



**УЛИЧНОЕ ИСКУССТВО  
НАДЕЖДЫ ГОМЗЯКОВОЙ**

**17**

**ЗАЧЕМ НУЖНО  
ЗАВТРАКАТЬ?**

**15**

**УНИКАЛЬНЫЙ ШКОЛЬНЫЙ  
МУЗЕЙ**

**18**

**ЧЕМ КОРМИТЬ ПТИЦ**

**19**



**УСТЬ-КУТСКАЯ ЕЖЕНЕДЕЛЬНАЯ ГАЗЕТА**

**Пятница, 18 ноября 2022 г. № 45 (1501)**

**ДИАЛОГ** **ТВ**  
ПРОГРАММА  
Стр. 9-12

**16+**

8-952-630-70-00, [mt-dialog@yandex.ru](mailto:mt-dialog@yandex.ru), [gdialogtv@mail.ru](mailto:gdialogtv@mail.ru) – и мы всегда с вами на связи!

# Вам нужен логопед

О служении этой интересной профессии читайте на стр. 3



**QR-код\***

Все новости можно  
посмотреть на  
официальном  
сайте  
ТРК «Диалог».  
\* Поднесите смартфон  
или планшет и  
отсканируйте его.

**Уважаемые телезрители! Вечерние выпуски программы «9 этаж» будут выходить в 20.30.**

**Мы остаемся с вами в цифровом формате на следующих каналах:**

**ООО «Связь» и «Мир ТВ» – 22 канал, «Регион Телеком» – 88 канал, «Телеос-1» – 99 канал.**

**Кроме этого, продолжайте смотреть программы ТРК «Диалог» в аналоговом вещании.**

**Телепередачи будут по-прежнему дублироваться на нашем сайте [trkdialog.ru](http://trkdialog.ru) и в социальных сетях.**

**ПОЗДРАВЛЯЕМ!**

**16 ноября – День ветеранов  
уголовно-исполнительной  
системы.**

Руководство федерального  
казённого учреждения  
«Колония-поселение № 20»  
поздравляет ветеранов  
уголовно-исполнительной системы,  
таковых около 80-ти человек.

*Желаем всем крепкого сибирского здоровья, долголетия,  
заботы и внимания родных и близких, счастья и любви.*

**ЮБИЛЕЙ**

## Подымахинской школе 130 лет!

Подымахинская школа отметила 130-летний юбилей.

Её история началась в старом здании постройки 19 века, а с 1984 года продолжилась в новом, на берегу реки Лены. Сейчас в школе около 100 учеников. Здесь есть детский сад и пионерская дружина, основанная Людмилой Фёдоровной Матахаевой.

Два года назад у школы появился особый повод для гордости: ей присвоили имя бывшего ученика и Героя Советского Союза Ивана Николаевича Антипина. А еще здесь чтут бывшего выпускника, писателя Андрея Антипина.

В праздник именинники-педагоги, ученики, руководители принимают поздравления от бывших выпускников, друзей школы, представителей власти.

**МЕДИЦИНА**

## Сестринскому делу обучились 22 человека

Курс «Сестринское дело» в Усть-Куте успешно стартовал в прошедшие выходные.

В первом наборе – 22 человека. 18-часовую программу они освоили за четыре дня.

– Ученики отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ранениях, травмах, ожогах. Способы перемещения маломобильных пациентов в любых ситуациях, приёмы легочной реанимации, – рассказала Наталья Дружинина, главный врач ЧУЗ «Поликлиника «РЖД-Медицина г. Усть-Кут».

Обучение проводят местные специалисты на основании программы Братского медицинского колледжа. После теоретических и практических занятий ученики сдают контрольное тестирование. И только тогда получают документы о прохождении курсов.

**ИЗ ЗАЛА СУДА**

## Квартира для многодетной семьи

В посёлке Янталь Усть-Кутского района многодетной семье выделили квартиру через суд, сообщает пресс-служба ГУФССП России по Иркутской области.

Районный суд обязал местную администрацию предоставить семье с четырьмя детьми квартиру площадью не менее 70 квадратов в социальный наём.

Администрация требования исполнительного листа выполнила в полном объёме. Многодетной семье выделили благоустроенную квартиру общей площадью 75 кв. м.

**КРИМИНАЛ**

## Страшная «находка»

10 ноября в микрорайоне Мостоотряд, на берегу реки Лены местный житель обнаружил тело женщины.

Опознать погибшую невозможно, следователи Усть-Кутского межрайонного следственного отдела следственного управления следственного комитета по Иркутской области начали проверку по данному факту. Специалистам предстоит провести ряд экспертиз.

**ПОДРОБНОСТИ**

## «Настроение у ребят боевое»

Губернатор региона Игорь Кобзев и мэр Усть-Кутского района Сергей Анисимов вновь побывали в учебном центре в Кемеровской области, где проходят подготовку мобилизованные бойцы из нашего региона.

Палаточный лагерь, где расположились мобилизованные, живет по уже отработанному расписанию. – Настроение у ребят боевое. Учеба налажена, улучшены бытовые условия, экипировка получена. По питанию тоже вопросов нет. Бойцы благодарят жителей региона за внимание и поддержку, передают наилучшие пожелания родным и близким, – отметил Игорь Кобзев.

Губернатор напомнил, что в регионе принято решение сформировать социальные паспорта семей военнослужащих, где будут отражены сведения о мобилизованном, его родных, видах помощи, в которых семья нуждается.

– По каждой семье мобилизованного мы сделаем такой паспорт и будем решать все вопросы, которые возникают у родственников бойцов. Очень важно, чтобы представители муниципальных образований, кото-

рые приезжают в места воинской подготовки, тоже работали с семьями. Сейчас мы приступили к изучению темы организации бесплатного питания для детей мобилизованных и бесплатного посещения малыш-

ри детских садов. Для этого нужны изменения в законодательстве. Совместно с депутатами мы проработаем эти вопросы, – подчеркнул Игорь Кобзев.

Также глава региона отметил, что в работу с мобилизованными сегодня вовлечены восемь региональных министерств. Поддержка семей идет по целому ряду направлений и будет расширена.



Губернатор вместе с мэром Усть-Кутского района побывали в учебном центре в Кемеровской области.

**В РАЙОННОЙ АДМИНИСТРАЦИИ**

## Коротко о главном

**Исполнение бюджета, отлов бездомных собак на территории Усть-Кутского района, работа образовательных организаций – эти и другие вопросы обсудили в районной администрации. Там прошло планерное совещание, провел которое первый заместитель мэра Вячеслав Калашников.**

Капитальный ремонт образовательных организаций – один из главных вопросов в повестке дня. На 50 процентов выполнены работы в школе № 6. На объекте приостановлен монтаж отопительной системы: ожидают поставку батарей. В спортзале заканчивают монтаж окон, приступают к полам. После чистовой отделки в помещении

перенесут оборудование из классов и займутся уже свободными кабинетами.

Ремонт школы № 2 выполнен примерно на 20 процентов, работает 18 человек. Идёт монтаж тепло- и электросистем, выполняются общестроительные работы.

Еще один злободневный вопрос, рассмотренный на совещании, –

высокая популяция бездомных собак на территории района. На прошлой неделе сотрудники комитета по сельскому хозяйству, природным ресурсам и экологии выезжали в микрорайоны на профилактическое обследование, чтобы выявить собак без владельцев. Третья часть обнаруженных особей уже чипированы. На сегодня выполнены все три муниципальных контракта на отлов собак. По предварительному решению, будет выделено 400 тысяч дополнительных средств.

**АКТУАЛЬНО**

## Городские дороги готовят к зиме

В городе готовят дороги к зимнему сезону. Ежедневно на улицах Усть-Кута работает несколько бригад в разных микрорайонах.

В деле и новая техника, которая пополнила муниципальный автопарк совсем недавно. Грейдер ГС-14-02 приобрели по программе «Народные инициативы», а погрузчик «ЧЕТРА» – за счет средств, выделенных из районного бюджета. Накануне техника прибыла в город и сразу приступила к работе.

Сейчас сотрудники «Автодора» активно занимаются очисткой и профилированием обочин. Ежедневно обрабатывают опасные участки (крутые подъёмы и перекрёстки) инертными материалами. На прошлой неделе для нужд муниципалитета приобрели 140 кубов отсева.

Им посылают центр города, а второстепенные дороги – только шлаком.

Кстати, новый грейдер предназначен не только для очистки обочин. Его преимущество – это до-

вольно компактный размер. Технику можно задействовать и для уборки тротуаров. Как только дорожники завершат очистку обочин, займутся тротуарами.

**АКЦИЯ**

## Кто из школьников собрал больше вторсырья?

Ставшая уже традиционной экологическая акция по сбору пластика среди школ города прошла в Усть-Куте.

Школьники всё лето собирали пластик, подключали родителей, соседей, знакомых. Акция заодно помогает разобраться, что пластик бывает разный, и для переработки

подходит не весь. Важно смотреть маркировку. Единица в треугольнике и надпись ПЭТ – это то, что нужно.

Всего в конкурсе участвовало де-

вать школ из Усть-Кута и поселка Ручей. Общим трудом собрали без малого полтонны вторсырья. Третье место у школы номер девять, второе разделили десятая и четвертая школы, а лучшим стал лицей. Победителям и всем участникам вручили экопризы.

# Вам нужен логопед

– Ры-ба! Скажи, рыыы-ба!!!

Так часто мы слышим, как детей просят проговаривать подобные слова, тренируя артикуляционный аппарат. И чаще всего сложные звуки встают на свои места у ребятшек самостоятельно, а вот если нет, то каждый встречный вам скажет верное напутствие: «Вам надо к логопеду!»

В России Международный день логопеда отмечают в ноябре. И сегодняшний наш материал хочется посвятить специалисту, ежедневно помогающему детям правильно говорить, устранять речевые нарушения, «ставить» верное произношение звуков, – логопеду Елене Владимировне Розановой.

Елена Владимировна – киренчанка, когда ей исполнилось семь лет, она вместе с родителями переехала в Усть – Кут.

– Училась я во второй школе, до сих пор поддерживаем с одноклассниками очень дружеские, теплые отношения, – вспоминает школьные годы Елена Владимировна.

Её мама больше тридцати лет проработала в дополнительном образовании, тогда это был Дом пионеров, а папа всю жизнь трудился в аэропорту.

– Нас у родителей было трое, я самая старшая, и, конечно, мне много доставалось: вечно приходилось присматривать за мелкими, так, пожалуй, сформировался мой первый опыт общения с детьми, как руководителя: брата с сестрой все время приходилось организовывать. У нас было потрясающе интересное детство: во дворе жило много ребятшек, и время мы проводили очень весело и продуктивно: катались на велосипедах, «покоряли» деревья черемухи, играли в казаки-разбойники, в общем, скучать было некогда.

Первое образование Елены Владимировны совершенно не связано с педагогикой, но жизнь так сложилась, что они с сестрой пошли по стопам мамы: Наталья стала педагогом – работает музыкальным работником в детском саду, и Елена Розанова уже многие годы работает с детьми, она – педагог дополнительного образования, преподает вязание крючком в ЦДО. Параллельно почти семь лет трудится в должности логопеда, сопровождая школу социальной адаптации для детей с ограниченными возможностями здоровья, а также работает в проекте по подготовке детей к школе. В профессии логопеда Елена Розанова пришла почти в сорок лет, а педагогическое образование получила в тридцать. По ее словам, совсем не просто учиться в вузе уже в зрелом возрасте, но осознанность выбора профессии в этот период помогла преодолеть все трудности. Наградой за труды стал диплом с отличием.

– Я влюблена в свою работу! – восклицает Елена Владимировна. – В её многогранность, в возможность взаимодействия с разными детьми, за то, что моё дело приносит пользу, у детей появляется возможность быстрее адаптироваться в социальной действительности, восстановить речь.

Однажды был у меня случай в практике: мама привела ребёнка с заиканием, которое началось после похода в кинотеатр.

Перед мультфильмом включили трейлеры, так вот в одном из них на весь экран резко выскочила змея, ребёнок получил сильный испуг, после чего он стал запинаться в речи. Чтобы эту ситуацию разрешить, пригласили моего первого образования педагога-психолога. Сначала работали со страхами, волнением, потом с правильным дыханием. Спустя два месяца ребёнок заговорил ровно, в детском саду ему снова стали давать для разучивания и выступлений стихотворения, сейчас он уже в первом классе, проблема больше не возвращается.

Был и совсем нестандартный случай в моей практике. Я работаю в основном с детьми старшего дошкольного возраста, но однажды в дверь моего кабинета постучались, открываю: на пороге стоит взрослый парень, как потом выяснилось, он только вернулся из армии. У молодого человека совершенно отсутствовал в речи звук [р], не трудно представить, как слышалась окружающим его речь. Но парень решил поступать в военную академию и понимал, что, не исправив свой дефект речи, шансов не будет. Я сразу заключила, что будет нелегко, но парень был в своем решении твёрд. Решила попробовать, даже интересно стало, получится ли добиться результата?! – вспоминает Елена Владимировна.

Педагог сразу предупредила новоиспеченного ученика, что без его усердия и занятий дома вряд ли что-то получится. Первые два занятия, по словам Елены Розановой, молодой человек был очень напряжён, стеснялся, что надо сидеть перед зеркалом и «кривляться» (гимнастика для мышц языка является необходимым этапом постановки правильного произношения).

Семья его, конечно, сомневалась в успехе, да и привыкли за столько лет уже все к его произношению, но он был непреклонен: приходил домой и отработывал все упражнения перед зеркалом. Домашние хохотали в голос, когда здоровенный детина тренировался в произношении одного маленького и никак не поддающегося звука. После того, как звук был поставлен, подопечный нашей героини научился рычать, звук закрепился, началась его автоматизация, все близкие были просто в шоке, но радости не было предела!

– Самой большой для меня наградой в этой работе стало то, что мой ученик поступил в Московский военный универси-

тет, – радостно говорит Елена Розанова.

Эти истории показывают, что если у родителей и самого ребёнка есть желание преодолеть свои речевые трудности и избавиться от дефектов, то помехой не станет ни взрослый возраст, ни какие-либо другие ограничения. Положительный результат в работе требует от логопеда серьёзной подготовки не только непосредственно в логопедии, в психологии, дефектологии, физиологии. Елена Владимировна продолжает совершенствовать свои навыки и регулярно повышает свою квалификацию.

Если говорить о Елене Владимировне вне работы, то у нее найдется немало хобби и любимых занятий: она очень любит путешествовать с дочерью.

– Дочь – трусиха, а я авантюрист, – рассказывает Елена Владимировна, – наш тандем просто прекрасен для путешествий: канатная дорога, зоопарки, театр, балет, кино.

С особым трепетом рассказывает моя героиня о даче и выращивании цветов: это самая большая любовь.

– Мне очень нравится заниматься цветами, – говорит Елена Владимировна, – это как с детьми: приходит к тебе ребёнок, которого не слышит мир, а если и слышит, то совсем не понимает его речь. Ребёнку трудно, он пытается, но без профессиональной поддержки его усилия ни к чему не приводят. Так же и в природе: ты берешь семечко, а из него благодаря твоему вниманию, заботе, уходу вырастает потрясающий цветок. В работе логопеда так же: мы ставим один звук, потом следующий, автоматизируем, отработываем в разных формах, а в итоге так радостно видеть, как сильно изменилась не только речь ребёнка, но и сам он: стал более уверенным в себе, не боится выразить свои мысли вслух, не переживает из-за выстулений, знает, что его точно все поймут. Он расцветает, словно цветок, это награда любому педагогу.

**Пусть каждый специалист, работающий в этой интереснейшей профессии, видит как можно больше распутившихся и сияющих «цветов» своего труда! С праздником всех причастных!**

Нина Галева



Занятие с обучающимся школы социальной адаптации «Невозможное возможно».



Цветы, как дети, без заботы не вырастут.

## Немного высказываний от воспитанников Елены Розановой, для хорошего настроения:

– Катюшка, сегодня будем учить твой язычок произносить звук [ш], – говорит педагог.  
 – А мне это как-то в жизни поможет?! – тут же выдает риторический вопрос Катерина.

Еще один веселый парнишка говорил на моих занятиях:  
 «У меня уже уши заболели от твоей гимнастики для языка!»

Однажды захожу в кабинет, где занимаются ребята, и слышу:  
 «Тёма, Тёма, иди скорее, за тобой «логоед» пришёл!»

# «Иркутский завод полимеров. Спрашивали? Отвечаем!»

В Приангарье Иркутская нефтяная компания создает новую, газохимическую отрасль. Проект включает создание системы добычи подготовки, транспортировки и переработки газа со своих месторождений в продукт с высокой добавленной стоимостью. Производственная мощность предприятия – 650 тыс. тонн товарной продукции в год.

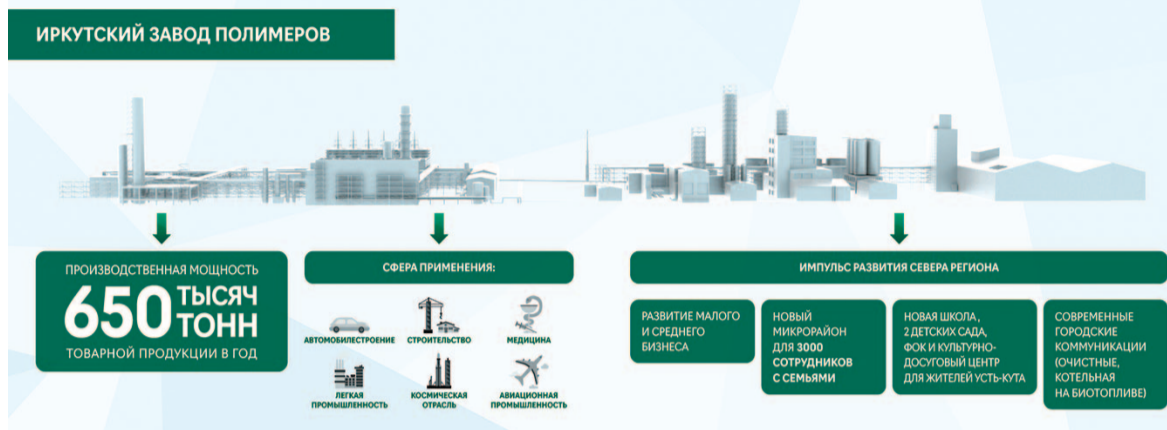
Старт проекту был дан в 2014 году в Усть-Кутском районе. В кластер производственных объектов ИНК также входит Иркутский завод полимеров. О том, как будет устроено будущее производство, зачем производят полимеры и другие полезные факты – в серии публикаций нашей новой рубрики «Иркутский завод полимеров. Спрашивали? Отвечаем!»

