

ТВпрограмма
 10–16 августа
Сканворд ▶ 14

22
 канала

▶ 3–6, 11–13

ПРОЕКТ «КОД ТЕЛА»
 Почему подростки недовольны своей внешностью и к чему это может привести? Разбираемся с экспертами.

▶ 15

ГОСТЬ НОМЕРА
 Руководитель проектного офиса Президентского фонда культурных инициатив Елена СУХИНА — о том, как получить поддержку государства для своей идеи.

▶ 10

МЫ НА СВЯЗИ

+7 (383) 218-03-64

vk.com/vedomosti_nso

ok.ru/gazetavedo

max.ru/Ведомости НСО

Яндекс + Дзен «Ведомости НСО»

ПАМЯТЬ



Председатель и депутаты Законодательного собрания Новосибирской области выражают глубокие соболезнования родным и близким в связи с безвременной кончиной Сергея Александровича Клестова.

Сергей Александрович четырежды избирался в Законодательное собрание, руководил фракцией КПРФ. С 2014 по 2016 год возглавлял департамент ЖКХ мэрии Новосибирска.

Сергей Клестов родился 4 февраля 1951 года, окончил Новосибирский электротехнический институт (НГТУ), после служил в Советской армии в войсках противовоздушной обороны. Работал в Научно-исследовательском институте измерительных приборов (НИИИП), где прошёл путь от старшего инженера до начальника отдела.

В 1997 году Сергей Александрович в первый раз избирается в Новосибирский областной совет от Центрального района. О его депутатской деятельности многие новосибирцы помнят и сейчас, как и его слова: «К людям нужно идти не с лозунгами, а с делами».

Светлая память о нём останется в наших сердцах. Мужества и сил родным в этот скорбный час.

КОРОТКО

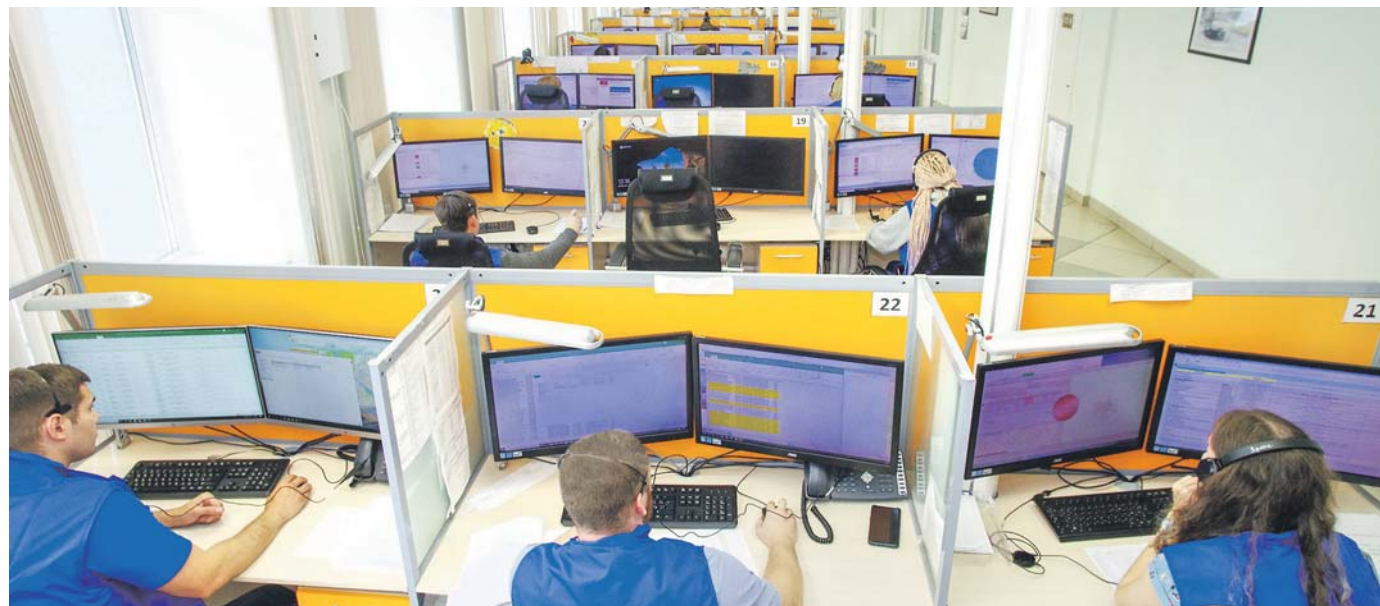
В Новосибирской области стабилизировали поставки топлива для аграриев. Сейчас в регионе идёт уборочная кампания, которая благодаря погодным условиям началась в этом году на неделю раньше. Как сообщил министр сельского хозяйства региона **Андрей Михайлов** на оперативном совещании в правительстве, в кампанию уже вступили 26 из 30 районов и округов. По состоянию на 3 августа убрано 23 тысячи гектаров зерновых и зернобобовых культур, что составляет 2% от плана. Также в регионе продолжается заготовка кормов для животноводства: план по сене выполнен на 73%, по сенажу — на 72%. По словам главы ведомства, ситуация с обеспечением горюче-смазочными материалами стабилизировалась.

В Новосибирской области завершаются гидравлические испытания теплосетей. На оперативном совещании в правительстве министр ЖКХ и энергетики НСО **Евгений Назаров** сообщил, что гидравлические испытания завершены в 33 из 34 муниципальных образований региона. В Новосибирске объём выполненных работ составляет 91%. По словам мэра Новосибирска **Максима Кудрявцева**, с мая этого года, когда начались гидравлические испытания, на сетях было выявлено 1 116 дефектов, 715 из них уже устранены. Горячая вода должна полностью вернуться в квартиры новосибирцев после 26 августа.

БЕЗОПАСНОСТЬ

Искусственный интеллект помог задержать 3 000 преступников в Новосибирской области.

Цифровой прогресс



Екатерина ПАВЛЮХ
Фото Валерия ПАНОВА

В 2025–2026 годах Новосибирская область продолжает уверенно держаться в топ-3 регионов России по уровню цифровой трансформации. Такой итог подвели на расширенном совещании министерства цифрового развития и связи региона, которое состоялось 30 июля, пишет пресс-служба облправительства.

По указу Президента РФ, с 2026 года в регионе действует комиссия по вопросам развития и внедрения технологий искусственного интеллекта, которую возглавляет губернатор **Андрей Травников**. Ключевым достижением в реализации проектов с применением ИИ назвали эффективность системы «Безопасный город».

С начала 2026 года с помощью технологий искусственного интеллекта правоохранители задержали 3 000 злоумышленников. Этот по-

казатель уже превысил результаты всего 2025 года, когда было задержано 2 800 преступников. В контуре проекта сейчас работают 5 000 камер. До конца года к системе планируют подключить ещё 300. Высокую результативность обеспечивают за счёт оснащения мест массового пребывания, единых технических стандартов для биометрии и оперативного внедрения новых ситуационных аналитик, например, по скоплению людей, оставленным предметам или силуэтам.

Особую социальную значимость имеет работа комплекса по поиску пропавших детей. С апреля 2025 года с его помощью удалось найти более 200 несовершеннолетних.

Среди приоритетных задач — обеспечение информационной безопасности, развитие цифровой гигиены, реализация проекта «Государство для людей», развитие наци-

онального мессенджера и подготовка кадров для работы с ИИ-агентами и технологиями бережливого производства.

Министр цифрового развития и связи Новосибирской области **Сергей Цукар** также сообщил, что в этом году досрочно завершается программа «Устранение цифрового неравенства». Все населённые пункты с численностью от 100 до 500 человек получают качественную мобильную связь, а до конца года быстрый интернет появится в оставшихся 22 сёлах. Кроме того, в отдалённых районах возобновят работу восемь почтовых отделений.

— Процессы, которые идут в отраслях, в экономике, в предоставлении госуслуг, все связаны с «цифрой». Замотивированной команде минцифры, безусловно, по плечу решение стратегических и оперативных задач в тех направлениях, по которым мы сегодня идём, — подчеркнула замгубернатора **Валентина Дудникова**.

СПОРТ

В Новосибирской области стартовала неделя, посвящённая Дню физкультурника.

Физкульт-привет!

О программе тематической недели рассказал замминистра физической культуры и спорта НСО **Иван Довгаль**. День физкультурника традиционно отмечается в нашей стране во вторую субботу августа, объединяя спортсменов, тренеров и работников отрасли.

Главное событие недели состоится 8 августа на Михайловской набережной.

С 10:00 до 15:00 там пройдут театрализованное шествие спортивных организаций, традиционная спартакиада, соревнования по перетягиванию каната, городкам, дартсу, фиджитал-хоккею и другим дисциплинам. Будет работать зона ГТО, а для детей пройдёт гонка с препятствиями «Сибирский предел». Вход свободный.

Торжества охватят и все муниципальные районы. Так, в Здвинском пройдёт летняя спартакиада, в Каргатском, Коченёвском и Чулымском — спортивные праздники и сдача нормативов ГТО. В Мошковском устроят соревнования для людей с ограниченными возможностями, в Маслянинском — фестиваль ГТО для старшего поколения, а в Купинском — квесты и «Весёлые старты» для детей.



Фото Валерия ПАНОВА

По словам Ивана Довгаля, с каждым годом в нашей области растёт количество людей, занимающихся физической культурой и спортом. На январь 2026 года число спортсменов составило более 1,6 млн человек. Особое внимание уделяется развитию любительского и массового спорта. В 2026 году запланировано проведение около 290 физкультурных и любительских мероприятий.

