов. Ритуалов у меня не было, но меня мотивировало то, что я много занимаюсь. Я чувствовала, что если уделяю достаточно времени учёбе, то у меня есть все шансы на успех. Для этого у меня даже было специальное приложение, где я отслеживала количество времени, потраченного на подготовку. Это придавало мне уверенности в своих силах. В день экзамена я старалась отвлечься от волнения. Небольшое беспокойство было, но я понимала, что это нормально. Если меня охватывала паника, я пыталась

дышать глубже, смотреть по сторонам и замечать мелкие детали вокруг. Это помогало мне сосредоточиться и настроиться на работу. Я напоминала себе, что внутренние переживания — это естественная часть процесса, и если я буду слишком беспокоиться, то ничего не получится. Перед экзаменом я старалась соблюдать все рекомендации: ложилась спать пораньше, не нарушала свой привычный ритм жизни и распорядок дня. Я хотела, чтобы мой мозг чувствовал себя комфортно и уверенно, ведь день экзамена должен был быть таким же, как и любой другой день. Моим главным советом для будущих выпускников будет: возьмите себя в руки и начните учиться. Если вы не занимались весь год, то будет сложно впихнуть в себя всю программу. Но есть так называемый «джентльменский набор», к которому стоит подготовиться хотя бы частично. Старайтесь уделять больше внимания тем темам, за которые дают наибольшее количество баллов. В десятом классе я бы, наверное, больше времени уделяла химии и решала задачи, которые вызывают наибольшие трудности, — рассказала Ульяна Трунова.

Еще одним из множества талантливых выпускников стал **Денис Сирота**, получивший золотую медаль и побывавший на Губернаторском балу в Иркутске. Помимо отличной учебы, Денис также участвовал в большом количестве внешкольных мероприятий. Также Денис является капитаном команды «Стражи галактики», которая успешно участвовала и побеждала в интеллектуальных соревнованиях. Еще с начальной школы они участвовали в «Что? Где? Когда?», а также несколько



Денис Сирота

ГОРОД. ЛЮДИ.

Жизнь в ритме реки

Усть-Кут – город рек и пристаней. Для многих жителей здесь судьба связана с водой, причалами и тяжелым, но благородным трудом речников. 5 июля город отмечал День работников морского и речного флота – и в этот день особенно хочется рассказать историю человека, для которого река была не просто профессией, а образом жизни. Александр Юрьевич Гладких проработал в речном порту 15 лет – о его пути, буднях и принципах рассказывают сами воспоминания.

Путь в профессию начался рано. После восьмого класса Александр поступил в Усть-Кутский промышленный техникум, отучился и в сезон ходил в две навигации, после чего был призван в армию. Вернувшись, он поступил в речное училище к своему наставнику – и навсегда остался в этом деле. Желание работать на реке, говорит он, возникло ещё в детстве.

После службы началась постоянная работа: навигация за навигацией, смены, рейсы. Александр признаётся, что ему нравилось всё – порядок в коллективе, форма, сама атмосфера порта. Около 38 лет он занимал должность капитан-механика, порой работая по 19 часов подряд. В его обязанности входил строгий контроль за соблюдением устава, чистотой и порядком на судне, дисциплиной экипажа и соблю-



дением правил безопасности – ведь от этого зависела жизни людей и сохранность грузов.

Коллеги для Александра Юрьевича были не просто командой, а второй семьёй. Экипаж, с которым он работал, отличался дружелюбием и общительностью, и это помогало переживать трудные моменты: чинить поломки в дороге, искать редкие детали, оперативно договариваться и решать проблемы, когда навигация уже на носу. Такие выкрутасы повседневности, по его словам, закаляют и учат быстро находить выход из любой ситуации.

Семья и продолжение династии

У Александра Юрьевича трое детей – двое сыновей и дочь. Все трое выбрали путь, близкий речно-

му делу: дочь работает диспетчером на флоте, младший сын стал капитан-механиком, а старший «уплыл в навигацию». Говоря о детях, он отмечает, что, возможно, они росли, глядя на отца, и его пример во многом определил их профессиональные выборы. Для Александра это – одна из самых больших радостей и достижений.

Тяжёлые и тёплые страницы службы

Самым трудным в профессии он называет разлуки с семьёй – порой по два месяца.

— Вечно занят, вечно в работе, — признаётся он. Как и многие речники, Александр мечтал о доме, о встрече с близкими, но понимал: его труд – это поддержка семьи, финансовая опора и возможность обеспечить их всем необходимым. Главное же, по его словам, — доставить груз в целостности и сохранности. Это была и остаётся главная ответственность каждого человека, связанного с флотом.

Путешествия по Лене оставили в его памяти множество ярких встреч и впечатлений. «Река – красавица, по ней мы ездили далеко; новые знакомства, люди, корабль, порт», — так он описывает свою профессию: нескончаемое движение, люди и былинная атмосфера судоходной жизни. Он признаётся: когда слышишь гудок парохода, это всегда отзывается внутри – ощущение сопричастности к чему-то большому и вечному.

Советы молодым речникам

Александр Юрьевич не скупится на советы для тех, кто только начинает путь речника. Главное –

не бояться трудностей и быть готовым к нагрузкам: «Речнику будет очень трудно, но стоит терпеть преграды и не злиться на старших за замечания – это ради безопасности». Он подчёркивает важность здоровья и физической подготовки: нужно уметь и палубу помыть, и кораблём управлять, поэтому спорт и активный образ жизни – обязательны.

Также он рекомендует уважать опыт старших: капитан знает, как действовать в сложных ситуациях, и прислушаться к его советам – это часто бережёт жизни. И, наверное, ещё одно важное правило: сохранять спокойствие и выдержку, у речника должны быть крепкие нервы.

Завершение карьеры и взгляд назад

С 2021 года Александр Юрьевич прекратил свою трудовую карьеру. Оглядываясь назад, он не жалеет о выборе:

— Я ведь хотел стать моряком, но не вышло. Нашёл свой путь на реке и нисколько об этом не жалею.