**Зачем нужны полимеры?** Производимый полиэтилен используется в самых разных отраслях, без них уже не представить нашу повседневную жизнь. В медицине из полимеров делают штифты, одноразовые шприцы, инструменты для хирургии, контейнеры для плазмы и крови, контактные линзы. Из полимеров изготавливают комплектующие для автомобилей и самолетов. В строительстве из полимеров создают электроконструкции, кабели, провода и трубы, изоляционные

эмали, лаки, пленки, сетки, ограждения и защитные покрытия. Полимеры добавляются в состав железобетона и бетона – это позволяет улучшить качество строительных материалов. Полимеры используются не только в производстве оборудования для пищевой промышленности, но и в упаковочных материалах.

**Из чего делают полимеры?** Сырьем для производства полимеров является этан, выделяемый из природного и попутного газов на месторождениях. **Этан – это газ без цвета и запаха.**

**Как будет устроено будущее производство?** Этан получают фракционированием – разделением на компоненты природного и попутного нефтяного газов на Усть-Кутском газоперерабатывающем заводе. Сюда этан будет поступать по 200-километровому продукто-



проводу с Ярактинского и Марковского месторождений ИНК. Затем этан будет направлен на Иркутский завод полимеров, где при высоких температурах в печах пиролиза преобразован в этилен. Следующим этапом станет полимеризация этилена, в результате получится полиэтилен. Полиэтилен будет в форме маленьких гранул расфасован в мешки.

**Насколько надежно оборудование?** Лицензиары технологий являются лидерами по количеству установок в развитых странах мира: в Австралии (Алтон), Японии (Кава-

саки), Италии (Бриндизи), Германии (Гельзенкирхен), Франции (Нотр-Дам-де-Гравеншон), Чехии (Литвинов), Бразилии (Рио-де-Жанейро), Канаде (Сарния, Мур). Линии по производству полимеров эксплуатируются во всем мире без существенной нагрузки на окружающую среду и влияния на население.

При рассмотрении проекта строительства завода и проверке расчетов выбросов проводился ряд государственных и независимых экспертиз государственной экологической экспертизы, Главгосэкспертизы, Роспотребнадзора, аудитов международных компаний. Были получены положительные заключения.

**Какое оборудование используется?** Завод встанет в ряд с современными производствами мира. При его строительстве используются современные технологии, **соответствующие жестким международным и российским экологическим требованиям.** Оборудование для предприятия произведено компаниями-лидерами мировой машиностроительной промышленности. Это позволит обеспечить безопасность производственного процесса. Запуск завода даст возможность трудоустройства для **1600 че-**

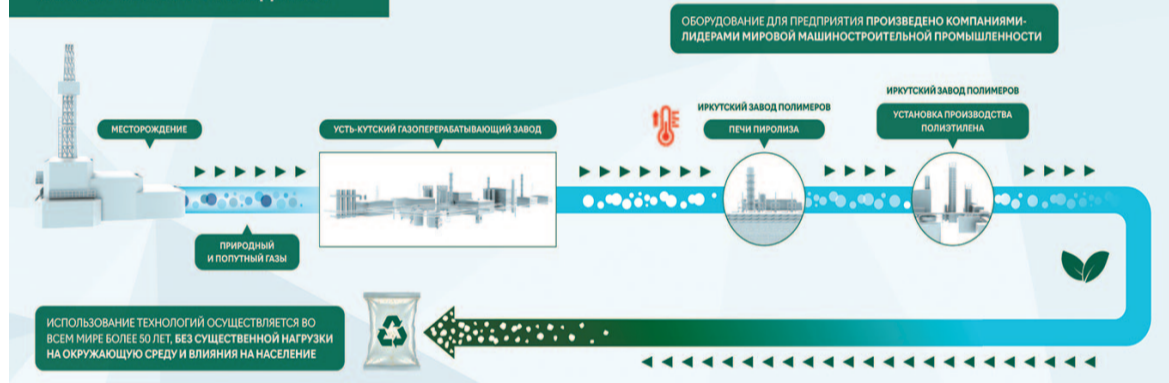
**людей**, в приоритете у компании – местные жители. В 2022 году в Усть-Куте открылся Центр карьеры ИНК (Кирова, 41, офис 23, тел. 8-983-410-01-42), целью которого является помощь устькутянам в выборе профессии и трудоустройстве.

Также для 3000 человек – сотрудников Иркутского завода полимеров с семьями – ИНК строит современный микрорайон из 31 блок-секции с развитой инфраструктурой: школой, двумя детскими садами, спортивным и культурно-досуговым комплексами. Все социальные объекты будут доступны и для горожан.

Ведется в Усть-Куте и строительство новых инженерных объектов коммунальной инфраструктуры: котельной и комплексных очистных сооружений, которые помогут снять нагрузку с коммунальной инфраструктуры города и станут новым импульсом для развития северной территории.

Подготовка проектной документации и прохождение соответствующих экспертиз были осуществлены на средства ИНК. Современные объекты коммунальной инфраструктуры будут использоваться для нужд города и нового микрорайона – для 7 тыс. человек.

## КАК УСТРОЕНО ПРОИЗВОДСТВО?



## ТРУД

# Самозанятые в 2022 году: новшества и ограничения

За три года существования режима НПД самозанятые суммарно заработали свыше 882 миллиардов рублей, уплатив, соответственно, почти 54 миллиарда рублей в казну государства. Ставку от 4 до 6 процентов власти пообещали сохранить на 10 лет. Однако всегда есть риски получить взыскания из-за недостаточной осведомленности, что можно, а что нельзя поручать самозанятым?

## Профессии

Полный перечень услуг, оказываемых самозанятыми, который определили в ФНС, можно посмотреть в приложении «Мой налог». Он насчитывает сотни специальностей по десяткам направлений. Приводить его здесь полностью мы не станем.

Чего точно нельзя поручать самозанятым на аутсорсинге:

- работать в сфере добычи полезных ископаемых;
- перепродавать;
- продавать акцизные товары;
- выполнять представительские функции на основании агентского договора.

Нельзя также заключать договор об оказании услуг с самозанятым, если он состоит в штате компании или уволился из нее менее двух лет назад. Эти виды нарушений

сейчас активно отслеживает ФНС при помощи скоринговой системы, которую запустили в марте 2021 года. И рассматривает это как способ снижения налоговой базы.

Надзорные органы анализируют такие аспекты, как динамика страховых выплат, среднемесячная численность, показатели среднеотраслевой налоговой нагрузки, персональная история трудоустройства самозанятого, источники и суммы его доходов.

## Совмещение

Любой гражданин имеет право одновременно быть самозанятым и работать в штате. Даже находясь на госслужбе. Правда, в последнем случае ему разрешен только один вид деятельности — сдача в аренду недвижимости.

Например, Иван Иванов работа-

ет водителем автобуса у частного перевозчика ИП «Ромашка» с графиком сутки через трое. В свободное от работы время он как самозанятый оказывает частные услуги извоза сторонним лицам. Однако оказание услуг в качестве самозанятого должно быть оформлено должным образом, а именно: заключен договор с заказчиком и после оплаты самозанятый должен зарегистрировать чек в налоговой и отдать его заказчику.

## Новое в 2022 году

Сейчас среди законодотворцев идет полемика на тему расширения возможностей для самозанятых. В том числе, возможно, они смогут выпускать и продавать маркируемые товары. Эту инициативу уже год высказывают в Минпромторге России.

Не новое, но мало кто знает и использует: самозанятым разрешено участие в госзакупках, в том числе и в рамках 44-ФЗ. Для этого необходимо получить электронную цифровую подпись и пройти аккредитацию на ЭТП.

Оформить самозанятость могут не только граждане России, но и некоторые иностранцы из тех, что ведут дела в нашей стране: например

жители Беларуси, Армении, Казахстана и Киргизии.

## Что делать если самозанятый потерял статус?

У налога на профессиональную деятельность есть важное ограничение.

Если годовой доход исполнителя превысил два миллиона четыреста тысяч рублей, то человек теряет все льготы и послабления. С этого момента ему необходимо переводить свою деятельность в поле индиви-

дуального предпринимательства.

Если этого не произойдет, то при утрате статуса самозанятого заказчик обязан начислить и уплатить 13 процентов НДФЛ, а также страховые и пенсионные взносы с того момента, как доход превысил 2,4 млн рублей. Поэтому бизнесу стоит быть осторожным и регулярно проверять как статус своего исполнителя, так и наличие у него других клиентов, чтобы избежать неудобных вопросов от контролирующих органов.

klerk.ru



## АРМИЯ

### По призыву 2,5 тысяч новобранцев

10 ноября состоялась отправка первых команд призывников Иркутской области к местам несения службы.

– Новобранцы, призванные на военную службу в ходе осенней призывной кампании, к выполнению задач специальной военной операции привлекаться не будут, – заверил первый заместитель губернатора Иркутской области Роман Колесов. Призывники отправлены на службу в составе шести команд. Все ребята обеспечены военной формой, обувью, несессерами, медицинскими масками, банковскими картами платежной системы «МИР» и индивидуальными электронными картами. Всего от Иркутской области отправят около 2,5 тыс. новобранцев, большинство из них будут служить в Вооруженных силах Российской Федерации, часть – в Федеральной службе войск национальной гвардии.



Призывники-срочники к выполнению задач специальной военной операции привлекаться не будут.

## СОЦЗАЩИТА

### Семьи мобилизованных не потеряют детские пособия

Ежемесячные выплаты в случае рождения третьего или последующих детей в Иркутской области будут назначать без учета доходов мобилизованных членов семьи.

Единовременную выплату в 100 тысяч рублей, которую выплачивают в регионе каждому мобилизованному, учитывать в общем доходе семьи не будут, сообщает пресс-служба правительства Иркутской области.

Соответствующее постановление подписал первый заместитель губернатора, председатель правительства Константин Зайцев.

– Изменения введены в целях поддержки малоимущих семей, так как учет сумм единовременной денежной выплаты при расчете среднедушевого дохода семьи приведет к превышению допустимого размера доходов семьи и, соответственно, к отказу в предоставлении мер поддержки, – пояснил Константин Зайцев.

Напомним, ежемесячное пособие в связи с рождением третьего или последующих детей составляет в южных районах – 13 648 рублей, в северных – 17 749 рублей.

Сейчас выплату получают более 19,5 тыс. детей.

## КУЛЬТУРА

### Первый в мире мультфильм о святом

Первый в мире мультфильм о святителе Иннокентии презентовали в Иркутске.

Премьерный показ мультфильма «От Анги до Форт-Росса: по следам святителя Иннокентия (Вениаминова)» состоялся в иркутском Доме кино. Это первая в мире анимационная лента, которая посвящена жизни выдающегося православного миссионера, просветителя, учёного, апостола Сибири и Америки.

Создание мультфильма приурочено к 225-летию со дня рождения и 45-летию канонизации святителя Иннокентия. Над ним работала анимационная студия «Форсайт» и Иркутский областной краеведческий музей имени Н.Н. Муравьева-Амурского.

– У каждого члена команды был свой объем работы, но некоторые вопросы мы решали совместно. Например, чтобы понять, как в то время выглядели семинаристы, жители Анги, Иркутска, Аляски, мы собирали всю нашу команду, состоящую в основном из историков и краеведов, подключали все наши знания, изучали исторические источники и приходили к решениям, которые воплотились в мультфильме, – отметила заместитель директора музея по экспозиционно-выставочной работе Наталья Гончаренко.

Работа над мультфильмом шла в течение года. Чтобы понять, как выглядел прославленный миссионер в детстве и юности, специалисты анализировали сохранившиеся изображения святителя Иннокентия в зрелом возрасте. В ленте зрители увидят иркутский период жизни миссионера, его учёбу в семинарии и частично – служение на Аляске. Длительность мультфильма – 15 минут.

17 ноября мультфильм показали на родине святителя Иннокентия, в селе Анга Качугского района.

## ИМЕНА

### София и Артем не сдают позиций

Специалисты службы ЗАГС по Иркутской области рассказали о самых необычных именах, которые родители давали новорожденным с начала 2022 года.

Самыми редкими мужскими именами стали: Мэлс, Витим, Енисей, Ждан, Гамлет, Натан, Радна, Алмаз, Буян, Рене, Максимус и Есей. Самыми необычными именами для девочек в 2022 году стали Венера, Луна, Тейя, Деметра, Северина, Флора, Ясна, Энея и Апполинария. Зарегистрированы и детки с двойными именами: девочки Алиса-Виктория, Лорианна-Каролина, Марион-Леа и Хавасмох-Ева и мальчики Давид-Тимур, Михаил-Александр, Артемий-Теодор, Олаф-Ливан и Дмитрий-Габриэль.

Также составили рейтинг наиболее популярных имен. У девочек это София, Ева, Виктория, Варвара, Анна, Алиса, Мария, Полина, Ксения и Милана. Среди мальчиков самыми распространенными стали имена Артем, Александр, Михаил, Матвей, Роман, Дмитрий, Тимофей, Максим. Иван и Лев. Кстати, София и Артём уже на протяжении нескольких лет удерживают первенство.



Алмаз, Буян, Луна, Апполинария – какие только имена не дают родители своим малышам.

## ЗА РУЛЁМ

### ДТП стало меньше

– В 2022 году в Иркутской области снизилась аварийность на дорогах, – сообщил министр транспорта и дорожного хозяйства региона Максим Лобанов.

По данным управления ГИБДД ГУ МВД России по Иркутской области, количество дорожно-транспортных происшествий сократилось на 5,9% по сравнению с аналогичным периодом прошлого года (с 2022 до 1903), число погибших снизилось на 14,8% (с 270 до 230), раненых – на 4,4% (с 2518 до 2405).

– Каждый день в министерстве транспорта проходит оперативный штаб, где специалисты анализируют произошедшие ДТП и их причины. Для предотвращения аварий нужны, прежде всего, профилактические меры. Результат, которого мы достигли, промежуточный, впереди еще много работы по снижению аварийности на дорогах, – отметил Максим Лобанов. В числе мер, которые принимают для снижения ДТП, – установка и модернизация светофоров, модернизация нерегулируемых пешеходных переходов. В 2022 году на автомобильных дорогах Иркутской области смонтировали и подключили 157 комплексов фотовидеофикса-

ции нарушений правил дорожного движения. Из них 107 стационарных комплексов, два – мобильных и 48 муляжей.

Для профилактики детского дорожно-транспортного травматизма

проводят массовые мероприятия со школьниками. Это конкурсы-фестивали «Безопасное колесо», профильные смены активистов отрядов юных инспекторов движения, чемпионаты юношеских автошкол по автомногоборью, конкурсы среди образовательных учреждений по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.



Школьников водят на выставку разбитых автомобилей, чтобы наглядно показать, чем может закончиться лихачество.

## СПОРТ

### «Россия», «Комсомолл», победа!

Иркутская команда «Комсомолл 1» победила на первенстве России по кёрлингу среди девушек до 19 лет.

Соревнования проходили с 7 по 12 ноября в тренировочном центре Дворца спорта «Айсберг» в Сочи. Участие приняли 24 команды из Москвы, Санкт-Петербурга, Московской, Самарской, Новосибирской, Челябинской, Ярославской, Калининградской, Омской областей и других регионов.

По регламенту первенства России на первом этапе команды были поделены на четыре группы по шесть команд в каждой и сыграли по кругу. Далее прошли игры плей-офф: четвертьфиналы, полуфиналы, финал и матч за третье место. Иркутск представляли воспитан-

ницы областной спортивной школы олимпийского резерва «Россия» Виктория Десова, Диана Михайлова, Елизавета Ковалёва и Елизавета Киселёва. Тренер спортсменок – Анна Трухина. Второй стала команда «Калининград 1», на третьем месте – «Челябинская область 1».

– Успешное выступление наших молодых спортсменок связано с планомерной работой, которую на протяжении двух лет ведёт областная спортивная школа олимпийского резерва «Россия» и Федерация кёрлинга Иркутской области. С 21 по 28 ноября в Муроме пройдёт международный женский турнир, в

котором примет участие наш первый состав. На эти соревнования спортсменки Приангарья приглашены, так как являются одной из сильнейших команд России. Кроме того, уверен, что достойно выступят наши спортсменки до 17 лет на всероссийских соревнованиях в конце ноября в Сочи. В этой возрастной категории турнир проводится впервые, – отметил президент Федерации кёрлинга региона Руслан Ситников.

Напомним, на первенстве России по кёрлингу среди юношей до 19 лет в Сочи иркутская команда стала серебряным призёром. В её состав входили скип Кирилл Палагней, Роман Кинаш, Андрей Дубровин, Данила Мухорин и Денис Скрябиков.



## Опасная «чёрная пятница» Как правильно делать покупки в интернете?

Ноябрь – период распродаж. Первая глобальная распродажа стартовала по всей России 11 ноября, впереди «черная пятница», которая традиционно проводится в последнюю пятницу ноября. Магазины обещают скидки до 70%. Несомненно, есть компании: которые действительно снижают цены, но встречаются и те, кто накручивают цены перед распродажей и уже на пике предлагают якобы гигантские скидки.

Что нужно знать о продаже товаров через интернет, читайте в нашем материале.

### 1. Главное правило покупок через Интернет.

От товара, купленного в интернет-магазине, в том числе в рамках акции «черная пятница», потребитель вправе отказаться в любое время до его передачи потребителю продавцом либо уполномоченным им лицом, а после передачи товара - в течение семи дней (если сохранен его товарный вид, потребительские свойства). Это правило не распространяется только на лекарства. Обратите внимание, что вскрытие некоторых товаров (косметика, одноразовая посуда, гигиенические средства и др.) может привести к потере их товарного вида, кроме того, другой покупатель посчитает такой товар потерявшим свои потребительские свойства.