ПЕРВЫЙ 05:00 Доброе утро. 0+ 09:00, 13:00, 16:00, 03:00 Новости. 09:10 Модный приговор. 0+ 10:00 Жить здорово! 16+ 10:50 Х/ф «Иваново детство». 0+ 12:35, 13:30, 00:50, 03:05 Подкаст. Лаб. 16+ 13:50, 18:45, 22:45 Большая игра. 16+ 15:00, 18:15 Время покажет. 16+ 16:15 Давай поженимся! 16+ 17:05 Мужское/Женское. 16+ 18:00 Вечерние новости (с субтитрами). 19:50 Пусть говорят. 16+ 21:00 Время. 21:45 Т/с «Пармские фиалки». 16+ 23:45 Время героев. 16+ РОССИЯ 1 05:00 Утро России. 12+ 09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00 Вести. 09:30, 11:30, 21:10 Местное время. Вести-Новосибирск. 09:55 «О самом главном» Ток-шоу. 12+ 12:00, 18:00 60 минут. 12+ 14:30 Т/с «Тайны следствия». 16+ 17:00, 04:10 Малахов. 16+ 21:30 Т/с «Перекати-поле». 16+ 00:45 Т/с «Анна медиум». 16+ 02:45 Т/с «Богатые тоже плачут». 16+ ТВЗ 06:00 Мультфильм. 0+ 08:30 М/ф «Леди Баг и Супер-Кот». 6+ 09:00, 09:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30 Т/с «Слепая». 16+ 10:00, 10:30, 15:30 Т/с «Порча». 16+ 11:00, 11:30, 12:00, 12:45, 13:15, 13:45, 14:15, 15:00 Т/с «Гадалка». 16+ 18:00, 19:00 Т/с «Кордон». 16+ 20:00, 21:00, 22:00, 23:15 Т/с «Скорая помощь». 16+	00:15 Х/ф «Вирус». 18+ 01:45 Кадони шоу. 16+ 02:30 Экстра такси. 16+ 03:00 Мистические истории. 18+ 03:45, 04:30, 05:15 Мистические истории. 16+ ТНТ 07:00, 09:00 Большой куш. 16+ 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 05:50, 06:20, 06:40 Т/с «СашаТаня». 16+ 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Праздники». 16+ 21:00, 21:30, 22:00, 22:30 Т/с «Хутор». 16+ 23:00 Х/ф «Легенда о Коловрате». 12+ 01:15 Х/ф «Онегин». 12+ 03:30, 04:20 Однажды в России. 16+ 05:00 Утро ТНТ. 16+ СТС 05:00, 09:00 100 мест, где поестъ. 16+ 05:50 С лёгким утром! 16+ 06:40 Просто кухня. Лучшее. 12+ 08:00 Вам и не снилось. 16+ 09:10 Т/с «Как прогулять школу с пользой». 12+ 11:35 Х/ф «Мэрайа Мунди и шкатулка Мидаса». 16+ 13:35 Т/с «Тётя Марта». 16+ 17:55 Т/с «Мама будет против». 16+ 21:00 Х/ф «Коломбиана». 16+ 23:05 Х/ф «Анна». 18+ 01:30 Х/ф «Банды Парижа». 18+ 02:50 Х/ф «Мадам Клико». 16+ 04:10 Х/ф «Примадонна». 16+ НТВ 05:25, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля». 16+ 06:30 Утро. Самое лучшее. 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:15 Сегодня. 13:25 Чрезвычайное происшествие. 16+	14:00 ДНК. 16+ 16:45, 20:00 Т/с «Невский. Чужой среди чужих». 16+ 22:10 Т/с «Невский. Тень архитектора». 16+ 00:30 Маска. 12+ 04:05 Главная дорога. 16+ 04:30 Первая передача. 16+ РЕН ТВ 05:00, 18:00, 01:30, 04:30 Самые шокирующие гипотезы. 16+ 06:00 С бодрым утром! 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости. 16+ 09:00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+ 11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым. 16+ 12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112. 16+ 13:00 Загадки человечества. 16+ 15:00 Дикий, дикий мир. 16+ 17:00, 02:20 Тайны Чапман. 16+ 20:00 Безумные факты. 16+ 21:00 Х/ф «Ограбление в ураган». 16+ 23:25 Т/с «Уровень угрозы». 16+ РОССИЯ К 06:30 Пешком... 16+ 07:05 Легенды мирового кино. 16+ 07:35 Х/ф «Цветы запоздалые». 0+ 09:15 Диалоги о животных. 16+ 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры. 16+ 10:15, 02:10 Неизвестные маршруты России. 16+ 10:55 Х/ф «Бронзовая птица». 0+ 12:00 Д/ф «Запечатлённое время». 16+ 12:45 Коллекция Петра Шепотинника. 16+ 13:25 Д/ф «Предки наших предков». История тюрков. Загадка алтайской прародины. 16+ 14:10 Х/ф «Цыганская клятва». 16+ 15:00 Д/ф «Отцы и дети». 16+	15:35, 01:15 «Прощай, XX век! Избранное. «Реставратор всея Руси Савва Ямщиков». 16+ 16:15 Д/ф «Человек и лодка». 16+ 17:15 Код доступа. 16+ 17:45 Д/ф «Свидетели времени». 16+ 18:25 Т/с «Святой Паисий. Из Фарасы на небеса». 16+ 19:45 Д/ф «История Преображенского полка, или Железная стена». 16+ 20:30 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи». 0+ 23:00 Спектакль «Дачники на Бали, или «Асса» 30 лет спустя». 18+ 01:55 Д/ф «Забытое ремесло». 16+ ОТР 06:00 Х/ф «Ищите женщину». 12+ 08:30, 19:15 Календарь. 12+ 09:00, 15:00, 01:55 Д/ф «Человек+. Будущее наших чувств». 12+ 09:50, 02:50 Конструкторы будущего. 12+ 10:05 Х/ф «Валентин и Валентина». 12+ 11:35 На приёме у главного врача. 12+ 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:50, 16:00, 17:00, 19:00, 22:00, 00:00 Новости. 12:05, 12:35, 21:25 Пёстрый мир. 12+ 13:05, 13:35, 14:05, 16:10, 17:10, 22:20 Отражение. 19:45 Х/ф «Уходя – уходи». 16+ 21:15 Специальный репортаж. 12+ 00:15 Т/с «Магомаев». 16+ 03:10 Очень личное. 12+ 03:55 Д/ф «Город с историей». 12+ 04:25 В поисках Пушкина. 12+ 05:05 ОТражение. Итоги. 12+ ОТС 06:00 С новым утром! 12+ 09:00, 09:50, 12:05, 13:45, 14:35, 15:20, 15:50, 19:00, 20:25, 23:25, 00:00, 05:55 Большой прогноз. 0+	09:05, 05:00 Т/с «Сфинксы северных ворот». 12+ 09:55, 05:45 Мультфильмы. 0+ 10:25 Х/ф «Альтамира». 16+ 12:10 Х/ф «В небо за мечтой». 6+ 13:50, 00:05 Т/с «Команда ЧЕ». 16+ 14:40 Улика из прошлого. 16+ 15:25 Пришельцы среди нас. 12+ 15:55 Т/с «Херувим». 16+ 16:45 Полиция 54. 16+ 17:00 Погода. 0+ 17:05 Регион Live. Прямой эфир. 18:00, 20:05 #Патриот54. 12+ 18:30, 20:30 Новости ОТС. Прямой эфир. 16+ 18:50 СпортОбзор. 12+ 19:05 Рандеву с Татьяной Никольской. 12+ 19:45 Pro здоровье. 16+ 21:00 Регион Live. 12+ 22:05 Т/с «Штрафник». 16+ 23:00 Недетские вопросы о природе. 12+ 23:30 Новости ОТС. 16+ 00:45 Х/ф «Москва – не Москва». 16+ 02:15 Х/ф «Как Джек встретил Джилл». 16+ 03:40 Х/ф «В двух шагах от «Рая». 16+ ДОМАШНИЙ 06:30, 05:30 По делам несовершеннолетних. 16+ 07:20, 04:40 Давай разведёмся! 16+ 08:20, 02:55 Тест на отцовство. 16+ 10:35 Д/ф «Прости меня...» 16+ 11:45 Д/ф «Беду отведу». 16+ 12:50, 01:30 Д/ф «Знахарка». 16+ 13:25, 02:00 Д/ф «Верну любимого». 16+ 14:00, 02:30 Д/ф «Голоса ушедших душ». 16+ 14:35 Х/ф «Двойная спираль». 16+ 19:00 Х/ф «Под маской любви». 16+ 23:20 Д/ф «Понять. Простить». 16+ 00:25 Д/ф «Порча». 16+ 04:35 Одна за всех. 16+
--	---	--	--	---