Для него работа – это сочетание призвания и упорного труда, каждодневная забота о грузе, о команде и



о безопасности.

В завершение Александр передаёт поздравления всем рабочим флота: желает здоровья, успехов и творческого подхода к делу. Его история – это рассказ о человеке, который отдал жизнь реке, берегу и людям; пример стойкости, преданности и уважения к ремеслу, которое продолжает объединять поколения усть-кутских речников.

Ульяна Козлова

этап взросления!

раз становились победителями турнира «Ленская сова». Помимо всего прочего, Денис вместе с интеллектуальным клубом выезжали на игры в Иркутск, где достойно представляли Усть-Кут и выходили в плей-офф по дисциплинам «Брейн-ринг» и «Своя игра».

— Я сдавал ЕГЭ по русскому языку, профильной математике и физике. Самым сложным предметом, пожалуй, оказалась математика. Несколько ошибок, возможно, из-за спешки или волнения, помешали получить более высокий результат. Если говорить про золотую медаль, учился я спокойно, не испытывая давления из-за необходимости получать высокие оценки. Не было необходимости часами сидеть за учебниками. Конечно, неприятно, когда стараешься и учишься отлично, а иногда получаешь тройки. Приходилось исправлять оценки, но это не вызывало у меня сильного беспокойства. О Губернаторском бале мне сообщила классная руководительница Вера Петровна. Я обрадовался, но сомневался, что смогу поехать. Привезли нас в Иркутский областной музыкальный театр имени Н. М. Загурского. Мы увидели замечательную концертную программу, а затем нас наградили. Всё прошло отлично. Что касается учёбы, я ни о чём не жалею. Не жалею, что перешёл в лицей, где учился у замечательных педагогов и познакомился с дружным коллективом. Мои учителя оказали большое влияние на мою мотивацию. Вера Петровна говорила, что не нужно бояться и что нет слова «не хочу», есть слово «надо». Елена Олеговна всегда подбадривала меня: «Сирота, ты можешь больше», — поделился впечатлениями выпускник Денис Сирота.

Еще один выпускник, **Дмитрий Бадин**, прославившийся как золотой медалист и высокобалльник, рассказал о своих впечатлениях. Он не только блестяще сдал ЕГЭ, показав отличные результаты, но и поделился своими впечатлениями о важнейшем экзамене его школьной жизни. Посещение Губернаторского бала стало ярким

завершением его учебного пути.

— Когда только пошёл в школу, даже не думал, что стану медалистом. В процессе обучения понял, что у меня получается учиться на отлично, и в девятом классе вышел на красный аттестат. В десятом классе перешел в лицей и думал, что тут с медалью, скорее всего, не получится, было сложно. Но в итоге снова всё сложилось лучшим образом. Родители никогда не заставляли идти на красный аттестат, всегда поддерживали меня во всех начинаниях и радовались моим достижениям. В первую очередь я надеялся на высокие баллы ЕГЭ, так как медаль хоть и даёт дополнительные баллы, но не больше десяти, поэтому думал сделать сильнее упор на подготовку. Экзамены сдал на самом деле даже лучше, чем планировал. Благодаря учителям вышел на медаль, они всегда помогали. Если выходила одна четверка, то шли навстречу, давали возможность исправить. Самооценка не изменилась, скорее, очень рад, что достиг такой цели. В течение последних двух лет учебы я участвовал в различных олимпиадах и проектных работах, они помогали перезагрузить себя, отдохнуть от подготовки. Не отказывался и от прогулок с друзьями, которые тоже меня всегда поддерживали, это также очень вдохновляло стремиться к такому результату. Лицей подарил мне очень много хороших знакомых и друзей, с ними было приятно общаться и работать. Надеюсь, в будущем ни с кем не оборвём связь. Люди, которые меня окружали, были главной мотивацией. Также очень запомнились наши поездки, в них было много интересных моментов.

Несмотря на талантливых выпускников и тех, кто сдал экзамены ранее, нельзя не отметить и девятиклассников, которые успешно справились с государственной итоговой аттестацией. **Полина Ерзикова** поделилась своими впечатлениями о сдаче ОГЭ. Девушка рассказала, что перед экзаменами она не испытывала волнения, но в день «Икс» всё же почувствова-



ла тревогу. Первые два экзамена казались непривычными, но затем она успокоилась и начала воспринимать их как обычные учебные занятия. Полина пожелала будущим девятиклассникам серьёзно отнестись к подготовке к экзаменам и начать заниматься хотя бы за два месяца до их проведения, а также подчеркнула, что не стоит полагаться только на удачу, лучше готовиться и верить в свои силы.

Экзамены — это не только проверка знаний, но и возможность показать свои сильные стороны, целеустремленность и умение преодолевать трудности. Каждый выпускник уникален, и путь к успешной сдаче экзаменов может быть разным. Главное — верить в себя, не бояться трудностей и усердно работать. Пусть эти истории станут источником мотивации для всех, кто готовится к важному этапу своей жизни. Удачи вам, выпускники!

Валерия Кривцова
Фото героев статьи



Губернаторский бал



Безопасное лето: энергия и здоровье!

Команда Молодёжного центра «БАМ» побывала в школе №10 с яркой и насыщенной выездной программой!

Для ребят мы подготовили целый калейдоскоп активностей! Школьники с азартом соревновались в весёлых эстафетах с надувными препятствиями — это было зрелищно и очень динамично. Свои интеллектуальные способности участники проверили в познавательной викторине, а меткость и реакцию оттачивали в интерактивном тире. Каждый нашёл занятие по душе!

Важной частью нашего десанта стала раздача профилактических листовок. Каждый ученик уносил с собой не только яркие впечатления и призы, но и полезную памятку с основными правилами безопасного поведения летом, чтобы поделиться информацией с родителями.