### 2. Продавец и агрегатор информации о товарах.

С развитием интернет-торговли все больше покупок совершается на крупных торговых площадках, которые сами не всегда выступают в роли продавца (не являются собственником товара). Такие маркетплейсы принято называть «владелец агрегатора информации о товарах и услугах» (или просто - агрегатор). По закону у продавца и агрегатора разные обязанности.

### 3. Условия и цена товара по акции.

Продавец обязан четко сформулировать условия и цену приобретения товара по акции. Только если продавец правильно и доходчиво донесет информацию до покупателя, между ними не возникнет никаких конфликтных ситуаций.

Продавец обязан передать потребителю заказанный товар, даже если он еще не оплачен. Договор считается заключенным с момента выдачи продавцом по-

купателю кассового или товарного чека либо иного документа, подтверждающего оплату товара, или с момента получения продавцом сообщения о намерении покупателя приобрести товар (заключить договор).

### 4. Доставка точно в срок.

Продавец обязан передать товар покупателю в порядке и сроки, которые установлены в договоре. Если товар оплачен, но продавец тянет с отгрузкой или доставкой товара, то потребитель вправе потребовать уплаты ему за каждый день просрочки неустойки (пени) в размере 0,5 процента суммы от предварительной оплаты товара. ВАЖНО: если товар не был передан потребителю по его вине, последующая доставка производится в новые сроки, согласованные с продавцом, на условиях, предусмотренных договором розничной купли-продажи.

### 5. Может ли принять товар родственник или знакомый

Доставленный товар передается потребителю по указанному им адресу, а при отсутствии потребителя - любому лицу, предъявившему информацию о номере заказа, либо иное (в том числе электронное) подтверждение заключения договора розничной купли-продажи или оформления заказа, если иное не предусмотрено законодательством Российской Федерации или договором розничной купли-продажи.

### 6. Избегайте навязывания.

Не допускается навязывания дополнительных товаров и услуг. Комплектность товара определяется изготовителем. Проверка качества и консультирование по выбору товара вообще не могут являться дополнительными услугами, поскольку входят в обязанности продавца. Если потребителю предлагается застраховать то-

вар или расширить гарантию, следует учитывать, что гарантийный срок, заявленный изготовителем, не может быть уменьшен и должен быть раскрыт продавцом до заключения договора. Зачастую т.н. «программы страхования» или иной «защиты покупателя» дублируют в себе обязанности, которые продавец или изготовитель должны выполнять в силу закона (например осуществлять обмен товара на качественный или его ремонт).

### 7. Сроки возврата товара.

В случае если информация о порядке и сроках возврата товара надлежащего качества не была предоставлена в письменной форме в момент доставки товара, покупатель вправе отказаться от товара в течение 3 месяцев с момента его передачи.

### 8. Некачественный товар возвращайте сразу.

Если товар, приобретенный в Интернете, оказался ненадлежащего качества, то в этом случае потребитель в отношении товара с недостатками в целях защиты своих прав имеет все те же права, что и при «традиционной» (офлайн) торговле. Статьи 18-24 Закона «О защите прав потребителей» предусматривают возможность замены товара на новый, перерасчета стоимости, а также возврата продавцу товара с недостатками. Чем раньше заявите о наличии недостатка в товаре, тем легче будет продавцу разобраться с этой проблемой.

### 9. Как отличить агрегатора от продавца.

Закон «О защите прав потребителей» в связи с принятием по инициативе Роспотребнадзора последних поправок предусмотрел дополнительную защиту потребителей при покупке товаров (и заказе услуг) через т.н. сайты (приложения) владельцев агрегаторов информации о товарах (услугах). К ним относятся такие информационные ресурсы, на которых потребитель имеет возможность получить информацию о товаре (услуге), оформить заказ и оплатить его. Важной особенностью таких ресурсов является их ответственность за достоверность информации о фактическом продавце (исполнителе).

### 10. За что отвечает агрегатор

На владельцев агрегаторов возлагается ответственность за убытки потребителя из-за недостоверных сведений о товаре либо продавце. При этом в Законе «О защите прав потребителей» названы случаи их освобождения от ответственности. Например, если владелец агрегатора не изменял информацию о товаре (услуге), то требование потребителя о возмещении ему убытков, причиненных продажей товара (или оказания услуги) на основе неполной или недостоверной информации должно адресоваться напрямую продавцу (исполнителю услуги).

### 11. Как вернуть деньги через агрегатора.

Законом «О защите прав потребителей» установлены случаи, в которых владелец агрегатора по требованию потребителя обязан вернуть сумму предварительной оплаты товара (услуги). В частности, это ситуации, когда товар не доставлен (услуга не оказана) в срок и потребитель в связи с этим направил продавцу (исполнителю) уведомление об отказе от него и сообщил об этом владельцу агрегатора. В возврате такой предоплаты может быть отказано потребителю, если продавец предоставит подтверждение о передаче товара потребителю.

### Советы потребителям:

1. Проверьте цену на товар со скидкой у других продавцов. Если товар неожиданно «подорожал» перед акцией и со скидкой стоит столько же, сколько и раньше, привлечь к ответственности продавца (многие из которых находятся за рубежом) будет невозможно.
2. Слишком низкая цена может свидетельствовать о продаже фальсифицированного или контрафактного товара. Попробуйте запросить у продавца сведения об обязательном подтверждении соответствия товаров (услуг) обязательным требованиям, обеспечивающим их безопасность для жизни, здоровья покупателя, окружающей среды и предотвращение причинения вреда имуществу покупателя.
3. Обратите внимание на стоимость доставки товара до его оплаты. Большая скидка на товар может быть достигнута за счет дорогой доставки.
4. Убедитесь, что продавец не прячет информацию о себе. На сайте (в приложении) должно быть указано фирменное наименование продавца, место его нахождения (адрес), режим работы, ОГРН для юрлиц, фамилия, имя, отчество (если имеется) и ОГРНИП для индивидуальных предпринимателей.
5. Если вы покупаете товар на сайте владельца агрегатора информации о товарах (услугах), то в случае если товар не будет доставлен в срок, вы можете заявить требование о возврате денег такому посреднику (агрегатору). Возврат произойдет в течение десяти календарных дней со дня предъявления потребителем такого требования.
6. При покупке товара выясните, в какие сроки он должен быть доставлен. Продавец обязан согласовать с покупателем сроки передачи товара покупателю.
7. Опасайтесь фишинговых сайтов и ресурсов, основной целью которых является не продажа товаров со скидками, а сбор персональных данных, а также сведений о платежных картах и паролях к операциям при дистанционном банковском обслуживании. С обращениями и жалобами потребитель может обратиться в Управление Роспотребнадзора по субъекту Российской Федерации или заполнить форму обращения на официальном сайте Роспотребнадзора.

# В диалоге с читателями

Газета «Диалог» всегда была отражением мыслей общества, чаяний и проблем народа. Нам важно быть ближе к читателю, и мы готовы отвечать на ваши вопросы, жалобы и обращения. Нам, как и вам, небезразлична жизнь города и района, и мы, как и вы, готовы принять участие в её улучшении. Ежедневно в социальных сетях телерадиокомпании «Диалог» многие наши читатели, подписчики, зрители оставляют свои отклики, комментарии, вопросы. Другие звонят по телефону или пишут на электронную почту. Мы всегда ра-

ды общению, поэтому возродили в газете рубрику «Спрашивали? Отвечаем!», в которой устаканены могут задавать интересующие их вопросы, касающиеся различных сфер жизни. А корреспонденты еженедельника «Диалог» будут находить ответы, связываясь с представителями соответствующих организаций и ведомств.

Пишите о волнующих вас темах, задавайте свои вопросы, присылайте курьёзные фото по электронной почте [gdialogtv@mail.ru](mailto:gdialogtv@mail.ru) или по телефону 89642307781.

## НОВОВВЕДЕНИЕ

### Правда ли, что сиротам-участникам СВО дадут жильё?

**?** Правда ли, что участники специальной военной операции, которые имеют статус сироты, могут получить соцвыплату на приобретение жилья?

Соответствующие поправки в закон Иркутской области о дополнительной поддержке детей-сирот губернатор Игорь Кобзев внес на рассмотрение в Законодательное собрание региона.

Участникам СВО социальная выплата будет предоставляться в первоочередном порядке.

Сегодня право на такой вид соцподдержки имеют дети-сироты старше 18 лет, имеющие ребенка (детей), работающие по трудовому договору, служебному контракту, гражданско-правовому договору или в качестве индивидуального предпринимателя, не работающие, но осуществляющие уход за ребенком до трех лет или ребенком-инвалидом.

В 2022 году выплату получили 449 человек. Ещё три человека оформляют права собственности, один человек предоставил все необходимые документы на выплату. Итого 453 получателя.

## ЗАКОН

### Сколько денег с пенсии могут снимать за долги?

**?** Я пенсионерка, получаю около 15 тысяч. Брала два кредита. Сейчас с меня высчитывают за них 50 процентов пенсии. На руки получаю 7 тысяч, это меньше прожиточного минимума. Разве так можно?

Максимальная сумма, которую могут списать приставы с карты, установлена законом. Согласно ст. 99 ФЗ № 229 « Об исполнительном производстве», в большинстве случаев приставы могут снимать с карты должника не более 50 процентов получаемой им заработной платы или иных доходов (пенсии).

Однако 1 февраля 2022 года вступили в силу изменения в ст. 446 Гражданского процессуального кодекса РФ и Федеральный Закон «Об исполнительном производстве». Теперь должник вправе обратиться в подразделение судебных приставов, в котором ведется исполнительное производство, с заявлением о сохранении заработной платы и иных доходов ежемесячно в размере прожиточного минимума. Подразумевается прожиточный минимум для трудоспособного населения в целом по России. В 2022 году эта величина составляет по России 13 793 руб. Если у гражданина есть иждивенцы, он вправе попросить суд уберечь от взыскания более крупную сумму.

## СОЦЗАЩИТА

### Как отказаться от пособия по уходу за нетрудоспособным человеком?

**?** Ухаживаю за тетей-инвалидом, получаю соответствующее пособие. Но с нового года собираюсь выходить на работу. Надо ли об этом сообщать в опеку?

При выходе на работу человек, который получал выплату по уходу за нетрудоспособным, должен написать заявление об отказе от неё. Сделать это нужно в течение пяти рабочих дней в том же отделении Пенсионного фонда, где оформлялось пособие.

В России можно получить два вида подобных выплат: компенсационные и ежемесячные.

Компенсационную получают безработные, которые ухаживают за инвалидами I группы, людьми старше 80 лет или пожилыми, которым нужен постоянный уход по заключению врача. При этом неважно, проживают ли

они вместе и являются ли родственниками. Размер выплаты - 1,2 тыс. рублей в месяц. Она приходит вместе с пенсией подопечному.

Ежемесячную выплату получают безработные, которые ухаживают за ребёнком-инвалидом в возрасте до 18 лет или инвалидом с детства I группы. Её размер для родителя (усыновителя) или опекуна (попечителя) составляет 10 тыс. рублей, для других лиц - 1,2 тыс. рублей.

Важно знать: для жителей Крайнего Севера сумма увеличивается на районный коэффициент; пенсионеры и те, кто оформил пособие по безработице, выплат не получают.

Как оформить выплату? Подайте заявление от своего лица и согласие нетрудоспособного на уход через личный кабинет на сайте Пенсионного фонда. Подопечный может заполнить его самостоятельно, в случае недееспособности этим займётся законный представитель.

## НАЛОГИ

### Как проверить, учтена ли льгота при начислении налогов?

**?** В личном кабинете уже начислили имущественные налоги, но я не спешу оплачивать, так как смущает большая сумма. Боюсь, что положенные мне льготы не учли. Как проверить, все ли верно?

Как правило, налог начисляется с учётом льготы, если такие сведения есть в ФНС, но бывают и другие случаи. Тогда нужно проверить своё уведомление.

Для этого воспользуйтесь сервисом на сайте ФНС. Укажите свой регион и муниципальное образование, затем нажмите «Найти». Далее кликните на «Подробнее» в таблице.

Вся информация о льготе будет указана в графе «Размер налоговых льгот».

Если льгота или вычет не учтены в уведомлении, то направьте заявление о предоставлении льготы удобным для вас способом:

- в личный кабинет налогоплательщика;
- обращение онлайн;
- почта;
- лично в налоговой инспекции;
- МФЦ.

При наличии оснований для перерасчёта налогов после проверки будет сформировано новое уведомление. Если налог уплачен без учёта льготы, переплату можно вернуть или зачесть на следующий год.

**Напомним, все владельцы квартир, машин и участков должны до 10 декабря заплатить имущественные налоги за прошлый год.**

## ЗА РУЛЁМ

### Какие изменения ждут автомобилистов в 2023 году?

**?** Слышал, что скоро поменяется перечень документов на получение прав, и медицинское заключение требовать не будут. Значит, комиссию проходить не надо будет?

1 марта 2023 года должно вступить в силу постановление правительства, которое устанавливает новые правила получения водительского удостоверения. С этого дня действительно не нужно будет приносить медицинские заключения о наличии или отсутствии медицинских противопоказаний к управлению транспортным средством. Сотрудники ГИБДД сами запросят эту информацию в электронном виде у Минздрава России.

Обратите внимание: это касается только бумажной версии документа. Пройти всех необходимых врачей перед экзаменом все же придется.

Что касается замены водительских прав, то сейчас все водительские удостоверения, срок действия которых истекает в период с 1 января 2022 года по 31 декабря 2023 года, автоматически продлятся еще на три года.

Это значит, что водителям с истекающим сроком



прав можно их пока не менять. Штрафовать обладателей таких документов не будут: все изменения уже отражены в базе ГИБДД, поэтому инспекторы увидят, что права продолжают действовать.

Но если водитель планирует выезжать за границу и там управлять автомобилем, права все же придется обновить. А для вождения в некоторых государствах еще и оформить международное водительское удостоверение.

## Курение табака – форма зависимости человечества

23 февраля 2013 г. Правительство Российской Федерации приняло Федеральный закон № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий курения табака». Много после этого возникло споров и разногласий между курящим и некурящим населением страны, которые продолжаются и по сей день. Наверное, быть тому, что во благо людей. А благо для людей – это их жизнь и здоровье.

Табачный дым содержит *токсичные, мутагенные и канцерогенные* яды. Страшные значения этих слов описаны в медицинских словарях, сети интернет. В состав табачного дыма входит 196 ядовитых компонентов, которые превышают предельно-допустимую концентрацию для человека. Четырнадцать из этих веществ являются наркотическими, поэтому так легко люди становятся зависимы от табака. Яды, попадая в организм, сразу впитываются в кровь. Возникает защитная реакция организма – спазм по всем сосудам. От многократных спазмов сосуды курящего человека делаются тонкими, хрупкими и ломкими, т.е. происходит истончение сосудов. Если человек к тому же употребляет алкоголь, он сворачивает кровь, и сгустки крови начинают закупоривать места, где сосуды разветвляются. Происходит закупорка сосуда, сосуд раздувается, и, если

человек сделает затяжку сигаретой, стенка сосуда может не выдержать давления и лопнуть, отсюда – кровоизлияние. Если это микрокровоизлияние произойдет в мозге – это микроинсульт, если этот сосуд питает участок сердечной мышцы – микроинфаркт. Вот малая часть последствий курения табака и воздействия табачного дыма.

Любой человек, живущий на Земле, имеет право выбирать: быть здоровым или не быть. Больше опасение вызывают дети. Порой курящие родители даже не задумываются о том, какой вред они причиняют своему ребенку. Любой медицинский работник подтвердит то, что у курящей мамы ребенок будет отставать в умственном развитии. В семье, где курит один родитель, на 50 процентов страдает иммунитет ребенка. В семье, где курят оба родителя, иммунитет ребенка ослаблен на 90 процентов.

В п. 2 ч. 2 статьи 9 Федерального закона № 15-ФЗ от 23.02.2013 г. говорится, что граждане должны заботиться о формировании у детей отрицательного отношения к потреблению табака, а также о недопустимости их вовлечения в процесс потребления табака! В п. 4 статьи 20 того же закона говорится о недопущении потребления табака несовершеннолетними!

В связи с этим в кодекс об административных правонарушениях внесены изменения и дополнения: статья 6.23. «Вовлечение несовершеннолетнего в процесс потребления табака» предусматривает наказание в виде штрафа в размере от одной тысячи рублей до двух тысяч рублей. Подумайте, разве не является пассивным вовлечением детей в процесс курения табака, если они находятся в одном помещении, где курят взрослые люди?

Уважаемые взрослые, наша задача сохранить жизнь и здоровье себе и своим детям!

В наших силах ограничить попадание ядов табачного дыма в организм детей.

**Инспектор по делам несовершеннолетних Ленского линейного отдела полиции**

## Передача полномочий по предоставлению гражданам субсидий на оплату жилищно-коммунальных услуг

### ВНИМАНИЮ ЖИТЕЛЕЙ

#### города Усть-Кута и Усть-Кутского района

С 1 января 2023 года полномочия по предоставлению гражданам субсидий на оплату жилых помещений и коммунальных услуг будут переданы органам социальной защиты населения.

При обращении за предоставлением субсидий гражданам не нужно будет предоставлять сведения об оплатах за жилищно-коммунальные услуги и сведения о доходах (за исключением сведений о получаемых алиментах и стипендиях). Необходимые сведения поступят в орган социальной защиты населения в порядке электронного межведомственного взаимодействия.

С 1 января 2023 года с заявлением на предоставление субсидий можно обратиться следующими способами:

- лично в Управление социальной защиты по адресу: г. Усть-Кут, ул. Речников, д. 5, отдел реализации права на меры социальной поддержки;

- через многофункциональный центр «Мои документы»;

- через единый портал государственных услуг.