В телепрограммах возможны изменения по независящим от редакции причинам				
МАТЧ 10:00 Лучшие из лучших. 12+ 11:00, 13:00, 17:20, 19:55 Новости. 11:05, 01:10, 03:20 Все на Матч! 12+ 13:05 Специальный репортаж. 12+ 13:25 «Сюрпляс». Специальный репортаж. 12+ 13:55, 23:00 Чемпионат Европы по водным видам спорта. Плавание. Прямая трансляция из Франции. 17:25 Есть тема! Прямой эфир. 18:35 II Всероссийская спартакиада. Фехтование. Рапира. Мужчины. Прямая трансляция из Уфы. 20:00 Громко. Прямой эфир. 21:20, 04:35 Футбол. Альфа-Банк Российская Премьер-лига. Обзор тура. 6+ 22:25 Матч! Парад. 16+ 01:45 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы. 05:40 Автоспорт. Чемпионат России. Игора Драйв. SMP Formula 4. Трансляция из Ленинградской области. 6+ 06:45 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Игора Драйв. Трансляция из Ленинградской области. 6+ 07:55 Новости. 0+ 08:00 Регби. Чемпионат России. «Слава МАР» (Москва) – «Локомотив-Пенза». 12+ ТВЦ 06:00 Настроение. 12+ 08:10 Смех, дрожь и видео. 16+ 08:40 Х/ф «Смертельный тренинг». 16+ 10:35, 04:45 Д/ф «Братья Вайнеры. Место встречи». 16+ 11:30, 14:30, 17:50, 22:00, 00:00 События. 11:50, 03:00 Х/ф «Я иду тебя искать». 12+ 13:45 Мой герой. 12+ 14:50 Город новостей. 16+ 15:05 Т/с «Провинциальный детектив». 16+ 17:00 Актёрские драмы. 16+ 18:10 Х/ф «Зовите Ермолова!-2». 16+	22:35, 05:30 10 самых... 16+ 23:05 Знак качества. 16+ 00:30, 04:30 Петровка, 38. 16+ 00:45 Д/ф «Смерш. Ловушка для самурая». 16+ 01:30 Д/ф «Лишние дети звёзд». 16+ 02:10 Д/ф «Русские тайны». 16+ ПЯТЫЙ 05:00, 09:00, 13:00, 17:00 Известия. 16+ 05:25, 06:10, 07:00, 08:00 Т/с «Призрак». 16+ 09:30, 10:20, 11:15, 12:05 Т/с «Свои-7». 16+ 13:30 Т/с «Великолепная пятёрка-7». 16+ 14:20, 15:15 Т/с «Великолепная пятёрка-5». 16+ 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка-3». 16+ 17:30, 18:20, 19:05, 19:45, 20:35, 21:25, 00:30, 01:15, 02:00, 02:40, 03:15, 03:45, 04:25 Т/с «След». 16+ 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка-8». 16+ 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 16+ 49 КАНАЛ 06:00 Оранжевое утро. 12+ 10:00, 19:30, 21:00, 22:45, 01:00 Новости 49. 12+ 10:30 Дом культуры. 12+ 10:55, 12:55, 14:55, 16:55, 19:45, 21:15, 23:00, 01:15, 01:55 Прогноз погоды. 12+ 11:00 Зажги свечу. 12+ 12:00 А как это по-женски?! 12+ 13:00, 23:05 Маленькие радости большого города. 12+ 13:30, 18:30, 01:20 Вне зоны. 12+ 14:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+ 15:00 Интервью недели. 12+ 15:30, 17:00, 19:50 Кино по 49-му. 12+ 19:00, 23:30 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+ 21:20 Кино по 49-му. 16+ 00:00 Персона. 12+	КАРУСЕЛЬ 05:00 Ранние пташки. 6+ 07:00 С добрым утром, малыши! 0+ 07:35 М/ф «Беби Борн». 0+ 07:40 М/ф «Кошечки-собачки». 0+ 10:20 Парк Турум-Бурум. 0+ 10:30 М/ф «Робокар Поли и его друзья». 0+ 10:45 М/ф «Смешарики». 0+ 12:45 М/ф «Джи-Джи Бонд. Супергонщик». 6+ 13:00 М/ф «Карбот». 6+ 13:30 М/ф «Барбоскины». 0+ 16:35 М/ф «ЛОЛ Сюрприз. Дорожное путешествие». 6+ 16:45 М/ф «Край Бебис. Волшебные слёзки». 0+ 16:50 М/ф «Лео и Тиг». 0+ 18:55 Держи краба. 0+ 19:00 М/ф «Мастер Витя и Мотор». 0+ 21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+ 21:15 М/ф «Сказочный патруль». 0+ 22:15 М/ф «Инфинити Надо». 6+ 22:45 М/ф «Фьюжн Макс. Новая эра». 6+ 23:00 М/ф «Метал Кард Бот». 6+ 23:30 М/ф «Приключения Пети и Волка». 12+ 01:00 М/ф «Фиксики. Новенькие». 0+ 03:00 М/ф «Смешарики. Пинкод». 6+ ДОМ КИНО 09:55 М/ф «Три кота». 6+ 10:20 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига». 12+ 11:30 М/ф «Три богатыря и Пуп Земли». 6+ 13:10 Т/с «Участок». 16+ 16:20 Т/с «Дальнобойщики». 16+ 18:20 Т/с «Ментовские войны». 16+ 01:30 Т/с «Филин». 16+ 04:00 Т/с «Последний мент». 16+ 05:50 Х/ф «Папа». 16+ 07:20 Х/ф «Контрибуция». 16+ ЗВЕЗДА 06:00 Не факт. 12+ 07:10, 09:20 Х/ф «Вор». 16+ 09:00, 13:00 Новости дня. 16+ 09:55, 00:10 Х/ф «Тревожный вылет». 12+	11:50, 13:20 Х/ф «Военный корреспондент». 16+ 14:20 Т/с «Всё сначала». 16+ 19:00 Военные новости. 16+ 19:40 Скрытые угрозы. 16+ 22:05 Х/ф «Фартовый». 16+ 01:50 Х/ф «Отец солдата». 12+ 03:20 Х/ф «Беспокойное хозяйство». 12+ 04:45 Х/ф «Гость с Кубани». 12+ ПЯТНИЦА! 05:00, 03:30 Секреты на кухне. 16+ 05:50, 01:30, 04:30 Пятница News. 16+ 06:20 Запретный Китай. 16+ 07:10 Запретная Индия. 16+ 08:20 Молодые ножи. Новая кровь. 16+ 10:50 Домохозяйки против шефов. 16+ 12:30 Битва шефов. 16+ 14:40, 16:50, 19:00, 21:00 Битва шефов. Звёзды. 16+ 23:10 Выживалити. Наследники. 16+ 02:00, 02:50 На ножах. 16+ РОССИЯ 24 09:36, 10:35, 11:32, 12:51, 13:42, 16:27, 20:27, 02:23 Погода 24. 12+ 10:31, 11:16, 12:00, 12:57, 13:45, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 22:00, 03:00, 04:47, 05:37, 08:00 Новости. 16+ 11:52 День в истории. 6+ 15:08, 23:08 Москва. Кремль. Путин. 12+ 16:46, 18:44, 20:39 Интервью. 12+ 17:39 В центре Азии. 16+ 19:38 Tucker. Россия 24. 16+ 20:00, 21:00 Факты. 12+ 22:35, 01:32, 08:31 Вести. Дежурная часть. 16+ 00:02, 02:00, 02:35 Вести с Алексеем Казаковым. 16+ 03:37 Бесогон ТВ. 18+ 05:05 Футбол России. 12+ 06:09 Вечер с Владимиром Соловьёвым. 12+ 08:11 Городские технологии. 12+ МИР 05:00, 00:00, 01:40 Наше кино. История большой любви. 16+	05:15, 06:15 Х/ф «Через Гоби и Хинган». 16+ 06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+ 08:30, 10:10 Т/с «Смерш». 16+ 13:15 Мировое соглашение. 16+ 14:05 Дела судебные. Битва за будущее. 16+ 15:10, 20:25 Дела судебные. Новые истории. 16+ 16:15, 18:20 Дела судебные. Яблоко раздора. 16+ 18:30 Дела судебные. Деньги верните! 16+ 21:15 Х/ф «Приступить к ликвидации». 16+ 01:00 Первый Евразийский канал. 12+ 02:05 Х/ф «Любимая девушка». 16+ 03:30 Х/ф «Весна». 16+ СПАС 07:00, 14:05, 02:35 День патриарха. 0+ 07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+ 07:55, 11:00 Прямая линия. Ответ священника. 12+ 08:55 Святыни России. 6+ 10:00 Мультфильмы на СПАСе. 0+ 12:00, 22:30 От воскресенья до воскресенья. 6+ 12:15, 19:05 Церковь и мир. 0+ 12:40 Д/ф «Смоленская икона Божией Матери. Цикл Лики Богородицы». 0+ 13:15 Д/ф «Монах». 0+ 14:15, 14:45 Монастырская кухня. 0+ 15:10 Х/ф «Это мы не проходили». 6+ 17:15 Х/ф «Путь к причалу». 6+ 19:30 Х/ф «Через Гоби и Хинган». 12+ 21:15 Бесогон. 18+ 22:45 Д/ф «Зоино стояние. Чудо под грифом «секретно». 12+ 23:50 Х/ф «Цыган». 12+ 00:50 Вечер на СПАСе. 0+ 01:20 Метанойя. Ангелы и бесы. 12+ 02:45, 03:15 Двенадцать. 16+ 03:40 Д/ф «Николай Строгий». 0+ 04:15 Д/ф «Святой Николай Угодник». 0+ 05:05 Путешествие к сердцу дворцов. 0+ 05:20 Простые чудеса. 12+ 06:10 Во что мы верим. 0+