Мы напомнили о ключевых правилах безопасности:

Пожарная безопасность в быту, на природе и на улицах;
Правила дорожного движения (ПДД) для пешеходов и велосипедистов;

Правила поведения на водных объектах во время купального сезона.

За проявленную активность, отличные знания и меткость все участники получили от нас памятные призы. Мы надеемся, что эти встречи помогут ребятам провести предстоящее лето не только весело, но и безопасно!



Летняя площадка ИНК на базе БАМа завершилась!

Эта неделя для участников площадки была столь же запоминающейся, как и прошлая: каждый день приносил новые открытия, яркие эмоции и истории, которые ребята наверняка будут вспоминать ещё долго. Встречи, обсуждения, живые рассказы — всё это складывалось в особенную атмосферу, где ребята действительно сблизились и стали настоящей сплочённой командой!

За эту неделю участники площадки побывали на профориентационном тренинге «Твоя карьерная траектория» в усть-кутском Центре карьеры, прошли психологический тренинг по целеполаганию «Покорение вершин», приняли участие в экологической акции «Синяя лента России», узнали о

героях России благодаря проекту «Улицы в лицах», пели любимые песни в караоке, приняли участие в приключенческой гонке на катамаранах и даже научились плести венки ко Дню Ивана Купала!

На закрытии площадки мы отметили самых активных участников

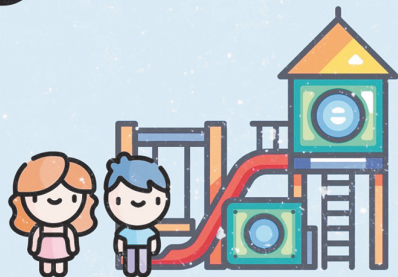
и поощрили их памятными призами. А самым целеустремлённым участником стала Наумова Вероника, которая получила крутые брендовые наушники и свитшот с айдентикой компании ИНК!

Обязательно ждём всех желающих в следующем году в стенах БАМа! Следите за новостями в нашей группе ВКонтакте и Иркутской нефтяной компанией. Ещё раз благодарим всех участников площадки и их родителей за проявленную активность, а нашей друзей из ИНК — за поддержку.

ВНИМАНИЮ РОДИТЕЛЕЙ

МЧС.медиа

ЧЕК-ЛИСТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДЕТСКИХ ПЛОЩАДКАХ



#научимдетейбезопасности

МЧС.медиа

ПРАВИЛА ЭКСПЛУАТАЦИИ



Каждый взрослый, приходя с ребёнком на площадку, в первую очередь, должен сам ознакомиться с правилами использования ее различных элементов. На многих указан минимальный возраст ребёнка для безопасных игр.

#научимдетейбезопасности

МЧС.медиа

СТРАХОВКА РЕБЁНКА



Стоит отвлечься на минуту и маленький ребёнок может попасть в опасную ситуацию. Обязательно находите рядом с малышом, когда он изучает новые для себя элементы на площадке — горку, карусель, качели. Помогите ему и направляйте его действия.

#научимдетейбезопасности

МЧС.медиа

КАЧЕЛИ



Объясняйте малышу, что никогда нельзя подходить близко к раскачивающимся качелям. Травмы, полученные качелью, на которой находится ещё один малыш, могут быть очень серьёзные. Далеко не всегда есть возможность остановить качель, поэтому даже заметив вашего ребёнка, предотвратить столкновение будет очень сложно.

#научимдетейбезопасности

МЧС.медиа

ПЕСОЧНИЦА



Придя на новую площадку с малышом, который бежит поиграть в песочницу, обязательно осмотрите её на наличие опасных предметов: стекла, пластик, мусор.

#научимдетейбезопасности

МЧС.медиа

РАСПОЛОЖЕНИЕ ПЛОЩАДКИ



Если детская площадка находится во дворе неподалёку от дороги, ни на секунду не выпускайте малыша из вида. Не позволяйте ему покидать пределы площадки. Изучающий мир малыш, может не заметить машину, велосипед или самокат.

#научимдетейбезопасности



ПЯТНИЦА, 17 ИЮЛЯ

08:00 «9 этаж» (12+).
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
08:30 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
09:00 «Здравый подход» (16+).
10:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 91 и 92 серии (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 «Здравый подход» (16+).
15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 91 и 92 серии (16+).
17:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 5 и 6 серии (16+).
19:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
19:30 «9 этаж. Главное за неделю» (12+).
19:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).
20:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 93 и 94 серии (16+).
22:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 7 и 8 серии (16+).
00:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
01:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).
02:00 Дискотека ПИ ФМ (16+).
03:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).
05:00 «Вкусно по ГОСТу» (16+).
06:00 «Это нормально» (16+).
07:00 «Мама в деле» (16+).

8.00 «САШАТАНЯ» (16+).
Сериал. С субтитрами.
14.00 «ПРАЗДНИКИ» (16+). Комедия. С субтитрами.
22.00 «Комеди Клуб» (16+). Юмористическая программа.
23.00 «Комеди Клуб» (16+). Юмористическая программа.
0.00 «Комеди Клуб» (16+). Юмористическая программа.
1.00 «Комеди Клуб» (16+). Юмористическая программа.
2.00 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
2.50 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
3.40 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
4.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.40 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
7.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
7.40 «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+)
12.20 «Время покажет» (16+)
13.40 «Большая игра» (16+)
14.00 Новости (с субтитрами)
14.25 «Большая игра» (16+)
15.10 «Давай поженимся!» (16+)
16.05 «Мужское / Женское» (16+)
17.00 Новости (с субтитрами)
17.20 «Время покажет» (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Время покажет» (16+)
19.45 «Поле чудес» (16+)
21.00 «Время»
21.45 Ко дню рождения Алексея Рыбникова. «Через тернии к звездам» (12+)
23.20 Жерар Депардьё, Пьер Ришар в фильме «Вкус счастья» (18+)
0.55 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 Анна Ковальчук в детективном сериале «Тайны следствия». [16+]
18:00 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]
20:00 ВЕСТИ.
21:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
21:50 Торжественная церемония открытия XXXV Международного фестиваля «Славянский базар в Витебске».
00:30 Соня Присс, Сергей Перегудов, Максим Блинов, Владимир Петров и Мария Капустинская в фильме «Лаборантка». [12+] до 04:05