Для граждан, проживающих в сельских поселениях Усть-Кутского района, прием заявлений осуществляется дополнительно:

- через социальных участковых, работающих на территории сельских поселений;

- через многофункциональный центр «Мои документы», специалисты которого осуществляют выездной прием граждан на территориях сельских поселений.

Контактные телефоны: 8 (39565) 5-70-00; 8 (39565) 5-88-93, 8-983-400-92-77, официальный сайт <https://усзн-усть-кут.рф>

## Уважаемые жители города Усть-Кута и Усть-Кутского района!

Областное государственное казенное учреждение «Управление социальной защиты населения по Усть-Кутскому району» (далее-Управление) информирует о том, что в соответствии с Приказом от 08 сентября 2011 года № 118-мпр «О порядке организации проведения мероприятий, связанных с новогодними праздниками для детей» осуществляется прием заявлений и документов для выдачи новогодних подарков для детей в возрасте от 3 до 14 лет включительно из числа детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, детей-инвалидов, ВИЧ-инфицированных детей.

Для получения новогоднего подарка родитель (законный представитель) ребенка подает в расположенное по месту жительства(пребывания) ребенка Управление, заявление по форме. К заявлению о предоставлении новогоднего подарка прилагаются следующие документы:

1) паспорт или иной документ, удостоверяющий личность родителя (законного представителя) ребенка;


2) документ, подтверждающий полномочия законного представителя ребенка (акт о назначении опекуна(попечителя), договор о передаче ребенка на воспитание в семью, акт органа опеки и попечительства о помещении ребенка под надзор в организацию для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей);

3) свидетельство о рождении ребенка (детей);

4) справка, подтверждающая факт установления инвалидности, выдаваемая федеральным государственным учреждением медицинской социальной экспертизы, - для детей-инвалидов;


5) справка, выданная медицинской организацией государственной или муниципальной системы здравоохранения, о наличии у ребенка ВИЧ-инфекции – для ВИЧ-инфицированных детей.

По всем интересующим вопросам, а также для подачи заявления и документов вы можете обратиться в областное государственное казенное учреждение «Управление социальной защиты населения по Усть-Кутскому району» по адресу: 666781 Иркутская область, г. Усть-Кут, ул. Речников, 5, в приемную Управления, каб. № 16 либо по телефонам: 8 (39565)-57000, 8-983-400-86-80.



**МОИ ДОКУМЕНТЫ**

**ПРЕДОСТАВЛЕНИЕ МЕР СОЦИАЛЬНОЙ ПОДДЕРЖКИ В ФОРМЕ ДЕНЕЖНОЙ КОМПЕНСАЦИИ РАСХОДОВ НА ОПЛАТУ ЖИЛОГО ПОМЕЩЕНИЯ И КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ ОТДЕЛЬНЫМ КАТЕГОРИЯМ ГРАЖДАН В ИРКУТСКОЙ ОБЛАСТИ**




**ГОС УСЛУГИ**

**Вход на портал ГОСУСЛУГИ**


ПО ССЫЛКЕ [GOSUSLUGI.RU](https://www.gosuslugi.ru) ИЛИ ПО QR-КОДУ

Войдите в личный КАБИНЕТ



госуслуги

Войти



ССЫЛКА НА УСЛУГУ: [HTTPS://WWW.GOSUSLUGI.RU/600175/1/FORM](https://www.gosuslugi.ru/600175/1/FORM)

На портале необходимо войти в личный кабинет (авторизоваться), используя свои логин и пароль, при отсутствии учетной записи - предварительно зарегистрироваться на портале Госуслуги.

- Возьмите смартфон,
- Включите камеру
- Наведите объектив камеры на QR код

**ВЫБОР УСЛУГИ**

**1. ВВЕДИТЕ ЗАПРОС БОТУ:**  
«КОМПЕНСАЦИЯ РАСХОДОВ ПО ОПЛАТЕ ЖИЛОГО ПОМЕЩЕНИЯ И ЖИЛИЩНО-КОММУНАЛЬНЫХ УСЛУГ»

Нет нужного ответа

**2. В СЛУЧАЕ, ЕСЛИ ПОДХОДЯЩИЕ ОТВЕТЫ ОТСУТСТВУЮТ, ТО НАЖМИТЕ КНОПКУ**

Компенсация расходов по оплате жилого помещения и жилищно-коммунальных услуг отдельным категориям граждан

**3. ДАЛЕЕ ВАМ БУДЕТ ПРЕДЛОЖЕНА УСЛУГА:**

**ПОЛУЧЕНИЕ УСЛУГИ**

**4. ВЫБРАТЬ ЦЕЛЬ ОБРАЩЕНИЯ**

Назначение компенсационных выплат в связи с расходами по оплате жилых помещений и коммунальных услуг для впервые обратившихся

**5. ОТМЕТИТЬ КТО ОБРАЩАЕТСЯ ЗА УСЛУГОЙ**

Заявитель

Представитель заявителя

**6. СВЕРИТЬ СВЕДЕНИЯ О ЗАЯВИТЕЛЕ, ЗАПОЛНИТЬ С КЕМ ПРОЖИВАЕТ ЗАЯВИТЕЛЬ (В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ)**

**7. ОТМЕТИТЬ ПРИЧИНУ ОТНЕСЕНИЯ ЗАЯВИТЕЛЯ К ОТДЕЛЬНОЙ КАТЕГОРИИ ГРАЖДАН**

- Оформление инвалидности
- Участие в боевых действиях
- Исполнение обязанностей военной службы (служебных обязанностей)
- Великая Отечественная война
- Вторая мировая война
- Авария в 1957 году на проливном судне «Мави» и сброс радиоактивных отходов в реку Теча
- Катастрофа на Чернобыльской АЭС
- Ядерные испытания на Семипалатинском полигоне
- Подразделение особого риска
- Реабилитация жертв политических репрессий
- Иные категории

**8. ЗАПОЛНИТЬ ДАННЫЕ В СООТВЕТСТВИИ С ВЫБРАННОЙ КАТЕГОРИЕЙ, ПРИКРЕПИТЬ НЕОБХОДИМЫЕ ДОКУМЕНТЫ И НАЖАТЬ**

Подать заявление





## ПОНЕДЕЛЬНИК, 21 ноября

08:00 «9 этаж» (12+).  
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
08:30 «Мама в деле» (16+).  
09:00 «Одеть надежду» (16+).  
10:00 «Ангел в сердце» (т/с, Россия, 2013 г.), 10 серия (16+).  
11:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 54 серия (16+).  
12:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 85 серия (16+).  
13:00 «Мама в деле» (16+).  
13:30 «9 этаж» (12+).  
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
14:00 «Одеть надежду» (16+).  
15:00 «Ангел в сердце» (т/с, Россия, 2013 г.), 10 серия (16+).  
16:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 54 серия (16+).  
17:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 28 серия (16+).  
18:00 «Город историй» (16+).  
18:30 «BRICСтервью» (16+).  
19:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 55 серия (16+).  
20:00 «Мама в деле» (16+).  
20:30 «9 этаж» (12+).  
20:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
21:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 85 и 86 серии (16+).  
23:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 11 серия (16+).  
00:00 «Мама в деле» (16+).  
01:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 28 и 29 серии (16+).  
03:00 «Город историй» (16+).  
03:30 «BRICСтервью» (16+).  
04:00 «Мама в деле» (16+).  
05:00 «Одеть надежду» (16+).  
06:00 «Город историй» (16+).  
06:30 «BRICСтервью» (16+).  
07:00 «Мама в деле» (16+).

5.00 Телеканал «Доброе утро»  
9.00 Новости  
9.05 Премьера. «Анти-Фейк» (16+)  
9.40 «Жить здорово!» (16+)  
10.30 «Горячий лед». Фигурное катание. Гран-при России 2022. Произвольная программа. Этап V (0+)  
11.25 К 95-летию со дня рождения Эльдара Рязанова. «Человек-праздник» (16+)  
12.00 Новости  
12.05 «Человек-праздник» (16+)  
12.55 Фильм «Вокзал для двоих» (12+)  
14.00 Новости (с субтитрами)  
14.20 «Вокзал для двоих» (12+)  
15.45 Информационный канал (16+)  
17.00 Новости (с субтитрами)  
17.15 Информационный канал (16+)  
20.00 Новости (с субтитрами)  
20.15 Информационный канал (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 Памяти Сергея Пускепалиса. «Шифр». (16+)  
22.45 «Большая игра» (16+)  
23.45 Информационный канал (16+)  
3.00 Новости  
3.05 Информационный канал (16+) До 4.57

05:00 «Утро России». 05:07-05:10, 05:35-05:41, 06:07-06:10, 06:35-06:41, 07:07-07:10, 07:35-07:41, 08:07-08:10, 08:35-08:41-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:00 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:35 «Утро России-Иркутск».  
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]  
11:00 ВЕСТИ.  
11:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
14:00 ВЕСТИ.  
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
14:55 «Кто против?». Ток-шоу.[12+]  
16:00 ВЕСТИ.  
16:30 ПРЕМЬЕРА. «Малыхов».[16+]  
17:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
20:00 ВЕСТИ.  
21:05 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
21:20 РУССКАЯ СЕРИЯ. ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Игорь Петренко, Мария Машкова, Сергей Маховиков и Константин Милованов в телесериале «Баренцево море».[16+]  
22:20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]  
01:20 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым».[12+]  
03:20 Анна Гарнова, Илья Шакунов, Никита Панфилов, Борис Невзоров и Екатерина Кистень в телесериале «Личное дело».[16+] до 04:55

6.05 «МИНЫ В ФАРВАТЕРЕ». Телесериал. 16+.  
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+.  
10.00 Новости дня. 16+.  
10.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал. «Морское дело старатели». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.45 «Специальный репортаж». 16+.  
12.30 «Остров Гогланд. Война на холодных островах». Документальный фильм. 16+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.15 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». Телесериал. 16+.  
18.05 «Легенды разведки. Конон Молодой». Документальный фильм. 16+.  
19.00 Новости дня. 16+.  
19.15 «Специальный репортаж». 16+.  
19.50 «Битва оружейников». Документальный сериал. «Зенитно-ракетные комплексы. «Нева», «Круг» и «Куб» против МИМ-23 «Хоук». 16+.  
20.40 «Загадки века с Сергеем Медведевым». Документальный сериал. 12+.  
22.00 Новости дня. 16+.  
22.15 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
23.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. 12+.  
0.25 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» 12+.  
2.45 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал. «Морское дело старатели» 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
3.55 «Морской дозор». Документальный фильм. 12+.  
4.45 «Москва фронту». Документальный сериал. 16+.  
5.05 «НОВЫЙ ГОД В НОЯБРЕ» 16+

5.55 Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» /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».  
15.00 «Место встречи» (16+).  
17.00 «Сегодня».  
17.45 «За гранью» (16+).  
18.50 «ДНК» (16+).  
20.00 «Сегодня».  
21.00 Премьера. Остро сюжетный детектив «СПЕЦБАТ» /стерео/ (16+).  
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
0.35 «Сегодня».  
1.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
1.35 Михаил Полосухин в фильме «ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ» (16+).  
3.05 Сериал «ЗВЕРОБОЙ» /стерео/ (16+).  
До 5.55.

7.00 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
7.10 Субтитры. «Драконы и всадники Олуха» (6+). Мультсериал.  
8.00 «Приключения Вуди и его друзей» (0+). Мультсериал.  
9.55 «100 мест, где поест».(16+). Кулинарное тревел-шоу.  
11.00 Субтитры. «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО».(16+). Комедийный сериал.  
20.40 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕЦ» (16+). Фэнтези.  
23.15 Субтитры. «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ» (16+). Фантастический боевик.  
1.20 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком» (18+).  
2.20 «СЕРЕНА» (16+). Драма.  
4.10 «6 кадров» (16+). Скetch-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.  
10.00 «Звезды в Африке» (16+). Развлекательное шоу.  
12.00 «САШАТАНЯ» (16+). С субтитрами.  
15.00 «Женский клуб» (16+). Программа.  
16.00 «САШАТАНЯ» (16+).  
19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ» (16+) Сериал. С субтитрами.  
21.00 «ОТПУСК» (16+). Сериал.  
22.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ» (16+). Сериал.  
23.00 «Влюбись, если сможешь» (16+). Программа.  
0.30 «Женский стендап» (16+). Комедийная программа.  
1.30 «Такое кино!» (16+). Программа.  
2.00 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
4.30 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа.  
6.05 «Открытый микрофон» (16+). Юмористическая программа.  
7.40 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами



## ВТОРНИК, 22 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).  
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
08:30 «Знай себе цену» (16+).  
09:00 «НЛП. О женском» (16+).  
10:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 11 серия (16+).  
11:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 55 серия (16+).  
12:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 86 серия (16+).  
13:00 «Знай себе цену» (16+).  
13:30 «9 этаж» (12+).  
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
14:00 «НЛП. О женском» (16+).  
15:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 11 серия (16+).  
16:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 55 серия (16+).  
17:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 29 серия (16+).  
18:00 «Backstage» (16+).  
18:30 «BRICСтервью» (16+).  
19:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 56 серия (16+).  
20:00 «Знай себе цену» (16+).  
20:30 «9 этаж» (12+).  
20:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
21:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 86 и 87 серии (16+).  
23:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 12 серия (16+).  
00:00 «Знай себе цену» (16+).  
01:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 29 и 30 серии (16+).  
03:00 «Backstage» (16+).  
03:30 «BRICСтервью» (16+).  
04:00 «Знай себе цену» (16+).  
05:00 «НЛП. О женском» (16+).  
06:00 «Backstage» (16+).  
06:30 «BRICСтервью» (16+).  
07:00 «Знай себе цену» (16+).

5.00 Телеканал «Доброе утро»  
9.00 Новости  
9.05 Премьера. «Анти-Фейк» (16+)  
9.40 «Жить здорово!» (16+)  
10.30 Информационный канал (16+)  
14.00 Новости (с субтитрами)  
14.20 Информационный канал (16+)  
17.00 Новости (с субтитрами)  
17.15 Информационный канал (16+)  
20.00 Новости (с субтитрами)  
20.15 Информационный канал (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Шифр».(16+)  
22.45 «Большая игра» (16+)  
23.45 Информационный канал (16+)  
3.00 Новости  
3.05 Информационный канал (16+) До 4.57

05:00 «Утро России». 05:07-05:10, 05:35-05:41, 06:07-06:10, 06:35-06:41, 07:07-07:10, 07:35-07:41, 08:07-08:10, 08:35-08:41-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:00 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:35 «Утро России-Иркутск».  
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]  
11:00 ВЕСТИ.  
11:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
14:00 ВЕСТИ.  
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
14:55 «Кто против?». Ток-шоу.[12+]  
16:00 ВЕСТИ.  
16:30 ПРЕМЬЕРА. «Малыхов».[16+]  
17:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
20:00 ВЕСТИ.  
21:05 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
21:20 РУССКАЯ СЕРИЯ. ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Игорь Петренко, Мария Машкова, Сергей Маховиков и Константин Милованов в телесериале «Баренцево море».[16+]  
22:20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым».[12+]  
01:00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым».[12+]  
03:00 Анна Гарнова, Илья Шакунов, Никита Панфилов, Борис Невзоров и Екатерина Кистень в телесериале «Личное дело».[16+] до 04:45

6.25 «НОВЫЙ ГОД В НОЯБРЕ». 16+.  
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+.  
10.00 Новости дня. 16+.  
10.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Мужжание». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.45 «Специальный репортаж». 16+.  
12.20 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.15 «СМЕРШ. УМИРАТЬ ПРИКАЗА НЕ БЫЛО». Телесериал. 16+ (Со скрытыми субтитрами).  
18.05 «Легенды госбезопасности. Виктор Лягин. Последний бой разведчика». Документальный фильм. 16+.  
19.00 Новости дня. 16+.  
19.15 «Специальный репортаж». 16+.  
19.50 «Битва оружейников». Документальный сериал. «Легкие плавающие танки. ПТ-76 против М551 «Шеридан» 16+.  
20.40 «Улика из прошлого». «Легенды и мифы Кива. История одного преступления». 16+.  
22.00 Новости дня. 16+.  
22.15 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
23.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. 12+.  
0.25 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» Телесериал. 12+.  
2.50 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Мужжание». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
3.55 «ДЕВУШКА С ХАРАКТЕРОМ». 12+.  
5.25 «Звездный отряд». Документальный фильм. +12.

5.55 Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» /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».  
15.00 «Место встречи» (16+).  
17.00 «Сегодня».  
17.45 «За гранью» (16+).  
18.50 «ДНК» (16+).  
20.00 «Сегодня».  
21.00 Премьера. Остро сюжетный детектив «СПЕЦБАТ» /стерео/ (16+).  
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
0.35 «Сегодня».  
1.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
1.30 Премьера. «Англия - Россия. Коварство без любви». «Кривое зеркало короны» (16+).  
2.30 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» (16+). До 5.55.

7.00 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
7.15 Субтитры. «Драконы и всадники Олуха» (6+). Мультсериал.  
8.00 «Приключения Вуди и его друзей» (0+). Мультсериал.  
9.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО».(16+). Комедийный сериал.  
9.55 «Уральские пельмени. «Смехbook» (16+)  
10.10 Субтитры. «СЕНЯ-ФЕДЯ».(16+). Ситком.  
13.25 Субтитры. «КУХНЯ» (12+). Комедийный сериал.  
19.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО».(16+). Комедийный сериал.  
21.00 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ. ИНТЕРНЭШНЛ» (16+). Фантастическая комедия.  
23.10 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ» (0+). Фантастическая комедия.  
1.05 Субтитры. «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ» (18+). Комедийный боевик.  
3.15 Субтитры. «ВОРОНИНЫ» (16+). Комедийный сериал.  
4.05 «6 кадров» (16+). Скetch-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа.  
9.30 «Модные игры» (16+). Программа.  
10.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». «Ночь страха» (16+). Комедийный телесериал. С субтитрами.  
13.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
15.00 «Женский клуб» (16+). Программа.  
16.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
21.00 «ОТПУСК» (16+). Сериал.  
22.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ» (16+). Сериал.  
23.00 «Влюбись, если сможешь» (16+). Программа.  
0.30 «Женский стендап» (16+). Комедийная программа.  
1.30 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
4.05 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа.  
5.40 «Открытый микрофон» (16+). Юмористическая программа.  
7.15 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.