ПЕРВЫЙ 05:00 Доброе утро. 0+ 09:00, 13:00, 16:00, 03:00 Новости. 09:05 Модный приговор. 0+ 09:55 Жить здорово! 16+ 10:40, 13:25, 15:00, 18:15 Время покажет. 16+ 13:50, 18:45, 22:45 Большая игра. 16+ 16:15 Давай поженимся! 16+ 17:05 Мужское/Женское. 16+ 18:00 Вечерние новости (с субтитрами). 19:50 Пусть говорят. 16+ 21:00 Время. 21:45 Т/с «Пармские фиалки». 16+ 23:45, 03:05 Подкаст.Лаб. 16+ РОССИЯ 1 05:00 Утро России. 12+ 09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00 Вести. 09:30, 11:30, 21:10 Местное время. Вести-Новосибирск. 09:55 «О самом главном» Ток-шоу. 12+ 12:00, 18:00 60 минут. 12+ 14:30 Т/с «Тайны следствия». 16+ 17:00, 04:10 Малахов. 16+ 21:30 Т/с «Перекати-поле». 16+ 00:45 Т/с «Анна медиум». 16+ 02:45 Т/с «Богатые тоже плачут». 16+ ТВЗ 06:00 Мультфильм. 0+ 08:30 М/ф «Леди Баг и Супер-Кот». 6+ 09:00, 09:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30 Т/с «Слепая». 16+ 10:00, 10:30, 15:30 Т/с «Порча». 16+ 11:00, 11:30, 12:00, 12:45, 13:15, 13:45, 14:15, 15:00 Т/с «Гадалка». 16+ 18:00, 19:00 Т/с «Кордон». 16+ 20:00, 21:15, 22:15, 23:30 Т/с «Скорая помощь». 16+ 00:30 Х/ф «Спуск». 18+	02:15, 03:00, 03:45, 04:30, 05:15 Мистические истории. 16+ ТНТ 07:00, 07:30, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 05:50, 06:20, 06:40 Т/с «СашаТаня». 16+ 08:00 Кто куда. 16+ 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Праздники». 16+ 21:00, 21:30, 22:00, 22:30 Т/с «Хутор». 16+ 23:00 Х/ф «Стражи гробниц». 16+ 00:45 Х/ф «Колония Земля». 12+ 02:10, 02:55, 03:40, 04:25 Однажды в России. 16+ 05:00 Утро ТНТ. 16+ СТС 05:00 Х/ф «Мэрайа Мунди и шкатулка Мидаса». 16+ 05:20, 09:00, 04:10 100 мест, где поестъ. 16+ 05:50 С лёгким утром! 16+ 06:40 Просто кухня. Лучшее. 12+ 08:00 Вам и не снилось. 16+ 09:45 Х/ф «Приключения пингвина Пола». 12+ 11:45 Х/ф «Мой тигр». 12+ 13:40 Т/с «Тётя Марта». 16+ 17:55 Т/с «Мама будет против». 16+ 21:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс. Поднебесная». 16+ 23:10 Х/ф «Ассасин. Битва миров». 16+ 01:40 Х/ф «Битвы монстров». 16+ 03:00 М/ф «Три разбойника и Лев». 6+ НТВ 04:55, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля». 16+ 06:30 Утро. Самое лучшее. 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:15 Сегодня.	13:25 Чрезвычайное происшествие. 16+ 14:00 ДНК. 16+ 16:45, 20:00 Т/с «Невский. Тень архитектора». 16+ 00:30 Маска. 12+ 03:55 Т/с «Агентство скрытых камер». 16+ РЕН ТВ 05:00, 18:00, 01:25, 04:30 Самые шокирующие гипотезы. 16+ 06:00 С бодрым утром! 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости. 16+ 09:00 Документальный спецпроект. 16+ 10:00 Засекреченные списки. 16+ 11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым. 16+ 12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112. 16+ 13:00 Загадки человечества. 16+ 14:00 Невероятно интересные истории. 16+ 15:00 Момент в истории. 16+ 17:00, 02:15 Тайны Чапман. 16+ 20:00 Дикий, дикий мир. 16+ 21:00 Х/ф «Катастрофа». 16+ 23:25 Т/с «Уровень угрозы». 16+ РОССИЯ К 06:30 Пешком... 16+ 07:05 Легенды мирового кино. 16+ 07:35, 18:25 Т/с «Святой Паисий. Из Фарасы на небеса». 16+ 08:45 Письма из провинции. 16+ 09:15 Диалоги о животных. 16+ 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры. 16+ 10:15, 02:10 Неизвестные маршруты России. 16+ 10:55 Х/ф «Последнее лето детства». 0+ 12:00 Д/ф «Запечатлённое время». 16+ 12:45 Коллекция Петра Шепотинника. 16+	13:25 Д/ф «История Семёновского полка, или Небываемое бываетъ». 16+ 14:10, 20:35 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи». 0+ 15:35, 01:15 «Прощай, XX век! Избранное. «Игра Владимира Набокова». 16+ 16:15, 00:35 Д/ф «Человек и лодка». 16+ 17:15 Жизнь замечательных идей. 16+ 17:45 Д/ф «Свидетели времени». 16+ 19:45 Д/ф «Осовец. Крепость духа». 16+ 22:00 Спектакль «Ночь перед Рождеством». 16+ 23:25 Д/ф «Агафья». 16+ 01:55 Д/ф «Забытое ремесло». 16+ ОТР 06:00 На приёме у главного врача. 12+ 06:55 Большая страна. Открытие. Специальный проект ОТР «Сибирь. Время и люди». 12+ 07:45 Преодоление. 12+ 08:30, 19:15 Календарь. 12+ 09:00, 15:00, 21:10 Д/ф «Копируй + Вставляй + Воруй». 16+ 09:50 Х/ф «Вас ожидает гражданка Никанорова». 16+ 11:10, 03:10 Очень личное. 12+ 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:50, 16:00, 17:00, 19:00, 22:00, 00:00 Новости. 12:05, 12:35 Пёстрый мир. 12+ 13:05, 13:35, 14:05, 16:10, 17:10, 22:20 ОТражение. 19:45 Х/ф «Зимний вечер в Гаграх». 16+ 00:15 Т/с «Магомаев». 16+ 02:00 Большая страна. 12+ 02:55 Отчий дом. 12+ 03:55 Д/ф «Город с историей». 12+ 04:25 В поисках Пушкина. 12+ 05:05 ОТражение. Итоги. 12+	ОТС 06:00 С новым утром! 12+ 09:00, 09:50, 11:20, 12:55, 13:40, 14:30, 16:00, 19:00, 20:25, 23:25, 00:00, 05:55 Большой прогноз. 0+ 09:05, 05:10 Т/с «Сфинксы северных ворот». 12+ 09:55 Мультфильмы. 0+ 10:25, 19:05, 22:55 Недетские вопросы о природе. 12+ 11:25 Х/ф «Как Джек встретил Джилл». 16+ 13:00 Подкасты. Прямой эфир. 13:45, 00:05 Т/с «Команда ЧЕ». 16+ 14:35 Улика из прошлого. 16+ 16:05 Т/с «Херувим». 16+ 16:50, 18:50 СпортОбзор. 12+ 17:00 Погода. 0+ 17:05 Регион Live. Прямой эфир. 18:00, 20:00 Pro здоровье. 16+ 18:30, 20:30 Новости ОТС. Прямой эфир. 16+ 21:00 Регион Live. 12+ 22:05, 04:25 Т/с «Квест». 16+ 23:30 Новости ОТС. 16+ 00:45 Х/ф «Цой». 16+ 02:15 Х/ф «В двух шагах от «Рая». 16+ 03:35 Деревенские истории. 16+ ДОМАШНИЙ 06:30, 05:30 По делам несовершеннолетних. 16+ 07:25, 04:40 Давай разведёмся! 16+ 08:25, 02:55 Тест на отцовство. 16+ 10:40 Д/ф «Прости меня...» 16+ 11:45 Д/ф «Беду отведу». 16+ 12:55, 01:30 Д/ф «Знахарка». 16+ 13:30, 02:00 Д/ф «Верну любимого». 16+ 14:05, 02:30 Д/ф «Голоса ушедших душ». 16+ 14:40 Х/ф «Идеальный выбор». 16+ 19:00 Х/ф «Соль по вкусу». 16+ 23:25 Д/ф «Понять. Простить». 16+ 00:30 Д/ф «Порча». 16+ 04:35 Одна за всех. 16+
---	--	--	---	---