8.10 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» Телесериал (16+).
10.00 Новости дня (16+).
10.20 «ОТДЕЛ С.С.С.Р.» Телесериал (16+).
12.20 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». Художественный фильм (16+) (Со скрытыми субтитрами).
14.00 Новости дня (16+).
14.25 «НА ДРУГОМ БЕРЕГУ». Художественный фильм (16+) (Со скрытыми субтитрами).
15.20 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». Телесериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
20.00 Военные новости (16+).
20.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». Документальный сериал. «Иван Ефремов. Шпионская история» (12+) (Со скрытыми субтитрами).
21.25 «Война миров». Документальный сериал (16+) (Со скрытыми субтитрами).
23.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+).
0.30 «Музыка+». «Классика, рок-н-ролл, рок, блюз, фьюжн... Джазовые импровизации народного артиста РФ Даниила Крамера» (12+).
2.10 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». Художественный фильм (12+).
4.55 «САМАЯ ДЛИННАЯ СОЛОМИНКА...» Художественный фильм (12+).
6.20 «Перелом. Хроника Победы». Документальный сериал (16+).

5.50 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).
9.00 «Сегодня».
9.25 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
11.00 «Сегодня».
11.35 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
14.00 «Сегодня».
14.25 «Чрезвычайное происшествие». (16+).
15.00 Сериал «ЛЕСНИК» /стерео/ (16+).
17.00 «Сегодня».
17.45 «ДНК» (16+).
18.55 «Жди меня» (12+).
20.00 «Сегодня».
21.00 Премьера. Детективный сериал «БАЛАБОЛ» /стерео/ (16+).
23.15 Детектив «ДЕЛЬФИН» /стерео/ (16+).
1.25 Валерий Николаев и Светлана Иванова в остросюжетном фильме «ИДЕАЛЬНОЕ УБИЙСТВО» /стерео/ (16+).
3.00 «Квартирный вопрос» (0+).
3.50 Антон Пампушный в фильме «ПЕТЛЯ» /стерео/ (16+). До 5.20.

6.00 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
6.10 С лёгким утром! (16+)
7.45 «ПРОСТО КУХНЯ. ЛУЧШЕЕ» (12+). Кулинарное шоу
9.05 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
11.00 «Уральские пельмени». «Смехbook» (16+).
12.05 Субтитры. «Шоу «Уральские пельмени» (16+)



СУББОТА, 18 ИЮЛЯ

08:00 «Классики» (12+).
10:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 93 и 94 серии (16+).
12:00 «НЛП. Дети» (12+).
13:00 «Мама в деле» (16+).
14:00 «Классики» (12+).
15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.) 93 и 94 серии (16+).
17:00 «Отчим» (т/с, Россия, 2019 г.), 9 и 10 серии (16+).
19:00 «Мама в деле» (16+).
20:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 95 и 96 серии (16+).
22:00 «Отчим» (т/с, Россия, 2019 г.), 9 и 10 серии (16+).
00:00 «ПРО КИНО» (16+).
01:00 «За твоими пределами» (т/с, Мексика, 2023 г.), 1 серия (16+).
02:00 «Отчим» (т/с, Россия, 2019 г.), 9-12 серии (16+).
06:00 «НЛП. Дети» (12+).
07:00 Дискотека ПИ ФМ (16+).

8.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
12.30 Премьера. «Кто куда» (16+). Программа.
13.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С субтитрами.
19.30 Премьера. «Мастер игры» (16+). Программа.
22.00 Премьера. «Игра вслепую» (16+). Программа.
0.00 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
1.00 «Игра вслепую» (16+). Программа.
2.50 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
3.40 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.
4.30 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
5.20 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.
6.05 «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»
9.45 «Слово пастыря» (0+)
10.00 Новости
10.15 Премьера. «Слово не воробей» (12+)
11.10 «Вспомнить всё» (12+)
12.00 Новости
12.15 «Поехали!» (12+)
13.10 «Арбатские тайны». Многосерийный фильм (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Сегодня вечером» (16+)
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером» (16+)
23.20 «Владимир Кузьмин. Трибют» (12+)
1.10 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».
14:00 ВЕСТИ.
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.
14:50 «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 «Нянька для Рогожиных». [16+]
00:40 «Разбитые сердца». [12+]
04:15 «Не покидай меня, Любовь». [12+] до 06:00

6.45 «ВАМ И НЕ СНИЛОСЬ...» Художественный фильм (12+).
8.30 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». Телесериал (12+) (Со скрытыми субтитрами).
10.00 Новости дня (16+).
10.10 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». Телесериал (12+) (Со скрытыми субтитрами).
14.00 Новости дня (16+).
14.20 «В ПОИСКАХ КАПИТАНА ГРАНТА». Телесериал (12+) (Со скрытыми субтитрами).
19.10 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
20.00 Новости дня (16+).
20.20 «ИНСПЕКТОР УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
21.35 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).
23.30 «Галерея Звезд». Надежда Румянцева. Премьера! (12+).
1.10 «НЕПОДДАЮЩИЕСЯ». Художественный фильм (12+).
2.40 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». Художественный фильм (12+).
4.00 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». Художественный фильм (12+).
5.30 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». Художественный фильм (12+) (Со скрытыми субтитрами).