## СРЕДА, 23 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).  
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
08:30 «Арт-детективы» (16+).  
09:00 «Я вас услышал» (16+).  
10:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 13 серия (16+).  
11:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 57 серия (16+).  
12:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 88 серия (16+).  
13:00 «Арт-детективы» (16+).  
13:30 «9 этаж» (12+).  
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
14:00 «Я вас услышал» (16+).  
15:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 13 серия (16+).  
16:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 57 серия (16+).  
17:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 31 серия (16+).  
18:00 «Backstage» (16+).  
18:30 «BRICСтервью» (16+).  
19:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 58 серия (16+).  
20:00 «Люди дела» (12+).  
20:30 «9 этаж» (12+).  
20:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
21:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 88 и 89 серии (16+).  
23:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 14 серия (16+).  
00:00 «Арт-детективы» (16+).  
01:00 «Жизнь прекрасна» (т/с, Китай, 2018 г.), 31 и 32 серии (16+).  
03:00 «Backstage» (16+).  
03:30 «BRICСтервью» (16+).  
04:00 «Арт-детективы» (16+).  
05:00 «Я вас услышал» (16+).  
06:00 «Backstage» (16+).  
06:30 «BRICСтервью» (16+).  
07:00 «Арт-детективы» (16+).

5.00 Телеканал «Доброе утро»  
9.00 Новости  
9.05 Премьера. «Анти-Фейк» (16+)  
9.40 «Жить здорово!» (16+)  
10.30 Информационный канал (16+)  
14.00 Новости (с субтитрами)  
14.20 Информационный канал (16+)  
17.00 Новости (с субтитрами)  
17.15 Информационный канал (16+)  
20.00 Новости (с субтитрами)  
20.15 Информационный канал (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Шифр». (16+)  
22.45 «Большая игра» (16+)  
23.45 Информационный канал (16+)  
3.00 Новости  
3.05 Информационный канал (16+) До 4.57

05:00 «Утро России». 05:07-05:10, 05:35-05:41, 06:07-06:10, 06:35-06:41, 07:07-07:10, 07:35-07:41, 08:07-08:10, 08:35-08:41-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 09:00 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 09:35 «Утро России-Иркутск». 09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+] 11:00 ВЕСТИ. 11:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+] 14:00 ВЕСТИ. 14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 14:55 «Кто против?». Ток-шоу.[12+] 16:00 ВЕСТИ. 16:30 ПРЕМЬЕРА. «Малыхов». [16+] 17:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+] 20:00 ВЕСТИ. 21:05 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 21:20 РУССКАЯ СЕРИЯ. ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Игорь Петренко, Мария Машкова, Сергей Маховиков и Константин Милованов в телесериале «Баренцево море». [16+] 22:20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+] 01:00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». [12+] 03:00 Анна Гарнова, Илья Шакунов, Никита Панфилов, Борис Невзоров и Екатерина Кистень в телесериале «Личное дело». [16+] до 04:45

6.05 «РУССКАЯ РУЛЕТКА (ЖЕНСКИЙ ВАРИАНТ)». Художественный фильм 16+.  
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+.  
10.00 Новости дня. 16+.  
10.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Беда за бедой». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.45 «Специальный репортаж». 16+.  
12.20 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.15 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал. 16+.  
19.00 Новости дня. 16+.  
19.15 «Специальный репортаж». 16+.  
19.50 «Битва оружейников». Документальный сериал. «Боевые машины пехоты. БМП-1 против М113 и «Marder-1». 16+.  
20.40 «Секретные материалы». Документальный сериал. 16+.  
22.00 Новости дня. 16+.  
22.15 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
23.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. 12+.  
0.25 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» Телесериал 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
3.50 «Бой за берет». Документальный фильм. 12+.  
4.20 «Раздвигая льды». Документальный фильм. 12+.  
4.55 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал 16+.

5.55 Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» /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».  
15.00 «Место встречи» (16+).  
17.00 «Сегодня».  
17.45 «За гранью» (16+).  
18.50 «ДНК» (16+).  
20.00 «Сегодня».  
21.00 Премьера. Остро сюжетный детектив «СПЕЦБАТ» /стерео/ (16+).  
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
0.35 «Сегодня».  
1.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
1.30 «Англия - Россия. Коварство без любви».  
«Великая подстрекательница» (16+).  
2.30 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» (16+). До 5.55.

7.00 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
7.15 Субтитры. «Драконы и всадники Олуха» (6+). Мультсериал.  
8.00 «Приключения Вуди и его друзей» (0+). Мультсериал.  
9.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+). Комедийный сериал.  
10.00 «Уральские пельмени. «Смехbook» (16+)  
10.10 Субтитры. «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+). Ситком.  
13.25 Субтитры. «КУХНЯ» (12+). Комедийный сериал.  
19.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+). Комедийный сериал.  
21.00 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-2» (12+). Фантастическая комедия.  
22.45 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-3» (12+). Фантастическая комедия.  
0.55 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В СЕМЬЮ» (16+). Криминальная комедия.  
3.10 Субтитры. «ВОРОНИНЫ» (16+). Комедийный сериал.  
4.00 «6 кадров» (16+). Скетч-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа.  
10.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» (16+). Комедийный телесериал. С субтитрами.  
13.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
15.00 «Женский клуб» (16+). Программа.  
16.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
21.00 «ОТПУСК» (16+). Сериал.  
22.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ» (16+). Сериал.  
23.00 «Влюбись, если сможешь» (16+). Программа.  
0.30 «Женский стендап» (16+). Комедийная программа.  
1.30 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
4.05 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа. «Финал»  
6.25 «Открытый микрофон». «Финал» (16+). Юмористическая программа.  
7.45 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.



## ЧЕТВЕРГ, 24 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).  
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
08:30 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
09:00 «Я вас услышал» (16+).  
10:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 14 серия (16+).  
11:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 58 серия (16+).  
12:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 89 серия (16+).  
12:30 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
13:30 «9 этаж» (12+).  
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
14:00 «Я вас услышал» (16+).  
15:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 14 серия (16+).  
16:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 58 серия (16+).  
17:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
18:00 «Чек-лист» (16+).  
18:40 ««BRICСтервью»» (16+).  
19:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 59 серия (16+).  
20:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
20:30 «9 этаж» (12+).  
20:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
21:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 90 серия (16+).  
22:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 15 и 16 серии (16+).  
00:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
01:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).  
03:00 «Стереоклуб» (16+).  
04:00 «Подлец» (х/ф, Россия, 2015 г.) (16+)  
05:45 «Чек-лист» (16+).  
06:25 «BRICСтервью» (16+).  
07:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).

5.00 Телеканал «Доброе утро»  
9.00 Новости  
9.05 Премьера. «Анти-Фейк» (16+)  
9.40 «Жить здорово!» (16+)  
10.30 Информационный канал (16+)  
14.00 Новости (с субтитрами)  
14.20 Информационный канал (16+)  
17.00 Новости (с субтитрами)  
17.15 Информационный канал (16+)  
20.00 Новости (с субтитрами)  
20.15 Информационный канал (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 «Шифр». (16+)  
22.45 «Большая игра» (16+)  
23.45 Информационный канал (16+)  
3.00 Новости  
3.05 Информационный канал (16+) До 4.57

24 ноября 2022 г. Четверг  
05:00 «Утро России». 05:07-05:10, 05:35-05:41, 06:07-06:10, 06:35-06:41, 07:07-07:10, 07:35-07:41, 08:07-08:10, 08:35-08:41-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 09:00 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 09:35 «Утро России-Иркутск». 09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+] 11:00 ВЕСТИ. 11:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+] 14:00 ВЕСТИ. 14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 14:55 «Кто против?». Ток-шоу.[12+] 16:00 ВЕСТИ. 16:30 ПРЕМЬЕРА. «Малыхов». [16+] 17:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+] 20:00 ВЕСТИ. 21:05 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 21:20 РУССКАЯ СЕРИЯ. ПРЕМЬЕРА. Павел Трубинер, Екатерина Вилкова, Игорь Петренко, Мария Машкова, Сергей Маховиков и Константин Милованов в телесериале «Баренцево море». [16+] 22:20 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+] 01:00 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». [12+] 03:00 Анна Гарнова, Илья Шакунов, Никита Панфилов, Борис Невзоров и Екатерина Кистень в телесериале «Личное дело». [16+] до 04:45

6.20 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал. 16+.  
8.00 Информационно-развлекательная программа «Сегодня утром». 12+.  
10.00 Новости дня. 16+.  
10.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Страшнее, чем шторм». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.45 «Специальный репортаж». 16+.  
12.20 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.15 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал. 16+.  
17.10 «Легенды госбезопасности». Документальный сериал. «Самоходные артиллерийские установки. 2С3 «Акация» против М109». 16+.  
20.40 «Код доступа». 12+.  
22.00 Новости дня. 16+.  
22.15 «Открытый эфир». Ток-шоу. 16+.  
23.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. 12+.  
0.25 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» Телесериал. 12+.  
3.00 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Страшнее, чем шторм». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
4.05 «БЛИЗНЕЦЫ». Художественный фильм. 6+.  
5.35 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал. 16+.

5.55 Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» /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».  
15.00 «Место встречи» (16+).  
17.00 «Сегодня».  
17.45 «За гранью» (16+).  
18.50 «ДНК» (16+).  
20.00 «Сегодня».  
21.00 Премьера. Остро сюжетный детектив «СПЕЦБАТ» /стерео/ (16+).  
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
0.35 «Сегодня».  
1.00 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
1.30 «Поздняков» (16+).  
1.45 «Мы и наука. Наука и мы» (12+).  
2.40 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» (16+). До 5.55.

7.00 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
7.15 Субтитры. «Драконы и всадники Олуха» (6+). Мультсериал.  
8.00 «Приключения Вуди и его друзей» (0+). Мультсериал.  
9.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+). Комедийный сериал.  
10.00 «Уральские пельмени. «Смехbook» (16+)  
10.25 Субтитры. «СЕНЯ-ФЕДЯ». (16+). Ситком.  
13.20 Субтитры. «КУХНЯ» (12+). Комедийный сериал.  
19.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+). Комедийный сериал.  
21.00 Субтитры. «НЕВЕРОЯТНЫЙ ХАЛК» (16+). Фантастический боевик.  
23.15 Субтитры. «ХАЛК» (16+). Фантастический боевик.  
2.00 «РОКОВОЕ ИСКУШЕНИЕ» (18+). Драма.  
3.45 Субтитры. «ВОРОНИНЫ» (16+). Комедийный сериал.  
4.30 «6 кадров» (16+). Скетч-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.  
9.30 «Перезагрузка» (16+). Программа.  
10.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА» (16+). Комедийный телесериал. С субтитрами.  
13.00 «САШАТАНЯ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
15.00 «Женский клуб» (16+). Программа.  
16.00 «РАЗВОД» (16+). Сериал.  
19.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
21.00 «ОТПУСК» (16+). Сериал.  
22.00 «Про жарка». «Демис Карабидис» (18+). Юмористическая программа.  
23.00 «Влюбись, если сможешь» (16+). Программа.  
0.30 «Женский стендап» (16+). Комедийная программа.  
1.30 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
4.05 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа. ическая программа.  
5.40 «Открытый микрофон. Дайджест» (16+). Юмористическая программа.  
7.15 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.



## ПЯТНИЦА, 25 НОЯБРЯ

08:00 «9 этаж» (12+).  
08:20 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
08:30 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
09:00 «Я вас услышал» (16+).  
10:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 14 серия (16+).  
11:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 58 серия (16+).  
12:00 «Поддаться искушению» (т/с, Россия, 2017 г.), 89 серия (16+).  
12:30 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
13:30 «9 этаж» (12+).  
13:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
14:00 «Я вас услышал» (16+).  
15:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 14 серия (16+).  
16:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 58 серия (16+).  
17:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
18:00 «Чек-лист» (16+).  
18:40 «BRICСтервью» (16+).  
19:00 «Первая леди» (т/с, Колумбия, 2011 г.), 59 серия (16+).  
20:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
20:30 «9 этаж» (12+).  
20:50 «Мой край – усть-кутская земля» (6+).  
21:00 «Поддаться искушению» (т/с, Мексика, 2017 г.), 90 серия (16+).  
22:00 «Ангел-хранитель» (т/с, Россия, 2017 г.), 15 и 16 серии (16+).  
00:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).  
01:00 Клипотека ПИ ФМ (16+).  
03:00 «Стереоклуб» (16+).  
04:00 «Подлец» (х/ф, Россия, 2015 г.) (16+).  
05:45 «Чек-лист» (16+).  
06:25 «BRICСтервью» (16+).  
07:00 «Вкусно по ГОСТУ» (16+).

5.00 Телеканал «Доброе утро»  
9.00 Новости  
9.05 Премьера. «Анти-Фейк» (16+)  
9.40 «Жить здорово!» (16+)  
10.30 Информационный канал (16+)  
14.00 Новости (с субтитрами)  
14.20 Информационный канал (16+)  
17.00 Новости (с субтитрами)  
17.15 Информационный канал (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым (16+)  
19.45 «Поле чудес» (16+)  
21.00 «Время»  
21.45 ф а н т а с т и к а. Ф и н а л (12+)  
0.05 «Баста. Моя игра» (16+)  
1.20 «Судьба на выбор». Многосерийный фильм (16+)  
2.15 «Информационный канал» (16+) До 6.00

05:00 «Утро России». 05:07-05:10, 05:35-05:41, 06:07-06:10, 06:35-06:41, 07:07-07:10, 07:35-07:41, 08:07-08:10, 08:35-08:41-ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:00 ВЕСТИ-СИБИРЬ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
09:35 «Утро России-Иркутск».  
09:55 «О самом главном». Ток-шоу.[12+]  
11:00 ВЕСТИ.  
11:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
14:00 ВЕСТИ.  
14:30 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
14:55 «Кто против?». Ток-шоу.[12+]  
16:00 ВЕСТИ.  
16:30 ПРЕМЬЕРА. «Малыхов». [16+]  
17:30 «60 Минут». Ток-шоу.[12+]  
20:00 ВЕСТИ.  
21:15 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
21:30 ПРЕМЬЕРА. Музыкальное гранд-шоу «Дуэты». [12+]  
23:45 ПРЕМЬЕРА. «Улыбка на ночь». Программа Евгения Петросяна.[16+]  
00:50 Ольга Дятловская, Михаил Химичев и Максим Радугин в фильме «Непредвиденные обстоятельства». [12+]  
04:10 Анна Гарнова, Илья Шакунов, Никита Панфилов, Борис Невзоров и Екатерина Кистень в телесериале «Личное дело». [16+] до 05:00

7.00 «НА ВСЕХ ШИРОТАХ...» Телесериал (16+).  
9.05 «Память». Документальный сериал. «Саня, Саша, Сашка, Александр Покрышкин: следуя за мечтой». 16+.  
10.00 Новости дня. 16+.  
10.20 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал «Крепости быты!». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.55 «25 ноября - День российской миротворца». Документальный фильм. 16+.  
12.25 «Освобождение». Документальный фильм. 16+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.20 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». Телесериал 16+.  
19.00 Новости дня. 16+.  
19.20 «ЧЕРНЫЕ ВОЛКИ». Телесериал 16+.  
23.00 «Здравствуйте, товарищи!» 16+.  
0.00 «Музыка+». 12+.  
0.55 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» Телесериал 12+.  
3.05 «РОССИЯ МОЛОДАЯ». Телесериал. «Крепости быты!». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
4.05 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ». Художественный фильм. 12+.  
5.40 «Хроника Победы». Документальный сериал. 16+.

5.55 Сериал «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ» /стерео/ (16+).  
7.30 «Утро. Самое лучшее» (16+).  
9.00 «Сегодня».  
9.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим» (6+).  
10.25 «Следствие вели...» (16+).  
11.00 «Сегодня».  
11.35 «Следствие вели...» (16+).  
12.00 «Мусор против человека». Научное исследование Сергея Малозёмова (12+).  
13.00 «ДедСад» (0+).  
14.00 «Сегодня».  
14.25 «Чрезвычайное происшествие».  
15.00 «Место встречи» (16+).  
17.00 «Сегодня».  
17.45 «ДНК» (16+).  
18.55 «Жди меня» (12+).  
20.00 «Сегодня».  
21.00 Премьера. Остро сюжетный детектив «СПЕЦБАТ» /стерео/ (16+).  
23.10 Сериал «СКОРАЯ ПОМОЩЬ» /стерео/ (16+).  
1.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым (16+).  
2.45 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+).  
3.10 «Квартирный вопрос» (0+).  
4.00 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР» (16+).  
4.30 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» (16+). До 6.05.

7.00 Субтитры. «Ералаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
7.15 Субтитры. «Драконы и всадники Олуха» (6+). Мультсериал.  
8.00 «Приключения Вуди и его друзей» (0+). Мультсериал.  
9.00 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+). Комедийный сериал.  
10.00 «Маска. Танцы». (16+). Танцевальное телешоу.  
12.05 Субтитры. «МЕГАМОЗГ» (0+). Полнометражный анимационный фильм.  
13.55 «Уральские пельмени. «Смехbook» (16+)  
14.05 «Шоу «Уральских пельменей» (16+)  
22.00 «2+1» (16+). Комедийная драма.  
0.20 Субтитры. «НЕВЕРОЯТНЫЙ ХАЛК» (16+). Фантастический боевик.  
2.35 Субтитры. «ВОРОНИНЫ» (16+). Комедийный сериал.  
4.15 «6 кадров» (16+). Скетч-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ералаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.  
9.30 «Звездная кухня» (16+). Программа.  
10.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». «Соперник» (16+). Комедийный телесериал. С субтитрами.  
12.00 «Вызов» (16+). Программа.  
13.00 «САШАТАНЯ» (16+). Комедия. С субтитрами.  
19.00 «Концерты» (16+). Концерт.  
20.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.  
22.00 «Комеди Клаб» (16+). Юмористическая программа.  
0.00 «Открытый микрофон» (16+). Юмористическая программа.  
1.00 «YESTERDAY» (12+). Мелодрама  
3.05 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
4.40 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа.  
6.15 «Открытый микрофон. Дайджест» (16+). Юмористическая программа.