В телепрограммах возможны изменения по независящим от редакции причинам

МАТЧ 10:00 Лучшие из лучших. 12+ 11:00, 13:00, 16:35, 19:55 Новости. 11:05, 20:00, 03:20 Все на Матч! 12+ 13:05, 16:15 Специальный репортаж. 12+ 13:25 Дело №16+ 13:55, 23:00 Чемпионат Европы по водным видам спорта. Плавание. Прямая трансляция из Франции. 16:40 Есть тема! Прямой эфир. 18:10 Смешанные единоборства. UFC. Матеуш Гамрот против Куиллана Салкилла. Трансляция из США. 16+ 20:55 Футбол. Fonbet Кубок России. «Шумбрат» (Саранск) – «2Drots» (Москва). Прямая трансляция. 01:45 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы. 04:35 Смешанные единоборства. UFC. Ислам Махачев против Дастина Порье. Трансляция из США. 16+ 05:40 Автоспорт. Чемпионат России. Игора Драйв. SMP Formula 4. Трансляция из Ленинградской области. 6+ 06:45 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Игора Драйв. Трансляция из Ленинградской области. 6+ 07:55 Новости. 0+ 08:00 II Всероссийская спартакиада. Фехтование. Рапира. Команды. Трансляция из Уфы. 6+ ТВЦ 06:00 Настроение. 12+ 08:15 Доктор И. 16+ 08:30 Х/ф «Одноклассники смерти». 12+ 10:35 Д/ф «Сергей Юрский. Не надо оваций». 12+ 11:30, 14:30, 17:50, 22:00, 00:00 События. 11:50, 03:00 Х/ф «Я иду тебя искать». 12+ 13:45 Мой герой. 12+ 14:50 Город новостей. 16+ 15:05 Т/с «Провинциальный детектив». 16+	17:00 Актёрские драмы. 16+ 18:10 Х/ф «Зовите Ермолова!-4». 16+ 22:35, 05:30 10 самых... 16+ 23:05 Хроники московского быта. 16+ 00:30 Петровка, 38. 16+ 00:45 Д/ф «Дорогие товарищи». 16+ 01:30 Д/ф «Охота на маньяка». 16+ 02:10 Д/ф «СС. Прислужники зла». 16+ 04:30 Д/ф «Георг Отс. Публика ждёт...» 16+ ПЯТЫЙ 05:00, 09:00, 13:00, 17:00 Известия. 16+ 05:25, 05:55, 06:40, 07:25, 04:35 Т/с «Господа офицеры». 16+ 08:25 Стройнадзор. 16+ 09:30, 10:20, 11:15, 12:05 Т/с «Свои-7». 16+ 13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка-8». 16+ 14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка-3». 16+ 17:30, 18:20, 19:05, 19:45, 20:40, 21:25, 00:30, 01:20, 02:05, 02:40, 03:20, 03:55 Т/с «След». 16+ 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 16+ 49 КАНАЛ 06:00 Оранжевое утро. 12+ 10:00, 19:30, 21:00, 23:20, 01:00 Новости 49. 12+ 10:30, 23:40 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+ 10:55, 12:55, 14:55, 16:55, 19:45, 21:15, 23:35, 01:15, 01:55 Прогноз погоды. 12+ 11:00 А как это по-женски?! 12+ 12:00 Свои люди. 12+ 12:30, 19:00 Дом культуры. 12+ 13:00, 15:00 Интервью недели. 12+ 13:30, 18:30, 01:20 Вне зоны. 12+ 14:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+ 15:30, 17:00, 19:50 Кино по 49-му. 12+ 21:20 Кино по 49-му. 16+ 00:00 Зажги свечу. 12+	КАРУСЕЛЬ 05:00 Ранние пташки. 6+ 07:00 С добрым утром, малыши! 0+ 07:30 Чик-зарядка. 0+ 07:35 М/ф «Кошечки-собачки». 0+ 10:20 Парк Турум-Бурум. 0+ 10:30 М/ф «Робокар Поли и его друзья». 0+ 10:45 М/ф «Смешарики». 0+ 12:45 М/ф «Джи-Джи Бонд. Супергонщик». 6+ 13:00 М/ф «Карбот». 6+ 13:30 М/ф «Барбоскины». 0+ 16:35 М/ф «ЛОЛ Сюрприз. Дорожное путешествие». 6+ 16:45 М/ф «Край Бебис. Волшебные слёзки». 0+ 16:50 М/ф «Лео и Тиг». 0+ 18:55 Держи краба. 0+ 19:05 М/ф «Ум и Хрум». 0+ 21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+ 21:15 М/ф «Сказочный патруль». 0+ 22:15 М/ф «Инфинити Надо». 6+ 22:45 М/ф «Фьюжн Макс. Новая эра». 6+ 23:00 М/ф «Метал Кард Бот». 6+ 23:30 М/ф «Приключения Пети и Волка». 12+ 01:00 М/ф «Фиксики. Дай пять!» 0+ 03:00 М/ф «Смешарики. Пинкод». 6+ ДОМ КИНО 09:45 М/ф «Три кота». 6+ 10:40 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». 12+ 11:40 М/ф «Три богатыря и Пуп Земли». 6+ 13:10 Т/с «Участок». 16+ 16:20 Т/с «Дальнобойщики». 16+ 18:20 Т/с «Ментовские войны». 16+ 01:30 Т/с «Филин». 16+ 04:00 Т/с «Последний мент». 16+ 05:40 Х/ф «Кукольник». 16+ 07:00 Х/ф «Вдова». 16+ 08:30 Х/ф «Только не они». 16+ ЗВЕЗДА 06:00 Д/ф «Оружие Победы». 12+ 07:10, 09:20 Х/ф «Чистое небо». 12+	09:00, 13:00 Новости дня. 16+ 10:05, 13:20, 01:40 Т/с «Ночные ласточки». 16+ 19:00 Военные новости. 16+ 19:40 Д/ф «Секретные материалы». 16+ 22:05 Х/ф «Дачная поездка сержанта Цыбули». 12+ 23:50 Х/ф «Егорка». 6+ ПЯТНИЦА! 05:40, 01:50, 04:30 Пятница News. 16+ 06:10 Гастротур. 16+ 06:50 Запретный Китай. 16+ 07:50 Запретная Индия. 16+ 08:50 Молодые ножи. Новая кровь. 16+ 11:10, 12:40, 14:10 Молодые ножи. 16+ 15:30, 16:40, 17:50, 02:20, 03:10 На ножах. 16+ 19:00, 20:00, 21:00 Чёрный список. На кухне. 16+ 22:10 Чёрный список. Прораб. 16+ 23:10 Большие девочки. 16+ 04:10 Секреты на кухне. 16+ РОССИЯ 24 09:00, 10:31, 11:18, 12:00, 12:57, 13:45, 15:00, 16:00, 16:39, 17:00, 18:00, 19:00, 03:00, 04:47 Новости. 16+ 09:15 Парламентский час. 16+ 09:34, 22:35, 01:32 Вести. Дежурная часть. 16+ 10:35, 11:32, 12:50, 13:42, 16:22, 20:21, 02:23 Погода 24. 12+ 10:40 День в истории. 6+ 11:51, 15:32, 17:33, 05:37 Инструкция. 12+ 12:32, 16:34 Вести. Net. 12+ 14:38 5-я студия. 16+ 15:44, 17:44 Интервью. 12+ 16:49, 19:49 Pro Налоги. 12+ 18:49, 05:47 Энергетика. 16+ 20:00, 20:33, 23:00 Факты. 12+ 00:02, 02:00, 02:35 Вести с Алексеем Казаковым. 16+ 03:44 Бесогон ТВ. 18+ 06:09 Вечер с Владимиром Соловьёвым. 12+ МИР 05:00 Понять. Простить. 16+	05:15, 06:15 Х/ф «Братья по крови». 16+ 06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+ 06:50 Х/ф «Белые волки». 16+ 08:50, 10:10 Х/ф «След Сокола». 16+ 11:15 Х/ф «Чингачгук – Большой Змей». 16+ 13:15 Мировое соглашение. 16+ 14:05 Дела судебные. Битва за будущее. 16+ 15:10, 20:25 Дела судебные. Новые истории. 16+ 16:15, 18:20 Дела судебные. Яблоко раздора. 16+ 18:30 Дела судебные. Деньги верните! 16+ 21:15 Т/с «Сердца трёх». 16+ 02:00 Первый Евразийский канал. 12+ 02:40 Х/ф «Близнецы». 16+ 04:00 Х/ф «Подкидыш». 16+ СПАС 07:00, 13:50, 02:25 День патриарха. 0+ 07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+ 07:55, 11:00 Прямая линия. Ответ священника. 12+ 08:55, 14:30 Святыни России. 6+ 10:00 Мультфильмы на СПАСе. 0+ 12:00, 22:25 От воскресенья до воскресенья. 6+ 12:15, 03:35 Д/ф «Собор Самарских святых». 0+ 13:35 Д/ф «Якутский Спасский мужской монастырь». 0+ 14:00 Монастырская кухня. 0+ 15:35 Х/ф «Через Гоби и Хинган». 12+ 17:20 Х/ф «Карантин». 0+ 19:00, 00:50 Вечер на СПАСе. 0+ 19:30 Х/ф «Воскресный папа». 0+ 21:15 Бесогон. 18+ 22:40, 04:40 Д/ф «Петербургский ангел». 0+ 23:25 Д/ф «Раненая обитель. Хроника». 6+ 23:50 Х/ф «Цыган». 12+ 01:20 Метанойя. Что такое смирение? 12+ 02:35, 03:05 Двенадцать. 16+ 05:20 Простые чудеса. 12+ 06:10 Во что мы верим. 0+
--	--	---	---	--