5.20 Остросюжетный сериал «ЧУЖОЙ РАЙОН. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО» /стерео/ (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 «Основано на реальных событиях». «Миссия Мессинга» (16+).
16.00 «Своя игра» (0+).
17.00 «Сегодня».
17.20 «Следствие вели...» (16+).
20.00 «Сегодня».
20.40 «Ты не пове-ришь!» (16+).
21.50 10 лет «Секрету на миллион»! Самые громкие секреты. Тимур Еремеев (16+).
0.00 «Импровизаторы» (16+).
1.05 Денис Рожков в остросюжетном фильме «ОТПУСК» /стерео/ (16+).
2.50 «Дачный ответ» (0+).
3.40 «Прошу, прости!» (16+). До 5.20.

6.00 Субтитры. «Шоу «Уральские пельмени» (16+)
9.50 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
11.00 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
13.00 Чем заняться в выходные? (16+)
13.30 «МОЙ ДИКИЙ ДРУГ» (6+). Приключенческий фильм.
15.35 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. СТРАЖ ИМПЕРАТОРА» (16+). Фэнтезийный боевик.
17.25 «РАСХИТИТЕЛИ ГРОБНИЦ. КОРОЛЕВА МОНСТРОВ» (16+). Фэнтезийный боевик.
19.20 «КИН» (16+). Фантастический боевик.
21.25 Субтитры. «МИ-ЗАНТРОП» (16+). Триллер.
23.50 «ЧОКНУТЫЕ» (16+). Криминальная комедия.
1.50 «НАСЛЕДНИК» (18+). Криминальный боевик.
3.45 Субтитры. «УДАРНАЯ ВОЛНА. БИТВА ЗА ГОНКОНГ» (16+). Криминальный боевик.
5.40 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу



ВОСКРЕСЕНЬЕ, 19 ИЮЛЯ

08:00 Дискотека ПИ ФМ (16+).	8.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.	6.00 Новости	06:05 Людмила Свитова и Дмитрий Исаев в фильме «Услышь моё сердце». [16+]	6.55 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРЕСТУПНИК». Х/ф (12+).	5.20 Остросюжетный сериал «ЧУЖОЙ РАЙОН. ВЫСТРЕЛ ИЗ ПРОШЛОГО» /стерео/ (16+).	6.00 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу
09:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).	9.00 «Однажды в Рос-сии» (16+). Юмористи-ческая программа.	6.10 «Играй, гармонь любимая!» (12+)	08:00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ.	8.50 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». Х/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).	9.00 «Сегодня».	9.10 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу
10:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 95 и 96 серии (16+).	10.00 «Однажды в Рос-сии» (16+). Юмористи-ческая программа.	6.55 «Часовой» (12+)	08:35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».	10.00 Новости дня (16+).	9.20 «У нас выигрыва-ют!» Лотерейное шоу (12+).	9.45 Чем заняться в вы-ходные? (16+)
12:00 «НЛП. Дети» (12+).	11.00 «Однажды в Рос-сии» (16+). Юмористи-ческая программа.	7.25 «Здоровье» (16+)	09:25 «Утренняя почта с Николаем Басковым».	10.10 «СИЦИЛИАНСКАЯ ЗАЩИТА». Х/ф (12+) (Со скрытыми субтитрами).	11.00 «Сегодня».	10.25 Субтитры. «МОЙ СОСЕД ТОТОРО» (6+).
13:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).	12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С суб-титрами.	8.30 «Золотая коллек-ция Союзмультфиль-ма» (0+)	10:10 «Сто к одному». Телеигра.	10.55 «Военная приемка» (12+).	11.20 «Первая переда-ча» (16+).	Полнометражный анима-ционный фильм.
14:00 Дискотека ПИ ФМ (16+).	14.30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С суб-титрами.	9.10 «Непутевые за-метки» с Дм. Крыло-вым (12+)	11:00 ВЕСТИ.	11.40 «Легенды армии с Александром Маршалом». Иван Герасимов (12+) (Со скрытыми субтитрами).	12.00 «Чудо техники» (12+).	12.05 Субтитры. «УНЕ-СЁННЫЕ ПРИЗРАКАМИ» (16+).
15:00 «Жить любовью» (т/с, Мексика, 2024 г.), 95 и 96 серии (16+).	17.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+). Программа. С суб-титрами.	9.30 «Мечталлион». На-циональная Лотерея (12+)	12:00 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ. Владимир Мединский. «Воронцов. «Полупод-лец»? «Полунеждеда»?». [12+]	12.30 «Война миров». Д/с. «Морская пехота против немецких захватчиков. Битва за Одессу» (16+) (Со скрытыми субтитрами).	12.50 «Дачный ответ» (0+).	12.55 Субтитры. «КРУЧЕ НЕКУДА» (16+). Боевик.
17:00 «Отчим» (т/с, Рос-сия, 2019 г.), 11 и 12 се-рии (16+).	19.30 Премьера. «Боль-шой куш» (16+). Про-грамма.	10.00 Новости	14:00 ВЕСТИ.	13.20 «Код доступа». «Вра-ги Трампа. Кто финанси-рует глубинное государ-ство?» (12+) (Со скрытыми субтитрами).	15.00 10 лет в эфире! «Однажды...» (16+).	14.00 «ЭММА В МИРЕ ЛАМ» (6+). Полноме-тражный анимационный фильм.
19:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).	22.00 Премьера. «Пого-ня» (16+). Программа.	10.15 «Жизнь других» (12+)	14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.	14.15 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным (16+) (Со скрытыми субти-трами).	16.00 «Своя игра» (0+).	14.40 «ЭММА В МИРЕ ЛАМ» (6+). Полноме-тражный анимационный фильм.
20:00 «Жить любовью» (т/с, Россия, 2024 г.), 97 и 98 серии (16+).	0.00 Премьера. «Шоу Воли» (16+). Программа.	12.00 Новости	15:00 «Парад юмора». [16+]	15.05 «ВИКИНГ». Телесе-риал (16+) (Со скрытыми субтитрами).	17.00 «Сегодня».	16.20 «КУНГ-ФУ ЖЕРЕ-БЕЦ» (12+). Драматиче-ский боевик.
22:00 «Отчим» (т/с, Рос-сия, 2019 г.), 11 и 12 се-рии (16+).	1.10 «Мастер игры» (16+). Программа.	12.15 «Победа» (16+)	17:00 ВЕСТИ.	19.00 Новости дня (16+).	20.00 «Секреты на миллион»! Самые громкие секреты. Татья-на Васильева (16+).	18.55 Субтитры. «КРУЧЕ НЕКУДА» (16+). Боевик.
00:00 «ПРО КИНО» (16+).	3.15 «Однажды в Рос-сии» (16+). Юмористи-ческая программа.	13.15 «Арбатские тай-ны». Многосерийный фильм (16+)	17:50 «Песни от всей ду-ши». Вечернее шоу Ан-дрея Малахова. [12+]	19.10 «Незримый бой». Д/с (16+) (Со скрытыми субти-трами).	20.40 10 лет «Секрету на миллион»! Самые громкие секреты. Татья-на Васильева (16+).	21.00 Субтитры. «1+1» (16+). Комедийная био-графическая драма.
01:00 «За твоими пре-делами» (т/с, Мексика, 2023 г.), 2 серия (16+).	6.00 Премьера. «Утро ТНТ-2026» (16+). Про-грамма.	18.00 Вечерние новости	22:30 «Воскресный ве-чер с Владимиром Соло-вьёвым». [12+]	0.30 «ПОБЕГ». Х/ф (16+) (Со скрытыми субтитра-ми).	23.40 Премьера. «Aguteens Fest». Фе-стиваль Леонида Агу-тина /стерео/ (0+).	23.15 «STARПЕРЦЫ» (16+). Комедия
02:00 «Инкассаторы» (т/с, Россия, 2012 г.), 7 и 8 серии (16+).	6.50 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субти-трами.	19.00 Премьера. Свет-лана Колпакова, Кирилл Сафонов в многосерий-ном фильме «Скрытые мотивы» (16+)	01:10 РАССКАЗЫ ИЗ РУССКОЙ ИСТОРИИ. Владимир Мединский. «Воронцов. «Полупод-лец»? «Полунеждеда»?». [12+]	2.50 «ГОСУДАРСТВЕН-НЫЙ ПРЕСТУПНИК». Х/ф (12+).	23.40 Премьера. «Aguteens Fest». Фе-стиваль Леонида Агу-тина /стерео/ (0+).	1.15 «МАМА-МАФИЯ» (18+). Комедийный бо-евик.
04:00 «ПРО КИНО» (16+).	7.20 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субти-трами.	21.00 «Время»	02:55 Людмила Свитова и Дмитрий Исаев в филь-ме «Услышь моё серд-це». [16+] до 04:35	4.25 «ВАМ И НЕ СНИ-ЛОСЬ...» Х/ф (12+).	1.55 Сергей Горобчен-ко, Дмитрий Марьянов в фильме «ОТЦЫ» /сте-рео/ (16+).	3.00 «ЛЮБОВНЫЙ МЕ-НЕДЖМЕНТ» (18+). Ме-лодрама.
06:00 «НЛП. О женском» (16+).	7.40 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субти-трами.	23.00 Ирина Горбачева, Александр Робак, Дми-трий Чеботарев в филь-ме «Пара на пару» (16+)		5.50 «Москва - фронту». Д/с (16+) (Со скрытыми субтитрами).	3.35 «Прошу, прости!» (16+).	4.25 Субтитры. «ТРУД-НОСТИ ВЫЖИВАНИЯ» (16+). Комедия.
07:00 «Мама в деле» (16+).		0.40 ПОДКАСТ.ЛАБ (16+) До 4.57		6.15 «ДВА ДОЛГИХ ГУД-КА В ТУМАНЕ». Х/ф (12+).	5.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+). До 5.45.	5.45 «100 мест, где по-есть» (16+). Кулинарное тревел-шоу