## СУББОТА, 26 НОЯБРЯ

08:00 «Мама в деле» (16+).  
09:00 «Одеть надежду» (16+).  
10:00 «#КЕМБЫТЬ» (6+).  
10:30 «Кадры» (12+).  
11:00 «Проект 123/19. Дебют» (16+).  
12:00 «НЛП. О женском» (16+).  
13:00 «Мама в деле» (16+).  
14:00 «Пропасть между нами» (т/с, Россия, 2019 г.), 1-4 серии (16+).  
18:00 «НЛП. О женском» (16+).  
19:00 «Одеть надежду» (16+).  
20:00 «Мама в деле» (16+).  
21:00 «Подлец» (х/ф, Россия, 2015 г.) (16+).  
22:50 «В России идет снег» (х/ф, Россия, 2009 г.) (16+).  
00:30 «Мама в деле» (16+).  
01:00 «Проект 123/19. Дебют» (16+).  
03:00 «Пропасть между нами» (т/с, Россия, 2019 г.), 1-4 серии (16+).  
07:00 «Мама в деле» (16+).

6.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»  
9.00 «Умницы и умники» (12+)  
9.45 «Слово пастыря» (0+)  
10.00 Новости  
10.10 Премьера. «Пролет» (0+)  
11.05 Премьера. «Поехали!» (12+)  
12.00 Новости  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
14.40 «Судьба на выбор». Многосерийный фильм (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 «Судьба на выбор» (16+)  
15.45 «Роковая любовь Саввы Морозова» (12+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.20 Премьера. «Снова вместе. Ледниковый период» (0+)  
21.00 «Время»  
21.35 «Сегодня вечером» (16+)  
23.15 Павел Прилучный в фильме «Тень звезды» (12+)  
0.55 «Великие династии. Волконские» (12+)  
1.50 «Моя родословная» (12+)  
2.30 «Наедине со всеми» (16+)  
3.15 «Россия от края до края» (12+) До 5.10

05:00 «Утро России. Суббота».  
08:00 ВЕСТИ-ИРКУТСК. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ.  
08:20 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 «Доктор Мясников». Медицинская программа. [12+]  
12:35 Анна Ковальчук в детективном телесериале «Тайны следствия». [16+]  
17:00 ВЕСТИ.  
18:00 «Привет, Андрей!». Вечернее шоу Андрея Малахова. [12+]  
20:00 ВЕСТИ.  
21:00 ПРЕМЬЕРА. Аглия Шилова, Александр Устюгов, Виктор Супрун, Анатолий Лобочкий, Екатерина Соломатина, Елена Муравьева, Андрей Финягин и Любовь Зайцева в фильме «Столичная штука». [12+]  
00:50 Валерий Николаев, Алина Сергеева, Яна Соболевская, Мария Звонарёва и Илья Глинников в фильме «Обучаю игре на гитаре». [16+]  
03:50 Яна Шивкова, Владимир Шевельков, Максим Коновалов и Анна Банщикова в фильме «Не покидай меня, Любовь». [12+] до 05:30

6.05 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» 12+.  
7.40 «ЗОЛОТЫЕ РОГА». 6+.  
9.00 Новости дня. 16+.  
9.15 «Морской бой». 6+.  
10.10 «Маршалы Сталина. Семен Тимошенко». Документальный фильм. 16+ (Со скрытыми субтитрами).  
11.00 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» 12+.  
12.45 «Легенды музыки». Виктор Салтыков. 12+.  
13.10 «Легенды науки». Гавриил Илизаров. 12+.  
14.00 Новости дня. 16+.  
14.15 «Время героев». 16+.  
14.35 «Главный день». «Катастрофа на Фукусиме и Владимир Асмолов». 16+.  
15.20 «СССР. Знак качества» 12+.  
16.10 «Не факт!». 12+.  
16.35 «Война миров». Документальный сериал. 16+.  
17.25 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». Телесериал 16+.  
19.00 Новости дня. 16+.  
19.30 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». Телесериал 16+.  
22.00 «Легендарные матчи». «Олимпиада-2016. Гандбол. Женщины. Посуфиял. Норвегия - Россия». 12+.  
1.00 «ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
2.25 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА» 12+.  
3.55 «ЗОЛОТЫЕ РОГА». 6+.  
5.10 «Вторая мировая война. Город-герой Севастополь». Документальный фильм. 12+.  
5.35 «Москва фронту». Документальный сериал. 16+.  
5.55 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД» 12+ (Со скрытыми субтитрами).

6.05 «Спето в СССР» (12+).  
6.50 Детективный сериал «ИНСПЕКТОР КУПЕР» /стерео/ (16+).  
8.30 «Смотр» (0+).  
9.00 «Сегодня».  
9.20 «Поедем, поедим!» (0+).  
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 «Секрет на миллион». Владимир Долинский (16+).  
16.00 «Своя игра» (0+).  
17.00 «Сегодня».  
17.20 «ЧП. Расследование» (16+).  
18.00 «Следствие вели...» (16+).  
20.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым.  
21.20 Остро сюжетный сериал «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. СИМБИРСКИЕ МОРОЗЫ» /стерео/ (12+).  
23.35 «Ты не поверишь!» (16+).  
0.35 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном (16+).  
1.15 «Квартирный НТВ у Маргулиса». Стас Ярушин и МузLoft Band /стерео/ (16+).  
2.40 «Дачный ответ» (0+).  
3.35 «Таинственная Россия» (16+).  
4.20 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» (16+). До 6.00.

7.00 Субтитры. «Ералаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 Субтитры. «Фиксики» (0+). Мультсериал.  
7.25 «Мультфильмы» (0+)  
7.45 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
8.30 «Отель у овечек» (0+). Мультсериал.  
9.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты» (6+). Мультсериал.  
9.25 Субтитры. «Шоу «Уральских пельменей» (16+)  
10.00 «ПроСТО кухня» (12+). Кулинарное шоу.  
11.00 «100 мест, где поест» (16+). Кулинарное тревел-шоу.  
12.00 «ДУША» (6+). Полнометражный анимационный фильм.  
14.00 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ» (0+). Фантастическая комедия.  
15.55 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-2» (12+). Фантастическая комедия.  
17.40 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ-3» (12+). Фантастическая комедия.  
19.40 Субтитры. «ЛЮДИ В ЧЕРНОМ. ИНТЕРНЭШНЛ» (16+). Фантастическая комедия.  
22.00 Субтитры. «ПЛОХИЕ ПАРНИ НАВСЕГДА» (16+). Комедийный боевик.  
0.35 Субтитры. «ПРИЗРАК В ДОСПЕХАХ» (16+). Фантастический боевик.  
2.35 «РИТМ-СЕКЦИЯ» (18+). Драматический триллер.  
4.20 «6 кадров» (16+). Скетч-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+)  
6.50 Субтитры. «Ералаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.  
10.00 «Модные игры» (16+). Программа.  
10.30 «Звездная кухня» (16+). Программа.  
11.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа.  
15.00 «Вызов» (16+). Программа.  
16.00 «Однажды в России» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.  
18.50 «Новая битва экстрасенсов» (16+). Паранормальное шоу.  
22.00 «Новые танцы» (16+). Шоу.  
0.00 «Женский стендап» (18+). Юмористическая программа.  
1.05 «Битва экстрасенсов» (16+). Паранормальное шоу.  
3.50 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
5.25 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа.  
6.15 «Открытый микрофон» (16+). Юмористическая программа.  
7.50 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.

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



## ВОСКРЕСЕНЬЕ, 27 НОЯБРЯ

08:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).  
09:00 «Одеть надежду» (16+).  
10:00 «#КЕМБЫТЬ» (6+).  
10:30 «Кадры» (12+).  
11:00 «Проект 123/19. Дебют» (16+).  
12:00 «Я вас услышал» (16+).  
13:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).  
14:30 «Подлец» (х/ф, Россия, 2015 г.) (16+).  
16:20 «В России идет снег» (х/ф, Россия, 2009 г.) (16+).  
18:00 «Я вас услышал» (16+).  
19:00 «Одеть надежду» (16+).  
20:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).  
21:00 «Пропать между нами» (т/с, Россия, 2019 г.), 1-4 серии (16+).  
01:00 «Деконструкция» (16+).  
03:00 «В России идет снег» (х/ф, Россия, 2009 г.) (16+).  
05:00 «#КЕМБЫТЬ» (6+).  
05:30 «Кадры» (12+).  
06:00 «Проект 123/19. Дебют» (16+).  
07:00 «Вкусно по ГО-СТУ» (16+).

5.10 Фильм «Спортлото-82» (0+)  
6.00 Новости  
6.10 «Спортлото-82» (0+)  
6.55 «Играй, гармонь любимая!» (12+)  
7.40 «Часовой» (12+)  
8.10 «Здоровье» (16+)  
9.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея (12+)  
9.40 «Непутевые заметки» с Дм. Крыловым (12+)  
10.00 Новости  
10.10 «Жизнь своих» (12+)  
11.05 «Повара на колесах» (12+)  
12.00 Новости  
12.15 «Видели видео?» (0+)  
14.30 «Женщины» Фильм (0+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.10 «Женщины» (0+)  
16.40 «Горячий лед». Гран-при России 2022. Фигурное катание. Короткая программа. Этап VI (0+)  
17.45 «Романовы» (12+)  
18.50 Документальный фильм Оливера Стоуна «Как убили Джона Кеннеди» (16+)  
21.00 «Время»  
22.35 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр (16+)  
23.45 Документальный фильм «Безумные приключения Луи де Фюнеса» (12+)  
1.35 «Моя родословная» (12+)  
2.20 «Наедине со всеми» (16+)  
3.05 «Россия от края до края» (12+) До 4.57

05:35 Дарья Калмыкова, Иван Волков, Сергей Комаров и Анна Тараторкина в фильме «Мама выходит замуж». [12+]  
07:15 «Устами младенца». 08:00 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ.  
08:35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым». 09:25 «Утренняя почта с Николаем Басковым». 10:10 «Сто к одному». Телеигра.  
11:00 ВЕСТИ.  
11:50 Анастасия Крылова, Джеймс Тратас, Екатерина Копанова, Михаил Тарабукин, Дмитрий Пчела и Екатерина Семёнова в фильме «Дом где сердце». [12+]  
16:00 ВЕСТИ.  
17:00 ПРЕМЬЕРА. «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова. [12+]  
18:00 ПРЕМЬЕРА. «Все-российский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица». 19:00 ПРЕМЬЕРА. «Песни от всей души». Вечернее шоу Андрея Малахова. [12+]  
20:00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ.  
22:00 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН.  
22:40 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]  
01:30 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». [12+]  
02:30 Дарья Калмыкова, Иван Волков, Сергей Комаров и Анна Тараторкина в фильме «Мама выходит замуж». [12+] до 04:15

7.10 «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА». Художественный фильм 12+ (Со скрытыми субтитрами).  
8.40 «ЧЕРНЫЕ БЕРЕГЫ». Художественный фильм. 16+.  
10.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым. 16+.  
10.25 «Служу России». 12+.  
10.55 «Военная приемка». 12+.  
11.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. «Альманах №120». 16+.  
12.30 «Код доступа». 12+.  
13.20 «Легенды армии с Александром Маршалом». Андрей Кунаков. 12+.  
14.05 «Специальный репортаж». 16+.  
14.55 «ПРИВЕТ ОТ КАТЮШИ». Телесериал 16+.  
19.00 Главное с Ольгой Беловой. 16+.  
20.45 «Битва оружейников». Документальный сериал. «Ударные вертолёты Ми-24 против АН-1 «Кобра» 16+.  
21.30 «Битва оружейников». Документальный сериал. «Тяжелые истребители. Су-27 против F-15 «Игл» 16+.  
22.20 «Легенды советского сыска». Документальный сериал. 16+ (Со скрытыми субтитрами).  
0.00 «Фетисов». Ток-шоу. 12+.  
0.45 «БОЛЬШАЯ СЕМЬЯ». Художественный фильм 12+.  
2.35 «ПРИКАЗАНО ВЗЯТЬ ЖИВЫМ». Художественный фильм, 12+.  
4.20 «ИЗ ПЛАМЯ И СВЕТА...» Телесериал, 16+.

6.00 Детективный сериал «ИНСПЕКТОР КУПЕР» /стерео/ (16+).  
7.35 «Центральное телевидение» (16+).  
9.00 «Сегодня».  
9.20 «У нас выигрывают!» Лотерейное шоу (12+).  
11.00 «Сегодня».  
11.20 «Первая передача» (16+).  
12.00 «Чудо техники» (12+).  
12.55 «Дачный ответ» (0+).  
14.00 «НашПотребНадзор» (16+).  
15.05 «Однажды...» (16+).  
16.00 «Своя игра» (0+).  
17.00 «Сегодня».  
17.20 «Следствие вели...» (16+).  
19.00 «Новые русские сенсации» (16+).  
20.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой.  
21.20 «Суперстар! Возвращение». Новый сезон /стерео/ (16+).  
0.25 «Звезды сошлись» (16+).  
1.55 «Основано на реальных событиях» (16+).  
4.25 Сериал «ПРОФИЛЬ УБИЙЦЫ» /стерео/ (16+). До 5.55.

7.00 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.  
7.05 Субтитры. «Фиксики» (0+). Мультсериал.  
7.25 «Мультфильмы» (0+).  
7.45 «Три кота» (0+). Мультсериал.  
8.30 Субтитры. «Царевны» (0+). Мультсериал.  
8.55 Субтитры. «Шоу «Уральских пельменей» (16+).  
10.00 «Рогов+» (16+). Мэйквер-шоу.  
11.00 Субтитры. «Шоу «Уральских пельменей» (16+).  
11.10 «ПОТЕРЯННОЕ ЗВЕНО» (6+). Полнометражный анимационный фильм.  
13.05 Субтитры. «ЗОЛУШКА» (6+). Фэнтези.  
15.15 Субтитры. «ХОЛОДНОЕ СЕРДЦЕ-2» (6+). Полнометражный анимационный фильм.  
17.15 «ШАН-ЧИ И ЛЕГЕНДА ДЕСЯТИ КОЛЕС» (16+). Фэнтези.  
19.55 Субтитры. «СЕМЕЙКА АДДАМС» (12+). Полнометражный анимационный фильм.  
21.40 Субтитры. «БОЛЬШОЙ И ДОБРЫЙ ВЕЛИКАН» (12+). Фэнтези.  
0.00 «Маска. Танцы». (16+). Танцевальное телешоу.  
1.55 «2+1» (16+). Комедийная драма.  
4.00 «6 кадров» (16+). Скетч-шоу.  
6.30 «Мультфильмы» (0+).  
6.50 Субтитры. «Ерлаш» (0+). Детский юмористический киножурнал.

8.00 «Мой маленький пони» (6+). Мультфильм.  
9.55 «КОСМИЧЕСКИЙ ДЖЕМ» (12+). Фантастическая комедия  
11.30 «Перезагрузка» (16+). Программа.  
12.00 «ЖУКИ» (16+). Сериал. С субтитрами.  
20.00 «Звезды в Африке» (16+). Развлекательное шоу.  
22.00 «Концерты» (16+). Концерт.  
23.00 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
0.00 «Я тебе не верю» (16+). Программа.  
1.00 «Новые танцы» (16+). Шоу.  
2.55 «Битва экстрасенсов» (16+). Паранормальное шоу.  
5.20 «Импровизация» (16+). Юмористическая программа.  
6.10 «Comedy Баттл» (16+). Юмористическая программа.  
6.55 «Открытый микрофон» (16+). Юмористическая программа.  
7.40 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+). Юмористическая программа. С субтитрами.

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

## В МО МВД России «Усть-Кутский» открыты вакансии на службу



### Межмуниципальный отдел Министерства внутренних дел России «Усть-Кутский» приглашает граждан для прохождения службы по должностям:

- следователь следственного отдела;
- полицейский (водитель) ОППСП;
- полицейский ОППСП;
- оперуполномоченный ОУР (дислокация г. Усть-Кут);
- оперуполномоченный ОУР (дислокация в рп. Магистральном);
- участковый уполномоченный полиции;
- участковый уполномоченный полиции (дислокация в п. Улькан);
- участковый уполномоченный полиции (дислокация в рп. Магистральном);
- полицейский (кинолог) ООиК ПиО ИВС;
- водитель автомобиля группы (комендантская) по охране объектов ОВД (дислокация г. Усть-Кут);
- водитель автомобиля группы (комендантская) по охране объектов ОВД (дислокация в рп. Магистральном);
- водитель-сотрудник группы тылового обеспечения;
- инспектор отделения по вопросам миграции;
- государственный инспектор БДД РЭО ГИБДД (дислокация в рп. Магистральном);

- оперативный дежурный дежурной части ОП (дислокация в рп. Магистральном);
- секретарь-машинистка следственного отдела (временно-наёмная);
- специалист группы кадров ОРЛС (временно-наёмная);
- эксперт-химик.

#### Требования к кандидатам на службу:

- гражданин РФ, не имеющий двойного гражданства;
- возраст от 18 до 40 лет (для замещения должностей рядового состава и младшего начальствующего состава – 35 лет, должностей среднего, старшего и высшего начальствующего состава – 40 лет);
- служба в вооруженных силах РФ (для мужчин);
- образование не ниже полного среднего (на должности младшего начальствующего состава), не ниже среднего профессионального (на должности среднего начальствующего состава), не ниже высшего юридического (на должности старшего начальствующего состава);
- для поступления на службу на должности следователя (дознателя) обязательно наличие высшего юридического образования;
- отсутствие судимости;
- отсутствие грубых и неоднократных нарушений административного законодательства.