ПЕРВЫЙ 05:00 Доброе утро. 0+ 09:00, 13:00, 16:00, 03:00 Новости. 09:05 Модный приговор. 0+ 09:55 Жить здорово! 16+ 10:40, 13:25, 15:00, 18:15 Время покажет. 16+ 13:50, 18:45, 22:45 Большая игра. 16+ 16:15 Давай поженимся! 16+ 17:05 Мужское/Женское. 16+ 18:00 Вечерние новости (с субтитрами). 19:50 Пусть говорят. 16+ 21:00 Время. 21:45 Т/с «Пармские фиалки». 16+ 23:45, 03:05 Подкаст.Лаб. 16+ РОССИЯ 1 05:00 Утро России. 12+ 09:00, 11:00, 14:00, 16:30, 20:00 Вести. 09:30, 11:30, 21:10 Местное время. Вести-Новосибирск. 09:55 «О самом главном» Ток-шоу. 12+ 12:00, 18:00 60 минут. 12+ 14:30 Т/с «Тайны следствия». 16+ 17:00, 04:10 Малахов. 16+ 21:30 Т/с «Перекати-поле». 16+ 00:45 Т/с «Анна медиум». 16+ 02:45 Т/с «Богатые тоже плачут». 16+ ТВЗ 06:00, 05:45 Мультфильм. 0+ 08:30 М/ф «Леди Баг и Супер-Кот». 6+ 09:00, 09:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30 Т/с «Слепая». 16+ 10:00, 10:30, 15:30 Т/с «Порча». 16+ 11:00, 11:30, 12:00, 12:45, 13:15, 13:45, 14:15, 15:00 Т/с «Гадалка». 16+ 18:00, 19:00 Т/с «Кордон». 16+ 20:00, 21:15, 22:15, 23:30 Т/с «Скорая помощь». 16+ 00:30 Х/ф «Спуск». 18+	02:00, 02:30, 02:45, 03:15, 03:45, 04:00, 04:30, 04:45, 05:15 Т/с «Знаки судьбы». 16+ ТНТ 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 05:50, 06:20, 06:40 Т/с «СашаТаня». 16+ 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Праздники». 16+ 21:00, 21:30, 22:00, 22:30, 23:00 Т/с «Хутор». 16+ 23:30 Х/ф «Три мушкетёра. Д'Артаньян». 16+ 01:50 Х/ф «Три мушкетёра. Миледи». 16+ 03:30, 04:20 Однажды в России. 16+ 05:00 Утро ТНТ. 16+ СТС 05:00, 09:00, 04:20 100 мест, где поест. 16+ 05:50 С лёгким утром! 16+ 06:40 Просто кухня. Лучшее. 12+ 08:00 Вам и не снилось. 16+ 09:55 Х/ф «Побег с Фионой». 12+ 11:45 Х/ф «Приключения Аладдина». 16+ 13:35 Т/с «Тётя Марта». 16+ 17:55 Т/с «Мама будет против». 16+ 21:00 Х/ф «Бегущая по льду». 16+ 22:40 Х/ф «Детка на драйве». 16+ 01:00 Х/ф «Анна». 18+ 02:55 Х/ф «Мой тигр». 12+ НТВ 04:55, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля». 16+ 06:30 Утро. Самое лучшее. 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:15 Сегодня.	13:25 Чрезвычайное происшествие. 16+ 14:00 ДНК. 16+ 16:45, 20:00 Т/с «Невский. Тень архитектора». 16+ 00:30 Маска. 12+ 03:25 Х/ф «Егорушка». 12+ РЕН ТВ 05:00, 18:00, 01:20, 04:25 Самые шокирующие гипотезы. 16+ 06:00 С бодрым утром! 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 Новости. 16+ 09:00 Документальный спецпроект. 16+ 10:00 Засекреченные списки. 16+ 11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым. 16+ 12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112. 16+ 13:00 Невероятно интересные истории. 16+ 17:00, 02:10 Тайны Чапман. 16+ 20:00 100 вопросов обо всём. 16+ 20:25 Х/ф «Мотылек». 16+ 23:25 Т/с «Уровень угрозы». 16+ РОССИЯ К 06:30 Пешком... 16+ 07:05 Легенды мирового кино. 16+ 07:35, 18:25 Т/с «Святой Паисий. Из Фарасы на небеса». 16+ 08:45 Письма из провинции. 16+ 09:15 Диалоги о животных. 16+ 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры. 16+ 10:15, 02:10 Неизвестные маршруты России. 16+ 10:55 Х/ф «Последнее лето детства». 0+ 12:00 Д/ф «Запечатлённое время». 16+ 12:45 Коллекция Петра Шепотинника. 16+	13:25 Д/ф «Осовец. Крепость духа». 16+ 14:10, 20:25 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи». 0+ 15:35, 01:15 «Прощай, XX век! Избранное. «Перед запретной чертой». Константин Симонов». 16+ 16:15, 00:35 Д/ф «Человек и лодка». 16+ 17:15 Жизнь замечательных идей. 16+ 17:45 Д/ф «Свидетели времени». 16+ 19:45 Д/ф «Светильник правды и добра». 16+ 22:00 Балет Л. Минкуса «Баядерка». 16+ 23:50 Д/ф «Люди-птицы. Хроники преодоления». 16+ 01:55 Д/ф «Забывтое ремесло». 16+ ОТР 06:00, 15:45 На приёме у главного врача. 12+ 06:55, 02:00 Большая страна. 12+ 07:45 Очевидно. Вероятно. 12+ 08:30, 19:15 Календарь. 12+ 09:00, 15:00, 21:15 Д/ф «Искусство архитектуры». 12+ 09:40 Х/ф «Зимний вечер в Гаграх». 16+ 11:10, 03:55 Д/ф «Город с историей». 12+ 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:50, 16:00, 17:00, 19:00, 22:00, 00:00 Новости. 12:05, 12:35 Пёстрый мир. 12+ 13:05, 13:35, 14:05, 16:10, 17:10, 22:20 ОТражение. 19:45 Х/ф «Сладкая женщина». 16+ 00:15 Т/с «Магомаев». 16+ 02:50 Песня остаётся с человеком. 12+ 03:15 Очень личное. 12+ 04:25 В поисках Пушкина. 12+ 05:05 ОТражение. Итоги. 12+	ОТС 06:00 С новым утром! 12+ 09:00, 09:50, 10:20, 10:50, 11:25, 12:55, 16:00, 19:00, 20:25, 23:25, 00:00, 05:55 Большой прогноз. 0+ 09:05, 05:10 Т/с «Отравленная жизнь». 12+ 09:55 Мультфильмы. 0+ 10:25, 03:35 Фактор жизни. 12+ 10:55, 19:45, 22:55 Недетские вопросы о природе. 12+ 11:30 Х/ф «В двух шагах от «Рая». 16+ 13:00 Подкасты. Прямой эфир. 13:40, 00:05 Т/с «Команда ЧЕ». 16+ 14:30 Х/ф «Цой». 16+ 16:05 Т/с «Херувим». 16+ 16:50, 18:50 СпортОбзор. 12+ 17:00 Погода. 0+ 17:05 Регион Live. Прямой эфир. 18:00, 20:10 Сила Земли. 12+ 18:30, 20:30 Новости ОТС. Прямой эфир. 16+ 19:05 Улика из прошлого. 16+ 21:00 Регион Live. 12+ 22:05, 04:25 Т/с «Квест». 16+ 23:30 Новости ОТС. 16+ 00:50 Х/ф «Тайная жизнь Мэрилин Монро». 16+ ДОМАШНИЙ 06:30, 05:20 По делам несовершеннолетних. 16+ 07:25, 04:30 Давай разведёмся! 16+ 08:25, 02:55 Тест на отцовство. 16+ 10:40 Д/ф «Прости меня...» 16+ 11:45 Д/ф «Беду отведу». 16+ 12:55, 01:30 Д/ф «Знахарка». 16+ 13:30, 02:00 Д/ф «Верну любимого». 16+ 14:05, 02:30 Д/ф «Голоса ушедших душ». 16+ 14:40 Х/ф «Нам не жить друг без друга». 16+ 19:00 Х/ф «Белый лист». 16+
---	--	---	---	--