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

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Больничный для самозанятых

С августа первые самозанятые Иркутской области могут получать больничные.

Первые участники программы добровольного социального страхования, вступившие в нее через Отделение СФР по Иркутской области в начале 2026 года, завершат шестимесячный период уплаты страховых взносов. После этого при наступлении страхового случая они смогут оформить пособие по временной нетрудоспособности.

Размер больничного рассчитывается с учетом нескольких факторов: продолжительность страхового стажа, срок уплаты взносов, а также выбранная страховая сумма – 35 тыс. руб. или 50 тыс. руб.

Тариф страховых взносов составляет 3,84% от выбранной страховой суммы, ежемесячный платеж составит 1 344 руб. (при сумме 35 тыс. руб.) либо 1 920 руб. – при сумме 50 тыс. руб.).

«Право на получение больничного возникает у самозанятого через шесть месяцев – при условии, что он непрерывно уплачивал взносы. Соответственно, если человек подключился к программе в январе, первый взнос перечислил в феврале, уже в августе у него появится право оформить больничный», – отметил управляющий Отделением Социального фонда России по Иркутской области Алексей Макаров.

Напомним, что самозанятый может оформить выплаты по временной нетрудоспособности в случае болезни, травмы, нахождения на карантине, ухода за больным членом семьи, прохождения лечения в медицинском учреждении.

Обратиться с заявлением о вступлении в добровольные правоотношения по обязательному социальному страхованию можно дистанционно через приложение «Мой налог» или портал госуслуг, а также лично в клиентских службах Соцфонда.

Если у вас остались вопросы, вы всегда можете обратиться в единый контакт-центр Отделения СФР по Иркутской области, позвонив по телефону: 8 (800) 100-00-01 (звонок бесплатный).



Удобно, быстро, безопасно! Оплачивайте услуги ЖКХ дистанционно!