#### Сотрудникам предоставляется:

1. Стабильная и своевременная заработная плата;
2. Обеспечение вещевым имуществом, в том числе форменным обмундированием;
3. Возможность бесплатного обучения в высших учебных заведениях МВД России;
4. Обязательное государственное страхование жизни и здоровья;
5. Ежегодный оплачиваемый отпуск: сотруднику органов внутренних дел, проходящему службу в районах Крайнего Севера, в приравненных к ним местностях или в других местностях с неблагоприятными климатическими или экологическими условиями, в том числе отдаленных, ежегодно предоставляется основной отпуск продолжительностью **45 календарных дней**. (ч. 1-5 ст. 57 Федерального закона от 30.11.2011 г. № 342-ФЗ «О службе в органах внутренних дел и внесении изменений в отдельные законодательные акты органов внутренних дел Российской Федерации» (продолжительность отпуска

вырастает до **89 календарных дней**, в зависимости от замещаемой должности и стажа службы в ОВД);

6. Возможность отдыха в санаториях системы МВД России;

7. Оплата проезда ж/д, авиа (по РФ), автомобильным транспортом общего пользования, а так же личным автотранспортом к месту проведения отпуска и обратно сотруднику и одному члену его семьи;

8. Сотрудник, имеющий стаж службы в органах внутренних дел не менее 10 лет в календарном исчислении, имеет право на единовременную социальную выплату для приобретения или строительства жилого помещения один раз за весь период государственной службы, в том числе службы в органах внутренних дел (ч. 1-10 ст. 4 Федерального закона от 19.07.2011 г. № 247-ФЗ «О социальных гарантиях сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации и внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации»<sup>1</sup>;

9. Право на бесплатное получение медицинской помощи, в том числе на изготовление и ремонт зубных протезов (за исключением зубных протезов из драгоценных металлов и других дорогостоящих материалов), бесплатное обеспечение лекарственными препаратами для медицинского применения по рецептам на лекарственные препараты, бесплатное обеспечение медицинскими изделиями по назначению врача в медицинских организациях федерального органа исполнительной власти в сфере внутренних дел или федерального органа исполнительной власти в сфере деятельности войск национальной гвардии Российской Федерации, в сфере оборота оружия, в сфере частной охранной деятельности и в сфере вневедомственной охраны (ч. 1-13 ст. 11, № 247-ФЗ);

10. Денежное довольствие от 25 тыс. рублей до 90 тыс. рублей (в зависимости от должности, стажа, имеющегося специального звания и личных достижений в службе).

#### РАБОТА В ПОЛИЦИИ – это стабильность и уверенность в завтрашнем дне.

По всем вопросам трудоустройства обращаться в отдел кадров МО МВД России «Усть-Кутский». По адресу: г. Усть-Кут, ул. Кирова, 95, 3-й этаж, кабинет № 44.

Телефон: 8 (39565) 5-30-17.  
По информации МО МВД России «Усть-Кутский»

# Не поел с утра – переел в обед

## Зачем нужно завтракать?

**Первый прием пищи заряжает энергией на целый день, запускает процесс метаболизма в организме после периода ночного покоя. От качества и количества еды утром зависит то, насколько продуктивным будет ваш день.**

Многие люди привыкли совсем не завтракать, выпить чашку кофе или чая. Но диетологи говорят, что такую привычку нужно менять. Те, кто пренебрегает завтраком, сами лишают свой организм нужных ему веществ и витаминов.

Часто можно наблюдать, что в утренние часы человек вялый, сонливый, есть чувство усталости. И потом во время обеда может уже переест лишнего, поскольку организм хочет получить то, чего ему не хватает. Из-за этого появляются лишние килограммы, проблемы с желудочно-кишечным трактом. Поэтому пищу нужно принимать полноценно уже с утра.

### Как разбудить аппетит?

Голодному человеку сложно думать о делах. Поэтому после полноценного завтрака концентрация внимания будет лучше. Кроме того, врачи говорят, что правильный завтрак помогает контролировать уровень холестерина и сахара в организме, так как предупреждает возможность переедания во второй половине дня. Есть исследование, подтверждающее, что люди, которые завтракают, имеют более сильный иммунитет и не так часто болеют.

В кишечнике есть полезные пищеварительные ферменты, вырабатываемые организмом как раз утром. Если человек не ест утром, их секреция снижается, и это может повлиять на работу организма.

Утром, сразу после сна, если вы не совсем проснулись и аппетит еще не появился, полезно выпить стакан теплой воды. Можно добавить в воду каплю лимонного сока или чайную ложку меда. Важно сделать зарядку или легкую гимнастику, можно даже не вставая с постели. Все эти процедуры улучшат аппетит.

### Каким должен быть первый прием пищи?

Прежде всего, завтрак должен быть питательным. Его главная задача – зарядить нас энергией на целый день. Если человек ест рано, то желательнее употреблять легкую пищу. В состав завтрака должны входить углеводы и белки. Белки являются главным материалом для строительства клеток, а углеводы отвечают за обеспечение организма энергией.

Идеальный завтрак – это каша. Она является источником сложных углеводов, которые обеспечивают энергией и создают чувство насы-



Идеальный завтрак – это каша, но не из пакетика.

щения надолго. Кроме того, в крупах много витаминов, минеральных веществ и пищевых волокон, которые полезны для всех органов. Однако это утверждение верно для нерафинированных круп, произведенных из цельного зерна. Каши быстрого приготовления, манная и рисовая каша из очищенного зерна этими свойствами не обладают.

Также отличный вариант для завтрака – йогурт или мюсли с фруктами (но в них не должно быть много сахара). Можно приготовить омлет с сыром, сварить яйца или просто съесть легкий салат из свежих овощей. Творог, орехи, филе индейки

или куриные грудки станут прекрасным источником белка.

### Даже сладкое можно

Утром некогда думать о том, что приготовить. Поэтому намного удобнее будет составить меню заранее. Питание, конечно, должно быть правильным, но сильные ограничения приводят к срывам. Если вы не представляете свою жизнь без сладкого, утро – идеальное время для «маленького преступления». Но лучше выбирать полезные сладости – сухофрукты или фрукты.

После завтрака и до обеда организму необходим правильный пе-

рекус. Это поможет избавиться от чувства голода. Работа будет плодотворной, и за обедом вам не грозит переедание. Идеальное время для перекуса или второго завтрака – примерно через три часа после основного приема пищи. Для правильного перекуса прекрасно подойдет яблоко, стакан кефира или горсть орехов.

Правильный завтрак спортсмена или человека с высокой физической активностью отличается от завтрака обычного человека. В процессе тренировок или силовых нагрузок расходуется много энергии, которую нужно восполнять. Завтрак должен быть сбалансированным и более калорийным. Кроме каш, молочных продуктов и яиц спортсменам нужно включить в свой рацион больше мяса, рыбы, отварные и свежие овощи, молочные или кисломолочные продукты.

### Не подходят для завтрака:

- колбасные изделия, копчености,
- сдоба и выпечка, сладости в большом количестве,
- жирная и жареная пища,
- быстрые завтраки (каши-минутки, хлопья): в них может быть много сахара, плюс всевозможные консерванты.

**Начинайте свой день с полезных продуктов, готовьте на завтрак здоровые, вкусные блюда – и вы получите заряд бодрости на весь день.**

## Главные правила питания зимой

**Какие витамины и какие продукты необходимы нам в холодное время года, давайте разбираться вместе.**

Зимний рацион напрямую связан с количеством энергии, которую организм тратит для поддержания правильного термогенеза. Чтобы восполнять запасы энергии, человеку необходимо употреблять в пищу животный белок, поскольку растительный менее энергоемкий. А также сложные углеводы. Для поддержания водно-солевого баланса необходимо следить за своим питьевым режимом. Потребность взрослого человека – 1,5 литра в сутки.

Организм зимой испытывает острую потребность в витаминах. Недостаток этих веществ может привести к гиповитаминозам, а в последствии – к развитию более серьезных нарушений систем организма, а также снижению иммунитета. Чего нам не хватает и из каких продуктов это получить?

**Витамин А.** На самом деле так называют целую группу химических веществ, близких по химическому строению, которая включает ретинол (витамин А1, аксерофтол) и другие ретиноиды, проявляющие похожую биологическую активность: дегидроретинол (витамин А2), ретиналь (ретинол, альдегид витамина А1), ретиноевую кислоту.

*Ретиноиды содержатся в продуктах животного происхождения, таких как рыбий жир, говяжья пе-*

*чень, творог, сыр, сливочное масло, икра.*

Провитамины А, или каротиноиды, – это метаболиты предшественники витамина А, то есть в организме из каротиноидов образуются ретиноиды. Наиболее важным среди них является β-каротин.

*Каротиноиды содержатся в продуктах растительного происхождения, например в моркови, тыкве, шпинате, брокколи, зелёном луке, бобовых (соя, горох), персиках, яблоках.*

Одним из самых ранних признаков гиповитаминоза витамина А является развитие «куриной слепоты» – нарушение темновой адаптации.

Также гиповитаминоз витамина А вызывает задержку роста в молодом возрасте, фолликулярный гиперкератоз (повышенное ороговение кожи), сухость слизистых (в том числе кишечника, бронхов, мочевыводящих путей, что может приводить к развитию воспалительных процессов, в том числе инфекционной природы), ксерофтальмию (сухость конъюнктивы глаза), кератомалицию (помутнение и размягчение роговицы глаза), нарушение оплодотворяющей активности сперматозоидов.

**Витамин Е** также представляет собой группу соединений, важнейшими из них являются токоферолы и токотриенолы.



Организм зимой испытывает острую потребность в витаминах.

Основные источники витамина Е – растительные масла (соевое, хлопковое, подсолнечное), орехи (миндаль, арахис), зеленые листовые овощи, злаковые, бобовые, яичный желток, молоко.

Недостаток витамина Е приводит к нарушению остроты зрения, сухости кожи, анемии, мышечной дистрофии, дегенеративным изменениям сердечной мышцы, нарушению репродуктивных способностей.

**Витамин С** – аскорбиновая кислота – органическое соединение, одно из наиболее важных в рационе человека.

*Содержится во фруктах и овощах (наиболее богат витамином С шиповник). Также в больших ко-*

*личествах содержится в облепихе, сладком (болгарском) перце, черной смородине, киви, белых сушеных грибах, зелени петрушки и укропа, брюссельской капусте, брокколи.*

При недостатке витамина С наблюдаются такие симптомы, как сухость кожи, выпадение волос, ломкость ногтей, выпадение зубов, кровоточивость десен, плохое заживление ран, снижение иммунитета, боль в суставах, повышенная утомляемость и раздражительность.

**Витамин D** также является группой биологически активных веществ, в которую входят холекальциферол и эргокальциферол.

*Холекальциферол (вита-*

*мин D3) синтезируется под действием ультрафиолетовых лучей в коже, а также поступает в организм человека с пищей. Эргокальциферол (витамин D2) поступает исключительно с пищей.*

Основная функция витаминов D2 и D3 – обеспечение всасывания в тонком кишечнике кальция и фосфора из пищи.

Для образования витамина холекальциферола в коже необходимо воздействие ультрафиолетовых лучей. При нахождении в тени или при облачной погоде синтез предшественника холекальциферола может сокращаться на 60%.

Пищевыми источниками витамина D являются некоторые водоросли, жирные сорта рыбы, рыбий жир, лесные грибы лисички.

*Недостаток витамина D приводит рахиту, болезням сердца и гипертонии, ломкости костей, пародонтиту, мышечным болям, судорогам, головным болям, усталости и бессоннице, может ухудшить состояние при ревматоидном артрите, астме, диабете, рассеянном склерозе.*

С целью профилактики развития гиповитаминоза в зимнее время следует, предварительно проконсультировавшись с врачом, принимать комплексные биологически активные добавки, содержащие в своем составе указанные выше витамины.

**По материалам  
здоровое-питание.рф**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МКУК «ГКБЦ» УКМО (ГП)  
Зубарева Л. А.  
2022 г.

**ПОЛОЖЕНИЕ  
о проведении городского Конкурса  
открыток «Тебе, любимая мамочка»,  
посвященного празднованию  
Дня Матери в России**

**1. Общие положения.**

1.1. Настоящее Положение определяет статус, цели, задачи, порядок проведения конкурса «Тебе, любимая мамочка» (далее - Конкурс) и приурочена ко Дню Матери.

1.2. Организатор Конкурса «Тебе, любимая мамочка»: МКУК «ГКБЦ» УКМО (ГП) филиал № 3.

**2. Цели и задачи Конкурса.**

2.1. Цель:

пропаганда культурных, нравственных, семейных ценностей и почитание женщины-матери, ее неосценимой роли в воспитании детей и сохранении семьи.

**2.2. Задачи:**

- способствовать созданию теплых взаимоотношений в семье, основанных на уважении друг к другу;  
- привлечь внимание к чтению книг о маме, продвижение семейного чтения, семейных традиций;  
- способствовать сплочению детей и взрослых в творчестве, совместной деятельности.

**3. Участники Конкурса**

3.1. Участники Конкурса – дети в возрасте от 6 до 12 лет

**4. Сроки проведения Конкурса**

4.1. Конкурс проводится с 10 ноября по 2 декабря 2022 года.

4.2. Работы участников Конкурса принимаются до 30 ноября 2022 года по адресу: ул. Коммунистическая, 13, филиал № 3.

3. Телефон для справок: 8 (395-65) 5-74-78; 8-950-123-65-89.

**5. Условия и порядок проведения Конкурса**

5.1. Для участия в Конкурсе необходимо сделать своими руками открытку с текстом, в котором главная тема: «Выра-

жение любви и уважение к матери».

5.2. Открытка (творческая работа) может быть выполнена в любой технике (рисунок, аппликация, коллаж и т.д.), любыми изобразительными средствами и материалами.

5.3. С целью проведения оценки работ создается Жюри, которое формируется из представителей пользователей и коллектива библиотеки.

5.4. Результаты работ – 2 декабря 2022 г.

5.5. Выставка работ осуществляется в читальном зале филиала-библиотеки № 3.

5.6. Объявление итогов в СМИ и социальных сетях библиотеки – 2 декабря 2022.

**6. Критерии оценки работ:**

- соответствие тематике Конкурса;  
- оригинальность творческого замысла;  
- качество выполнения работы;  
- выразительность и яркость.

**7. Подведение итогов.**

Все участники Конкурса получают сертификаты, победители награждаются дипломами I, II, III степени.



Валентин Распутин.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКУК «Усть-Кутская МБ» УКМО  
Конопацкая Л.Н.  
09.11.2022 г.



Александр Вампилов.

**Положение о проведении районного конкурса чтецов  
«Писатели земли Иркутской», посвященного 85-летию В.Г. Распутина и  
А.В. Вампилова**

**1. Общие положения.**

1.1. Районный конкурс чтецов «Писатели земли Иркутской», посвященный 85-летию В.Г. Распутина и А.В. Вампилова, проводится Усть-Кутской межпоселенческой библиотекой.

1.2. Информационными партнёрами по проведению конкурса являются общественно-политическая газета Усть-Кутского района «Ленские вести», МП «Телерадиокомпания «Диалог» УКМО.

**2. Цели и задачи конкурса.**

2.1. Развивать у подростков и молодежи навыки выразительного чтения художественных произведений. Заинтересовать подростков и молодежь творчеством писателей В.Г. Распутина и А.В. Вампилова.

2.2. Содействовать раскрытию творческого потенциала участников конкурса.

2.3. Раскрыть книжные фонды Усть-Кутской межпоселенческой библиотеки.

**3. Условия проведения и участия в конкурсе.**

3.1. Конкурс состоится **3 декабря 2022 года** в Усть-Кутской межпоселенческой библиотеке. Начало в **15-00 часов**. Организаторы конкурса оставляют за собой право изменить дату, время и место проведения конкурса, о чём обязуются своевременно оповестить участников.

3.2. К участию в районном конкурсе чтецов приглашаются жители города и района, независимо от социального положения, в возрасте от 14 лет и старше, все, кто любит и ценит творчество Иркутских писателей В.Г. Распутина и А.В. Вампилова.

3.3. Конкурс проводится в двух возрастных категориях: от 14 до 35 лет, от 35 лет и старше. От одной организации (учебное заведение, библиотека, предприятие) можно представить не более одного участника или одного номера.

3.4. На конкурс можно представить индивидуальное чтение или театрализованную постановку (индивидуальную или коллективную). Конкурс состоит из трёх этапов: **художественное чтение, интеллектуальный баттл и баттл победителей**. Продолжительность выступления не более 3 минут, театрализованной постановки – не более 5 минут. **За нарушение данного пункта снижаются баллы.**

3.4.1. **1 этап. Художественное чтение.** Участники конкурса выразительно читают любой отрывок из произведений В.Г. Распутина или А.В. Вампилова, (читать отрывок из произведения можно по книге)

**3.4.2. 2 этап. Интеллектуальный.**

Участники каждой возрастной группы отвечают на вопросы о жизни и творчестве поэта. Жюри выбирает двоих победителей в каждой возрастной категории.

3.4.3. **3 этап. Баттл победителей.** Участники каждой возрастной группы - победители, вышедшие в третий этап конкурса, соревнуются между собой в чтении книг, предоставленных организаторами конкурса, без предварительной подготовки.

3.5. Заявки на участие в конкурсе принимаются в Межпоселенческой библиотеке до 28 ноября 2022 года по адресу: ул. Речников, 42, т. 5-76-77 или по электронной почте [libustkut@mail.ru](mailto:libustkut@mail.ru). Форма заявки прилагается. В заявке необходимо указать название произведения, которое будет прочитано участником.

**4. Подведение итогов и награждение победителей.**

4.1. Для подведения итогов районного конкурса чтецов «Писатели земли Иркутской», посвященного 85-летию В.Г. Распутина и А.В. Вампилова, создается жюри. Организаторы оставляют за собой право назначения состава жюри. **Решение жюри пересмотру не подлежит. В спорных ситуациях право окончательного решения остаётся за жюри.**

4.2. Основные критерии оценки выступления конкурсантов: – Для этапа «Художественное чтение»: выразительность чтения, оригинальность исполнения, артистизм.

Для этапа «Интеллектуальный»: знание биографии писателя.

Для этапа «Баттл победителей»: ориентирование в тексте, безошибочность чтения, артистизм.