В телепрограммах возможны изменения по независящим от редакции причинам

23:25 Д/ф «Понять. Простить». 16+ 00:30 Д/ф «Порча». 16+ МАТЧ 10:00 Лучшие из лучших. 12+ 11:00, 13:00, 16:45, 19:55 Новости. 11:05, 20:00, 01:15, 03:20 Все на Матч! 12+ 13:05 Специальный репортаж. 12+ 13:25 Формула-1. Гаснут огни. 12+ 13:55, 23:00 Чемпионат Европы по водным видам спорта. Плавание. Прямая трансляция из Франции. 16:50 Есть тема! Прямой эфир. 18:10 II Всероссийская спартакиада. Фехтование. Шпага. Мужчины. Прямая трансляция из Уфы. 19:25 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Игора Драйв. 6+ 20:45 Футбол. Fonbet Кубок России. «Спартак-Нальчик» – «Алания» (Владикавказ). Прямая трансляция. 01:45 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы. 04:35 Смешанные единоборства. UFC. Ислам Махачев против Ренато Мойкано. Трансляция из США. 16+ 05:40 II Всероссийская спартакиада. Тяжёлая атлетика. Трансляция из Верхней Пышмы. 12+ 07:55 Новости. 0+ 08:00 II Всероссийская спартакиада. Скейтбординг. Трансляция из Казани. 6+ ТВЦ 06:00 Настроение. 12+ 08:10 Доктор И. 16+ 08:35 Х/ф «Одноклассники смерти». 12+ 10:35 Д/ф «Иван Бортник. Я не Промокашка!» 16+ 11:30, 14:30, 17:50, 22:00, 00:00 События. 11:50, 03:00 Х/ф «Я иду тебя искать». 12+ 13:45 Мой герой. 12+	14:50 Город новостей. 16+ 15:05 Т/с «Провинциальный детектив». 16+ 16:55 Актёрские драмы. 16+ 18:10 Х/ф «Зовите Ермолова!-5». 16+ 22:35, 05:30 10 самых... 16+ 23:05 Д/ф «Легенды эстрады». 16+ 00:30 Петровка. 38. 16+ 00:45 Д/ф «Неизвестный Фидель Кастро». 16+ 01:30 Д/ф «Настоящий детектив». 16+ 02:15 Д/ф «Суд истории. Письма из Хиросимы». 16+ 04:30 Д/ф «Шуранова и Хочинский. Леди и бродяга». 16+ ПЯТЫЙ 05:00, 09:00, 13:00, 17:00 Известия. 16+ 05:25, 05:45, 06:35, 07:25 Т/с «Господа офицеры». 16+ 08:25 Ваше здоровье! 12+ 09:30, 10:20, 11:15, 12:05 Т/с «Свои-7». 16+ 13:30, 22:20 Т/с «Великолепная пятёрка-8». 16+ 14:20, 15:15, 16:05, 23:05 Т/с «Великолепная пятёрка-3». 16+ 17:30, 18:20, 19:00, 19:45, 20:40, 21:25, 00:30, 01:15, 02:00, 02:40, 03:10 Т/с «След». 16+ 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 16+ 03:45, 04:25 Х/ф «Изгой». 16+ 49 КАНАЛ 06:00 Оранжевое утро. 12+ 10:00, 19:30, 21:00, 22:50, 01:00 Новости 49. 12+ 10:20, 14:00, 00:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+ 10:55, 12:55, 14:55, 16:55, 19:45, 21:15, 23:05, 01:15, 01:55 Прогноз погоды. 12+ 11:00 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+ 11:30, 23:10 Дом культуры. 12+ 12:00 А как это по-женски?! 12+	13:00, 15:00 Интервью недели. 12+ 13:30, 19:00, 23:35, 01:20 Вне зоны. 12+ 15:30, 17:00, 19:50 Кино по 49-му. 12+ 18:30 Свои люди. 12+ 21:20 Кино по 49-му. 16+ КАРУСЕЛЬ 05:00 Ранние пташки. 6+ 07:00 С добрым утром, малыши! 0+ 07:30 Чик-зарядка. 0+ 07:35 М/ф «Кошечки-собачки». 0+ 10:20 Парк Турум-Бурум. 0+ 10:30 М/ф «Робокар Поли и его друзья». 0+ 10:45 М/ф «Смешарики». 0+ 12:45 М/ф «Джи-Джи Бонд. Супергонщик». 6+ 13:00 М/ф «Карбот». 6+ 13:30 М/ф «Барбоскины». 0+ 16:35 М/ф «ЛОЛ Сюрприз». 6+ 16:45 М/ф «Край Бебис». 0+ 16:50 М/ф «Лео и Тиг». 0+ 18:55 Держи краба. 0+ 19:05 М/ф «Ум и Хрум». 0+ 21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+ 21:15 М/ф «Сказочный патруль». 0+ 22:15 М/ф «Инфинити Надо». 6+ 22:45 М/ф «Фьюжн Макс. Новая эра». 6+ 23:00 М/ф «Метал Кард Бот». 6+ 23:30 М/ф «Приключения Пети и Волка». 12+ 01:00 М/ф «Фиксики. Дай пять!» 0+ 03:00 М/ф «Смешарики. Пинкод». 6+ ДОМ КИНО 10:00 М/ф «Три кота». 6+ 10:50 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига». 12+ 12:00 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». 12+ 13:10 Т/с «Участок». 16+ 16:20 Т/с «Дальнобойщики». 16+ 18:20 Т/с «Ментовские войны». 16+ 01:30 Т/с «Филин». 16+ 04:00 Т/с «Последний мент». 16+ 05:30 Х/ф «Орёл и решка». 16+ 07:00 Х/ф «Зимняя вишня-2». 16+ 08:30 Х/ф «Бедные родственники». 16+	ЗВЕЗДА 04:50 Т/с «Ночные ласточки». 16+ 09:00, 13:00 Новости дня. 16+ 09:20, 13:20 Т/с «Под ливнем пуль». 16+ 14:25 Т/с «Команда 8». 16+ 19:00 Военные новости. 16+ 19:40 Код доступа. 12+ 22:05 Х/ф «Военный корреспондент». 16+ 00:20 Х/ф «Последний дюйм». 12+ 01:55 Х/ф «Егорка». 6+ 03:05 Х/ф «Случай в тайге». 12+ 04:30 Х/ф «Подкидыш». 6+ ПЯТНИЦА! 05:00, 04:20 Секреты на кухне. 16+ 05:50, 02:10, 04:30 Пятница News. 16+ 06:20 Запретный Китай. 16+ 07:10 Запретная Индия. 16+ 08:10 Молодые ножи. Новая кровь. 16+ 10:40, 12:40, 14:50, 17:00 Новые Четыре свадьбы. 16+ 19:00, 20:50 Свадьба вслепую. 16+ 22:20 Одни дома. 16+ 23:50 Большие девочки. 16+ 02:40, 03:30 На ножах. 16+ РОССИЯ 24 09:08, 15:45 Интервью. 12+ 09:34, 22:35, 01:32 Вести. Дежурная часть. 16+ 10:31, 11:18, 12:00, 13:00, 13:45, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 03:00, 05:00, 06:00 Новости. 16+ 10:35, 11:32, 12:53, 13:42, 16:34, 20:21, 02:23 Погода 24. 12+ 10:40 День в истории. 6+ 11:51, 17:54, 18:54, 04:34, 05:53 Инструкция. 12+ 12:32 Вести. Net. 12+ 16:46, 19:46, 04:46 Есть решение. 12+ 20:00, 20:33, 23:00 Факты. 12+ 00:02, 02:00, 02:35 Вести с Алексеем Казаковым. 16+ МИР 05:00 Х/ф «Подкидыш». 16+ 05:10 Понять. Простить. 16+ 06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+	06:15, 18:30 Дела судебные. Деньги верните! 16+ 07:50, 11:00, 14:05 Дела судебные. Битва за будущее. 16+ 09:05, 12:05, 15:10, 20:25 Дела судебные. Новые истории. 16+ 10:10 Д/ф «Родина или смерть». 16+ 13:15 Мировое соглашение. 16+ 16:15, 18:20 Дела судебные. Яблоко раздора. 16+ 21:15 Х/ф «Ход конём». 16+ 22:55 Х/ф «Дети Дон Кихота». 16+ 00:25, 01:50 Наше кино. История большой любви. 16+ 00:50 Первый Евразийский канал. 12+ 02:15 Х/ф «Аринка». 16+ 03:30 Х/ф «Сельская учительница». 16+ СПАС 07:00, 13:50, 02:30 День патриарха. 0+ 07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+ 07:55, 11:00 Прямая линия. Ответ священника. 12+ 08:55, 14:30 Святыни России. 6+ 10:00 Мультфильмы на СПАСе. 0+ 12:00, 22:25 От воскресенья до воскресенья. 6+ 12:15 Д/ф «Петербургский ангел». 0+ 13:00 Д/ф «Советские иконы. Исчезающее наследие». 0+ 14:00 Монастырская кухня. 0+ 15:35 Х/ф «Воскресный папа». 0+ 17:20 Х/ф «Тревога». 6+ 19:00, 00:50 Вечер на СПАСе. 0+ 19:30 Х/ф «Полонез Огинского». 6+ 21:15 Бесогон. 18+ 22:40, 04:20 Д/ф «Крест». 0+ 23:50 Х/ф «Цыган». 12+ 01:20 Метанойя. Таинство Крещения. 12+ 02:40, 03:10 Двенадцать. 16+ 03:35 Д/ф «Медовый Спас». 0+ 03:50 Д/ф «Собор Успения Пресвятой Богородицы в Моздоке. Цикл Тропами Алании». 0+ 05:20 Простые чудеса. 12+ 06:10 Во что мы верим. 0+
--	---	---	--	---

ТРЕНД

Круассаны с морошкой и тюрю по-чалдонски — как продвигать кухни народов России, обсудили в Новосибирске.

Традиции с колоритом

Татьяна МАЛКОВА
Фото Валерия ПАНОВА

На форуме сибирского гостеприимства «Дикоросы», в числе организаторов которого правительство Новосибирской области и региональное министерство экономического развития, одной из основных обсуждаемых тем стала «Русская кухня и кухня народов России как обязательная составляющая туризма». Заместитель министра культуры Омской области **Светлана Бакулина** в своём выступлении сделала акцент на чалдонской кухне. Она рассказала о проведении этноэкспедиций, по итогам которых появился цикл фильмов, организован гастрофестиваль и создана Ассоциация чалдонской кухни. В народ пошли рецепты блюд, которые несколько столетий передаются в семьях из поколения в поколение: грибятница, картошник, тюрю по-чалдонски, щи с сушёным творогом.

О том, чем радует гостей Алтайский край, рассказал директор туристского информационного центра региона **Александр Филиппов**. Он сообщил, что создан гастрономический путеводитель по краю, который подскажет, где вкусно поесть, что привезти в качестве сувениров и какие гастрономические события



«Дикоросы» всегда радуют гостей локальными продуктами.

проходят в регионе. Алтайский край традиционно славится своими мёдом, сыром, мраморной говядиной, а кооперация рестораторов и сельхозпроизводителей помогает активно продвигать локальные продукты. Туроператоры также подключились к теме и включают в свои предложения элементы гастротуризма.

Раньше трудно было представить, что Мурманская область войдёт в число флагманов гастротуризма, отметила директор центра социальных

проектов Печенгского района региона «Вторая школа» **Наталья Сидорина**. Но всё изменила идея, возникшая около пяти лет назад, — организовать в небольшом посёлке Никель, самом северном индустриальном поселении в России, фестиваль арктической кухни Gastro Industry Fest, объединивший гастрономию и индустрию. Посёлок, население которого около семи тысяч жителей, принимает во время фестиваля до 15 тысяч гостей. За индустриальную часть от-

вечают арт-объекты, некогда бывшие машинами и оборудованием, работавшими под землёй, — ковши, вагонетки, перфораторы, приспособленные теперь под нужды кулинаров. Над меню работают целый год, и в дни фестиваля участники могут попробовать оленьи рёбра и круассаны с морошкой, рыбную солянку и бургеры с сёмгой, кисель из северных ягод и даже хлебное мороженое.

Глава представительства Федерации рестораторов и

ЦИФРЫ

По подсчётам организаторов, в этом году «Дикоросы» собрали **149 000** гостей из **50** регионов России и **7** стран Азии и Африки.

отельеров России в Сибири **Владимир Бурковский** и его супруга **Анжелика Бурковская** в развитии своих ресторанных концепций делают сильный акцент на блюдах сибирской кухни. В частности, именно Владимир Бурковский поставил на поток простой сибирский десерт из брусники, кедровых орехов и сгущённого молока. Это блюдо давно было популярно у охотников, потому что всё под рукой: орехи и брусника растут в лесу, а сгущёнка всегда с собой. Но идея коммерциализировать десерт с сибирским колоритом и вывести его на ресторанный уровень принадлежит новосибирскому ресторатору.

Модератор встречи — руководитель проекта «Гастрономическая карта России» **Екатерина Шаповалова** отметила, что Новосибирская область стала одним из пяти регионов, вошедших в проект «Русский завтрак», который сейчас реализуют 10 предприятий общепита и средств размещения туристов. Анжелика Бурковская подтвердила, что идея пользуется успехом, а самым популярным блюдом назвала сырную похлёбку с крапивою.

ДИСКУССИЯ

Кто сможет рассказать о местной гастрономии так, чтобы передать эмоции, которые даёт то или иное блюдо?

Вкус слова

Татьяна МАЛКОВА | Фото Алексея ТАНЮШИНА

Где и как сегодня можно подготовить гастрожурналиста? Этот вопрос обсудили на круглом столе «Гастрожурналистика как инструмент повышения туристической привлекательности региона: вкусно пишем о сибирской кухне», прошедшем в дни работы гастрофестиваля «В Сибири — есть!».

Вице-президент Общенационального союза индустрии гостеприимства **Юлия Железняк** отметила: Новосибирск по праву считается интеллектуальным центром России, и при продвижении гастрономии одним из ярких акцентов может стать «умная» еда, приготовленная по «умным» рецептам. Она также подчеркнула важность легендирования блюд, прослеживания их истории. Очень большую роль, на взгляд эксперта, играет эмоциональная составляющая описания, которая должна передаваться читателю.