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



*Оплата до 15 числа месяца, следующего за расчетным



ПРЕЗИДЕНТСКИЙ
ФОНД КУЛЬТУРНЫХ
ИНИЦИАТИВ

НА КИНОХОРОВОДЕ ДЕНЬ ПРИРОДЫ

1 июля в санатории «Усть-Кут», на базе которого третий раз проводится Детско-юношеский фестиваль «КиноХоровод», нынче – при поддержке Президентского фонда культурных инициатив, состоялись две всероссийские экологические акции – «Синяя лента России» и «Дети сажают сады», в которых активно участвовали кинохороводовцы.

Организаторами этих эко мероприятий выступили Иркутское областное отделение Всероссийского общества охраны природы и коллектив местной здравницы. Сажены из питомника Иркутского ботанического сада привезла Иркутская нефтяная компания.

Команда Детско-юношеского фестиваля КиноХоровод «Сибирь – любовь моя» дружно вышла на оба события. Для организаторов участие ребят из 10 районов области особо важно и нужно как продолжение на местах этого социально полезного начинания.

С утра команды фестиваля занялись очисткой берега реки Кута. Массово акция «Синяя лента России» стартует 2 июля, на реке Лена.

– Но вы стали первыми. Первыми участниками этого большого проекта, которое будет по всей Иркут-

ской области и, я очень надеюсь, по всей стране. Мы гордимся, что КиноХоровод стал участником наших общероссийских мероприятий, – подчеркнула **Вера Шлёнова, председатель Иркутского отделения Всероссийского общества охраны природы.**

Акция «Синяя лента России» впервые проходит в Прибайкалье. И то, что начинается она с одного из старейших курортов страны – в 2027 году санаторию «Усть-Кут» исполнится 100 лет – знаково.

– Это особо охраняемая территория, где расположен уникальный источник «Усть-Кутский», который относится к памятнику природы регионального значения, – отметила **Марина Арженевская, представитель ЗАО «Санаторий «Усть-Кут».**

Многие отдыхающие здравницы, местные жители, участники фести-



Посадка деревьев «Дети сажают сады»

валя «КиноХоровод» любят купаться в соседней реке Куте. Приведением в порядок «дикого» пляжа и занялись кинохороводовцы во главе с президентом фестиваля Татьяной Жиндаевой и своими кураторами-наставниками. Бытового мусора было много. Особенно – битого стекла: в воде, гальке, траве. Но ребята успешно вычистили всю территорию, обеспечив безопасное купание.

– Экологическая акция прошла успешно. Мы собрали очень много мусора по прибрежной территории. Все хотят, чтобы Усть-Кут стал чище, – констатирует **Александра Прудникова, куратор-наставник команды «Первые» Братского района.**

После обеда кинохороводовцы вместе с ребятами детского оздоровительного лагеря, находящимися в санатории, воспитанниками центра помощи детям Усть-Кутского района сажали рябину, спирею, дуб монгольский, другие деревья и кустарники возле здравницы. Перед началом работы с напутственными словами к ним обратились председатель Иркутского отделения Всероссийского общества охраны при-

роды Вера Шлёнова, руководитель направления поддержки общественных инициатив при ИНК Оксана Дмитриева, президент Детско-юношеского фестиваля «КиноХоровод» Татьяна Жиндаева. Мэр Усть-Кутского муниципального округа Сергей Анисимов сказал:

– Вы растёте, весте с вами будет расти ваше дерево, которое вы посадили. И я уверен, что в вашей жизни, в вашей памяти это дерево останется навсегда!

Работа по закладке сада на территории санатория «Усть-Кут» закипела. Его коллектив отлично подготовил площадку высадки: перчатки, лопаты, саженцы, вода... – предусмотрел все! Накануне кинохороводовцы помогли сделать ямки для деревьев и кустарников.

– Каждое посаженное дерево здесь – это символ жизни, здоровья, гармонии с природой. Деревья будут расти, очищать воздух. Вы вложили каждый частичку души своей в это проект. Спасибо большое! – поблагодарила детей и взрослых директор санатория Светлана Сафонова. Мальчишки из команды «Братча-



ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ФЕСТИВАЛЬ

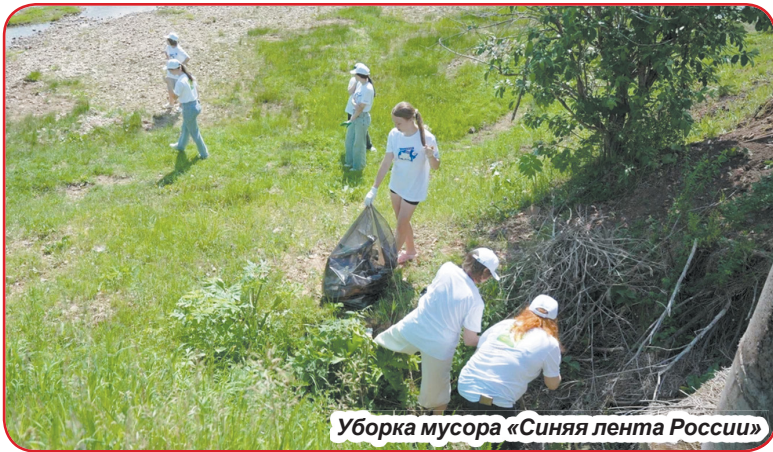
не» г. Братска, подводя итог своего участия в экологической акции «Дети сажают сады», выразили общее мнение:

– Настроение отличное. Занимались нужным делом. Осталось дом построить и сына воспитать.

– Верим, что саженцы приживутся. И наши кинохороводовцы, которые, надеюсь, будут приезжать сюда ни один год, будут смотреть как они растут и радуют всех нас. Это, как привет, от нашего поколения следующим кинохороводовцам, – считает президент фестиваля Татьяна Жиндаева.