4.3. Победители конкурса получают грамоты и призы. Все участники будут отмечены благодарственными письмами. Организаторы конкурса по согласованию с членами жюри могут ввести дополнительные номинации.

Приложение 1.

**ЗАЯВКА**

на участие в проведении районного конкурса чтецов  
«Писатели земли Иркутской», посвященного 85-летию  
В.Г. Распутина и А.В. Вампилова.

Я, \_\_\_\_\_,  
(фамилия, имя, отчество),

принимая участие в районном конкурсе чтецов «Писатели земли Иркутской», даю свое согласие на обработку своих персональных данных и на использование своего выступления (части выступления) в социальных сетях «ВКонтакте», «Одноклассниках» на страницах Усть-Кутской межпоселенческой библиотеки.

Место учебы, работы, прочее \_\_\_\_\_

Домашний адрес \_\_\_\_\_

Контактный телефон \_\_\_\_\_

Подпись \_\_\_\_\_



«Уроки французского». Художник Игорь Пчёлко.



«Прощание с Матерью». Художник Сергей Елюян.

# Принцип курицы

Стоит только первым освоить какое-то дело – «схватить червяка», как сразу подтянутся остальные

Редко встречаешь людей, которые делают что-то бескорыстно. Поэтому такие встречи особенно приятны. Вот и мне повезло познакомиться сразу с двумя такими людьми – художником-граффитистом Надеждой Гомзяковой и спортсменом Денисом Незнаевым.

Собственно говоря, с Надеждой это была уже вторая встреча. В первый раз с художницей, которая украшает стены зданий нашего города, мы пересеклись летом, во время проведения фестиваля деревянных скульптур. Сидели, общались с резчиками, и тут к одному из них, Александру Парфёнову из Свирска, подходит женщина и начинает разговор как со старым знакомым. Оказалось, так и есть: Надежда работала в Свирске (расписывала в военной тематике одну из многоэтажек) и подружилась там с Александром и его супругой.

## Из татуировщицы в граффитистки

Рисованием Надежда увлеклась давно. Началось с росписи одежды, потом – татуировки, а сейчас занимается стрит-артом. Расписанная стена РКДЦ «Магистрالی» – это её рук дело и еще двух коллег-художников. Солдат на стене пятиэтажки на Халтурина – тоже работа Надежды.

– У знакомых из других городов возникал вопрос, есть ли в Усть-Куте места, которые можно посмотреть. Как таковых, их особо не было, и тогда появилась идея: почему бы не создавать их самим? – вспоминает Надежда. – Я стала первой в городе формировать эту культуру, создавать среду. Волк силен стаей, стая сильна волком. Мой дедушка, тунгус, был охотником и научил меня этому



принципу. У меня есть такое наблюдение: в жизни часто срывается принцип курицы. Ползёт червяк, и какое-то время он ни одной курице не нужен. Но стоит только первой обратиться на него внимание – подключаются все. И я нередко оказываюсь этой самой первой!

Надежда признаётся, что её радует и вдохновляет реакция горожан на её творчество: нет негатива, люди тянутся к красоте. Художница считает, что искусство помогает привести людей к светлоте, реализовать себя.

Одна из последних работ Надежды – расписанные стены в спортзале на улице Кедровой в

микрорайоне Карабах. Новый клуб – детище Дениса Незнаева. Он родился и вырос в этом микрорайоне и искренне хочет, чтобы местные ребята могли с пользой проводить досуг. Раньше у него с друзьями уже был спортзал, оборудованный в гараже, но гараж выкупили, а переезжать было некуда. Спустя два года поисков Денис нашёл помещение на Кедровой и даже получил грант на создание спортклуба для местной молодёжи.

– Договориться с жильцами дома было нетрудно: я сам здесь жил. Понятно, что это не мажорский зал, но нам этого и не надо. Основная тематика – кроссфит, – поясняет спортсмен.



## «Высота 757» взята

Сейчас заведение готовится к открытию. Что немаловажно, заниматься в нём можно будет бесплатно.

– За два года нам помогало очень много неравнодушных людей: кто-то материалами, кто-то – работой, да и просто поддержкой, – говорит Денис.

– Денис – страшный человек! – смеется Надежда. – Те, кто добивается всего с нуля – страшные люди.

Спортивный клуб «Высота 757» назвали так, потому что самая верхняя точка нашего города, которая находится в аэропорту,

имеет именно такую высоту над уровнем моря. И, конечно, для мотивации: есть к чему стремиться.

«Железо» для зала подарили друзья Дениса из братской «качалки» «Арни». Надежда украсила стены.

– Оформление зала – совместная работа. Основа уже была, её сделал знакомый Дениса. Я дорабатываю. Главная идея – подчеркнуть, что кроссфит – это городской спорт, что человек после работы может выделить время и для себя. Важно – выйти из своей зоны комфорта, сделать первый шаг, – рассуждает Надежда.

Николай Чупров  
 Фото автора



# Дело Нектария Маркова живо

## В школе № 2 уже более 60 лет действует интереснейший музей

Есть в нашем городе уникальный музей, старейший среди школьных музеев города. Да что там - один из старейших в стране. Основан он был в 1958 году учителем истории Нектарием Константиновичем Марковым во второй школе. Но экспонаты для музея начали собирать на 10 лет раньше.

Экспонат под номером один – нефритовое тесло (орудие труда, подобное топору), которым пользовались люди ещё в каменном веке. Есть и кости мамонта, и другие древние предметы, но тесло радует тем, что к нему можно, не опасаясь, прикоснуться. Обычно музейные экспонаты трогать не положено. За сохранность этого не стоит переживать.

– Я иногда думаю о том, какие ощущения возникают у детей, когда они держат предметы, с помощью которых предки осваивали наш край, Приленье, – говорит Валентина Кузнецова, учитель истории и хранитель музея.

29 сентября в школе традиционно отмечают день памяти Нектария Константиновича: это день его рождения. Два года назад на его могиле обновили памятник. По инициативе Нектария Маркова происходило очень много добрых и интересных дел. Он организовывал походы и экспедиции по изучению истории родного края. Рассказывают, что педагог был увлечённым шахматистом, грибником и ягодником. А о том, как он руками ловил налимов, ходят легенды!

### Воспитать гражданина

– О патриотизме можно говорить много, проводить какие-то акции. Но любовь к Родине появляется, когда дети изучают свой край, бывают в красивых местах, встречаются с интересными людьми. Нектарий Константинович устраивал сплавы по Лене, и во время сплавов ребята общались с ветеранами Великой Отечественной войны. В последние 30 лет к воспитанию патриотов относились формально: нельзя воспитать патриота через акции. «Придите, будет интересно, приятно проведёте время», – так сейчас зазывают детей, сразу нацеливая их на удовольствие, а надо приглашать на серьёзный, вдумчивый разговор. Нужно, наверное, старые традиции возрождать. То, как обстояли дела с патриотической работой в

школе Нектария Константиновича, – бесценно, – продолжает Валентина Кузнецова.

В музее хранится знамя геологического управления. Это была первая крупная награда Нектария Константиновича. Разместить все геологические находки педагога и его учеников пока негде, но отдел природы родного края оформляется. Образцы тех минералов, которые собрали ребята, их учитель и профессиональные геологи, ждут своей очереди в запасниках музея.

Год назад школа начала работу над проектом «Подвиг всенародный». Для учеников будут проводить патриотические занятия в специально оформленном зале с экспозицией, посвященной памятным датам в истории России.

Отдельная гордость музея – горсть земли из Брестской крепости, защитником которой был устькутянин Тимурьян Хабуллович Зинатов. Есть и коллекция работ Владимира Алексеевича Жукова, художника-блокадника.

### О том, как дружить народами

Изначальная задумка была оформить русскую избу. В коллекции музея есть разные предметы обихода: валёк (деревянная прямоугольная пластина для выколачивания белья во время стир-

ки), рубель (приспособление для глажения белья), прялка, поняга (устройство для переноса утвари, трофеев и припасов у охотников). Но от этой идеи перешли к проекту «Многоликая Россия». Поэтому среди экспонатов появился хомус (якутский музыкальный инструмент), подаренный бывшей ученицей, и другие предметы утвари народов Сибири. Есть и предметы, связанные с народами СССР, например киргизский ак калпак (белый колпак, если постараться перевести на русский).

Раньше в школе проводились тематические праздники, посвященные дружбе народов. Ученики представляли делегации разных стран, одеваясь в национальные костюмы народов СССР. Сейчас педагоги планируют возобновить эту традицию.

– Среди педагогов, которые многое сделали для музея школы, был Александр Кириллович Воронин. На редкость интеллигентный человек. А как он принимал экзамены: если ученик ничего не знал, то он садился рядом и объяснял тему. А затем мы вместе слушали ответ. Ученик и знания получает, и сдаёт экзамен без лишних стрессов, – вспоминает Валентина Кузнецова. – Учителем истории он стал не сразу: сначала преподавал физкультуру. И во время уроков играл на гармонии! А когда он проводил какое-то мероприятие, то писал на больших листах, например на старых обоях, песни, и мы пели их всем коллективом, даже если не знали текст.

Николай Чупров  
Фото автора



Валентина Кузнецова – учитель истории и хранитель музея.



Уголок «Русская изба».



Макет плота, на котором школьники отправились на сплав.



Праздник дружбы народов.



На сплаве.



# Где обедал воробей?

## Как сделать кормушку для птиц и что в неё насыпать

12 ноября был Синичкин день. По народным приметам, именно к этому времени синицы, предчувствуя скорые холода, перелетают из лесов ближе к человеческому жилью и ждут помощи от людей. В ноябре мы начинаем развешивать кормушки и готовить для птиц полезную подкормку на зиму. Чем же лучше потчевать пернатых?



Важно помнить, что не все из нашего пищевого рациона можно давать птицам.

Важно помнить, что не все из нашего пищевого рациона можно давать птицам. В кормушку нужно класть лишь то, что воробьи, снегири и синицы могут найти в природе. Самое лучшее – семена подсолнуха. Но без соли и не жареные. Следует помнить, что у птиц очень чувствительные почки и соль им абсолютно противопоказана.

### Что нельзя давать пернатым?

- продукты, содержащие соль: семена подсолнуха, солёные орешки, чипсы, рыбу;
- жареные орехи, семена, крупу и другие продукты;
- свежеспеченный хлеб, ржаные хлебобулочные изделия;
- такие крупы как рис, пшено, гречка;
- консервированные про-

дукты;  
 - корм для кошек или собак.

Подойдёт овсяная крупа, но не овёс, а чищенное зерно, потому что не все птицы могут очистить зерно от плевел, а их острые кончики губительны для зоба мелких птиц. Можно использовать просо или взять в зоомагазине корм для канареек, попугаев, мелких декоративных певчих птиц. Не повредит птицам и сало, только свежее, без пряностей, куриный или нутряной говяжий жир. Кусочки надо поместить в расщелины, трещины деревьев, чтобы их не унесли крупные птицы, а мелкие могли понемногу отщипывать.

Зерна можно просто разбросать на газоне, чтобы отобедать смогло как можно больше птичек и они не

стали сами добычей для хищников, поджидающих их у кормушек.

Вообще, учитывая современный тренд на экологичность, привычные всем кормушки из пластиковых бутылок, тетрапаков и прочего мусора не приветствуются. Болтаясь на ветру, переливаясь разными яркими красками, они лишь отпугивают пернатых. Если уж делать кормушки, то с умом.

Необходимо оборудовать их навесом от осадков, а

также хорошо закрепить на дереве.

Помните, что кормушки надо обязательно чистить, ведь они покрываются не только остатками корма, но и экскрементами, чешуйками кожи, пёрышками, а птицы – переносчики очень большого количества заболеваний не только между собой, но и человеку, и такие накопления вредны.

Насыпать корма нужно немного, буквально на одни сутки.

### КСТАТИ

Многие орнитологи считают, что птиц и вовсе не следует подкармливать. При постоянном источнике «бесплатной» еды птицы теряют навык поиска пищи в природе. Для этого пернатым достаточно трёх недель. Орнитологи советуют только немного подкармливать пернатых и не брать на себя функцию их полного продовольственного обеспечения. Птицы должны сохранить свои навыки добычи пропитания.

### Печенье из зерна

Съедобная кормушка для птиц – идеальный вариант. Это экокормушка, которая изготовлена своими руками только из природных материалов. Внешний вид поделки напоминает небольшое печенье, через которое продета лента для его фиксации на ветвях деревьев. С изготовлением такого лакомства справится каждый ребёнок.

Только сначала внимательно изучите информацию о рационе пернатых, которая поможет правильно скомбинировать разные виды зерен, сухофруктов и орехов.

#### Вам понадобится:

- 4-5 стаканов зерновой смеси;
- 0,5 стакана горячей воды;
- 2 ст. л. Кукурузного крахмала;
- 1 пачка желатина;
- 0,5 стакана муки;
- деревянные палочки или пластиковые соломинки; форма.

Приготовление начинают с заварки крахмала. В глубокую миску насыпают 2 ст. л. порошка, добавляют 50 мл воды. Все тщательно растирают в пастообразную массу. Вливают стакан доведенной до кипения воды. Перемешивают все до получения киселя, оставляют остывать.

Когда кисель станет комнатной температуры, всыпают мелкими порциями зерносмесь, постоянно перемешивают. Полученную массу раскладывают в формочки. Подойдут любые баночки, силиконовые или бумажные формы для выпечки. В каждую печенку нужно воткнуть деревянную палочку или пластиковую соломинку, чтобы сделать отверстие для веревочки. Либо можно сразу вмуровать в массу веревку.

Формы ставят в холодильник или на балкон и накрывают пленкой. На следующий день съедобные лепешки извлекают. Они легко вывалятся из формы после переворачивания и постукивания.

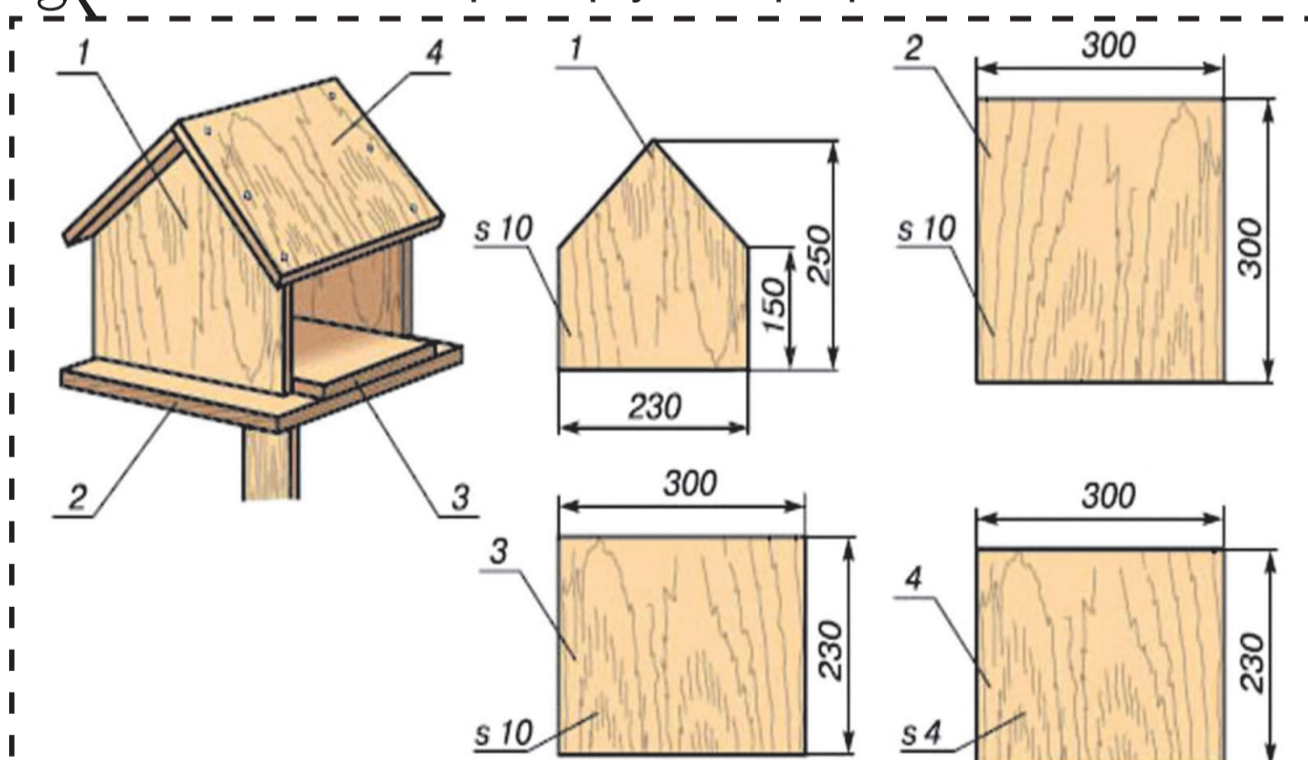


### Народные приметы

- Если птица бьется в окно, громко и взволнованно пищит – жди тревожных вестей и потерь.
- Обнаружили мертвую птичку на крыльце – будьте осторожны: кто-то из недоброжелателей хочет навести порчу на вас или на кого-то из членов семьи.
- В качестве подкормки крестьяне часто использовали черствый хлеб и несоленое свиное сало. Лакомство клали в кормушку или на землю и принимались внимательно наблюдать за поведением птичек. Если они начинали трапезу с крошек – считалось, что в следующем году следует ждать хороший денежный куш, если с сала – роста поголовья скота.
- Громкое чириканье сулило скорый приход зимы со снегом и морозами.
- Кормушкой заинтересовалась целая стая – ожидается снегопад.
- Если посчастливилось, и синичка села на руку, нужно быстро загадать заветное желание. Подаст голос – мечта непременно сбудется.
- Свист синицы предвещал ясный, безоблачный день.

Подготовила Екатерина Михайлова

### Чертеж кормушки из фанеры



Кормушка				
№	Название	К-ство	Материал	Размеры
1	Боковая стенка	2	Фанера	250×230×10
2	Основание	1	Фанера	300×300×10
3	Дно	1	Фанера	300×230×10
4	Крыша	2	Фанера	300×230×4