Порядка 70 саженцев пополнили зеленую зону вокруг санатория. В заключение акции «Дети сажают сады» под руководством музыкального директора кинематографического форума Аркадия Стародубцева ее участники организовали небольшой концерт, который еще больше объединил всех собравшихся. А чаепитие с вкусняшками и фруктами придало новых сил и дополнительно подняло настроение. Экологический праздник удался!

Пресс-служба
ДЮФ КиноХоровод



Уборка мусора «Синяя лента России»

«ТУР.УКа»

Туризм, вкусная уха, рыбалка и дух приключений

3-4 июля Усть-Кут вновь стал центром притяжения любителей туризма, активного отдыха и гастрономии – прошёл межмуниципальный фестиваль «ТУР.УКа».

Мероприятие, организованное отделом по молодёжной политике и туризму совместно с молодёжным центром «БАМ», получило обновлённый формат: теперь в основе – поддержка внутреннего туризма и повышение интереса местных жителей к природным и культурным достопримечательностям родного края.

Организатор мероприятия Оксана Евгеньевна Некрасова рассказала, что они рады приветствовать гостей и жителей на фестивале ТУР.УКа. Проект проводят уже второй год подряд, в этом году сделали акцент на приобщении жителей к своей малой Родине: показать точки притяжения, объединить усилия туристических операторов и муниципалитетов, наладить обмен опытом. Двухдневная программа была насыщенной: в первый день встречали делегации из разных уголков Приангарья – из Иркутска, Братска, Железногорска-Илимского и других городов.

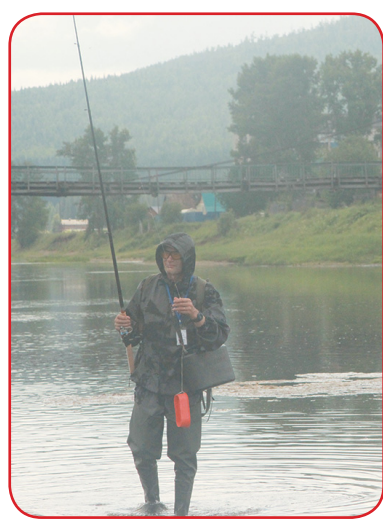
Утро 3 июля началось с практической и образовательной программы: гости посетили Усть-Кутский исторический музей, чтобы познакомиться с краеведческими материалами и локальными туристическими маршрутами. Затем в РКДЦ «Магистраль» прошёл образовательный интенсив с участием региональных специалистов и практиков туристической отрасли: представители муниципа-

литетов и малого бизнеса обменялись идеями, рассказали о своих проектах и обсуждали механизмы сотрудничества.

После теоретической части делегация отправилась на знаковые природные площадки. Скала «Петух» – одно из популярнейших видов смотровых мест в районе – покорила гостей своими панорамами, а затем участники побывали у «скамьи любви», где делали памятные фото. По словам Оксаны Некрасовой, туристы остались довольны – природа, виды и тёплый приём сделали своё дело.

Главный день фестиваля 4 июля был посвящён практическим активностям для широкой публики. Работали несколько основных локаций:

Гастрономическая зона и конкурс ухи. Варилась ароматная уха, которой угощали всех гостей бесплатно. В конкурсе на лучший рецепт зарегистри-



стировалось пять участников – как предприниматели, так и физические лица. Жюри определяло главный приз и приз зрительских симпатий, а всем участникам вручались памятные сертификаты.

Одна из участниц, Ирина, рассказала, что их команда называется «Красавицы.ру» и представляет социальный фонд. Они чувствуют себя радостно и любят всё прекрасное; на фестивале угощали гостей ухой и выпечкой – пирогами, растегаями и бутербродами, всё приготовлено своими руками. Кроме горячего предлагались прохладные напитки – мята с лимоном на воде, которая особенно пользуется спросом в такую жару. Редкие сладкие компоты быстро разошлись. Ирина добавила, что их коллектив часто участвует в городских мероприятиях, которые организует администрация, и как только узнали о фестивале, сразу решили участвовать – всё складывается отлично, настроение у ор-

ганизаторов и гостей приподнятое, им приятно быть частью праздника.

Турнир по рыбной ловле

Турнир по рыбной ловле прошёл на берегу реки Кута при поддержке магазина «Рыболов», который выступил главным спонсором и представил судью соревнований – Александра Митрошук. Ловля проходила в нескольких номинациях: самый первый улов, самая маленькая рыбка, самая большая рыба, самый весомый улов (три призовых места). По словам организаторов, в любительском духе все участники получали поощрительные призы и гарантированные сертификаты.

Один из участников, Сергей, рассказал, что любит рыбалку и потому решил принять участие – хотелось посоревноваться и приятно провести время на природе. Он узнал о фестивале по объявлениям и от знакомых, записался и приехал. По его словам, улов был у разных

участников – кто-то поймал больше, кто-то меньше; кому-то рыба совсем не клевалась, но в целом атмосфера была отличная: солнце, природа, хорошая компания. Сергей пожелал, чтобы подобных выездных соревнований на природе в районе становилось больше, отметив, что это отличный формат для общения, спорта и отдыха, и поблагодарил организаторов.

Приключенческая гонка «ПРОдвижение»

Также проходила приключенческая гонка на плавсредствах «ПРОдвижение». Команды стартовали с одной точки берега, финишировали на противоположном берегу и преодолевали сухопутные участки бегом; время заезда засекалось и определяло победителей в каждой категории. Динамичное и зрелищное состязание привлекло внимание публики и подарило массу эмоций участникам и болельщикам.

Фестиваль ТУР.УКа подтвердил, что внутрикраевой туризм способен объединять жителей и гостей региона вокруг природы, культуры и совместного досуга. Формат, сочетающий образовательные мероприятия, экологические и спортивные активности, а также гастрономические состязания, показал свою жизнеспособность и потенциал для роста. При поддержке местных властей и бизнеса такие проекты могут стать постоянной платформой для обмена опытом, развития малых туристических маршрутов и укрепления социального капитала в крае.

Ульяна Козлова