Модератор заседания, заместитель главы Федерации рестораторов и отельеров России в Сибири **Анжелика**

Бурковская рассказала, что специализированная подготовка журналистов по этому направлению есть в Московском и Санкт-Петербургском университетах. У нас этого нет, посетовала она, а гастрожурналистикой сейчас считается любое сообщение о том, кто открыл новое заведение, а кто закрыл старое.

Для того чтобы сформировать класс гастрожурналистов, необходим заказ заинтересованных в этом сторон, считает глава департамента информационной политики правительства Новосибирской области председатель регионального Союза журналистов **Сергей Нешумов**. Для повышения туристической привлекательности важен профессиональный язык, этому нужно специально учить, но запрос должен поступать от тех, кому это необходимо.

Депутат Законодательного собрания Новосибирской области **Анна Терешкова**, долгое время занимавшая пост вице-мэра Новосибирска и курировавшая креативные индустрии, уверена: акцент надо делать не на истории, а на перспективах. По её мнению, Новоси-



Рассказать о блюде нужно уметь так, чтобы сразу возникло желание его попробовать.

бирск — слишком молодой город, чтобы продавать то, что связано с его историческим прошлым, а вот развивать и представлять что-то инновационное, необычное и нацеленное в будущее — это как раз для него.

Не может качественно и профессионально рассказать о еде человек, у которого не развит вкус, тот, кто не разбирается в его оттенках и не может их описать не только внятно, но и увлекательно, — в этом мнении участники были едины. Ресторанный консультант **Андрей Ушаков** посетовал, что профессиональная гастрожурналистика в столице Сибири когда-то была, но теперь почти сошла на нет. То, что делают

блогеры, экспертным мнением никак не назовёшь. Рестораторы не научились разговаривать с журналистами, а журналисты не научились компетентно писать о гастрономии, экспертность пропала, считает он, поэтому проблема подготовки кадров стоит перед сферой очень остро.

Первые шаги в этом направлении делаются. Недавно директор школы кулинаров и рестораторов «Гастроинкубатор» **Галина Ильина** запустила курс «Мастер слова», участников которого учат интересно и ярко рассказывать о гастрономии, туризме и событиях в этих сферах так, «чтобы они хотя бы понимали, о чём говорят».

ГОСПОДДЕРЖКА

В Новосибирской области к федеральному пилотному проекту по комплексной реабилитации и абилитации детей-инвалидов подключились НКО.

Путь принятия

Вера ТОЛМАЧЁВА
Фото Елизаветы ШЛАПАКОВОЙ

Изначально услуги предоставляли три государственных учреждения (Ояшинский дом-интернат, РЦ «Рассвет», ОЦСПСиД «Морской залив») и одно муниципальное (ГЦСПСиД). Теперь родители могут выбрать поставщика из числа некоммерческих организаций (НКО), прошедших строгий отбор и подтвердивших наличие лицензий, материально-технической базы и квалифицированных специалистов.

Одним из таких участников стала Новосибирская межрегиональная общественная организация инвалидов «Ассоциация «Интеграция» (Российского союза инвалидов). Здесь занимаются дети от 4 до 17 лет с нарушениями психических функций, слепотой или слабослышанием, а также сложными хромосомными и генными заболеваниями. Кроме того, здесь могут заниматься и родители.

Татьяна Хомченко, начальник отдела по вопросам семьи, материнства и детства управления семейной политики и защиты прав детей министерства труда и социального развития Новосибирской области, подчеркнула, что подключение некоммерческой организации к пилотному проекту было продуманным стратегическим шагом. Это позволит не только увеличить количество мест, где дети могут получать помощь, но и создать конкуренцию между государственными, муници-



Дети охотно занимаются песочной арт-терапией.

пальными и некоммерческими учреждениями. Все они оказывают услуги по одним стандартам. И родители имеют возможность выбрать ту организацию, в которой им удобнее и комфортнее было бы получать услуги. В пилотном проекте услуги могут получать дети, которым впервые в 2026 году была присвоена категория «ребёнок-инвалид». Они получают электронный сертификат и с его помощью могут получить комплекс услуг по реабилитации и абилитации. Электронный сертификат рассчитан на год, курс составляет 21 день, он непрерывный.

Надежда Антипина, клинический психолог организации «Интеграция», рассказала, что одна из интересных

практик для занятий с детьми с ограниченными возможностями здоровья — это песочная терапия в индивидуальном или групповом формате.

— Мы применяем разные элементы интегративной динамической песочной терапии, арт-терапии для того, чтобы развивать эмоционально-волевую сферу ребёнка. То есть, строя свой мир, ребёнок моделирует собственные эмоции, ощущения, учится коммуницировать. Мы можем понять, о чём он думает, что чувствует, как выражает эти чувства. Научить его каким-то элементам, которые в силу диагноза он не может выполнить.

Всего сейчас занимаются 55 детей (23 получают помощь сейчас, 32 завер-

ЦИФРА

> 500

детям в Новосибирской области с начала 2026 года была установлена инвалидность.

шили программы), и минтруда ожидает рост количества благодаря новым партнёрам из НКО.

Одна из мам, участница проекта **Оксана Штайнпрайс**, рассказала, что достаточно быстро попала в проект. Её восьмилетнему сыну в мае установили диагноз РАС (аутизм). Ребёнок занимается в группе, занятия посещает с удовольствием и даже принёс в центр коробку с любимыми игрушками, хотя делиться не любит.

— Мой ребёнок больше всего любит быть дома с мамой. Но здесь посещает занятия с удовольствием, постоянно делится со мной, как всё прошло. Любит накрывать на стол. Это для нас очень знаково — значит, прогресс есть. Конечно, хочется добиться того, чтобы он смог стать самостоятельным, и центр в этом успешно помогает, — поделилась Оксана Штайнпрайс.

А ещё Оксана сказала, что очень надеется на помощь специалистов именно для родителей. Ведь жизнь с диагнозом «ребёнок-инвалид» требует принятия. И этот путь нужно пройти.

ГОСПРОГРАММА

В сёла Новосибирской области в 2026 году отправятся восемь земских тренеров.

Спортивный резерв



Екатерина ПАВЛЮХ
Фото Валерия ПАНОВА

Министр физической культуры и спорта **Сергей Ахапов** напомнил, что программа «Земский тренер» была запущена по поручению президента с этого года. Её цель — привлечение квалифицированных кадров в сферу физкультуры и спорта

в малые города и в сельскую местность. По его словам, программа «Земский тренер» позволит привлечь преподавателей физкультуры и тренеров в небольшие новосибирские города и сёла с численностью населения до 50 тысяч человек. Участниками могут стать специалисты с высшим или средним профессиональным образованием, готовые работать в бюджетных спортивных

учреждениях не менее пяти лет. Им предоставляется единовременная выплата в размере 1 млн рублей. При этом она не будет облагаться налогом, а получатель может сам решить, на что потратить деньги.

Пока в программе участвуют восемь муниципальных округов области. Учитывая необходимые требования, в перечень вакансий были включены

такие должности, как инструктор, инструктор-методист и тренер-преподаватель, в Карасукском и Маслянинском муниципальных округах, р. п. Колывань, Чановском и Баганском районах, а также в двух спортивных школах — спортивной школе олимпийского резерва по стрелковым видам спорта и спортивной школе самбо.

По словам директора спортивной школы олимпийского резерва по стрелковым видам спорта **Александра Кудрявцева**, «Земский тренер» в основном нацелен именно на молодых специалистов, которые совсем недавно получили профильное образование и ещё не выбрали своё место работы. От отметил, что пулевая стрельба активно развивается только в областном центре. Программа же обеспечит развитие этой дисциплины, как и многих других, в отдалённых районах области и тем самым укрепит спортивный резерв.

Глава Маслянинского муниципального округа, где так-

же ждут специалистов по физической культуре и спорту, **Вячеслав Ярманов** заявил, что сегодня для специалистов, которые переезжают в сельскую местность для работы, есть все необходимые условия, в том числе реализуются другие программы поддержки. Одна из них — предоставление служебного жилья. Своевременность этой программы обусловлена тем, что за последние годы на сельских территориях значительно приросла спортивная инфраструктура, считает глава округа.

Приём заявок на должности в программе начался 3 августа и продлится до конца месяца. Далее созданная при министерстве комиссия рассмотрит поступившие документы до 15 октября. По итогам будет сформирован список получателей и претендентов на получение выплаты, с которыми затем заключается трудовой договор.

НАЦПРОЕКТ

Не ремонтировали 40 лет: до осени фасад Новосибирской государственной областной научной библиотеки отремонтируют со стороны улиц Коммунистической и Советской.

Сохранить знак

Татьяна ГАЙДУКОВА | Фото автора

Столетний нивелирный знак найден во время ремонта фасада Новосибирской государственной областной научной библиотеки. На металлическом треугольнике, прочно вмонтированном в здание, есть надпись — «Город. Нивел» и дата «1925 г.». Найти такой артефакт сейчас — почти чудо, так как они теряются при демонтаже конструкций. Государственный нивелирный знак — это специальный геодезический знак, который закрепляют на местности, отмечая точку с известной высотой. После ремонта библиотеки его увидит любой желающий.

И это не единственный сюрприз для горожан, которые уже год наблюдают за ремонтом фасада здания на улице Советской. Замгубернатора Новосибирской области Ирина Мануйлова уточнила, что ремонт рассчитан на два года и завершится в 2027-м. Фасад не обновляли с 1986 года.

— Мечты должны сбываться, — прокомментировала замгубернатора. — Много лет жители Новосибирска мечтали о том, чтобы областная научная библиотека приняла достойный вид и внешнее содержание соответствовало внутреннему. Мы гордимся тем, что удалось войти в нацпроект «Семья» и приступить к ремонту фасадов нашей библиотеки и вестибюля. Подрядчик тщательно продумывает последовательность работ. Максимально использует летний период. На капремонт фасада направлено почти 48,5 миллиона рублей. Половина из них будет освоена в этом году, остальное — в следующем. Это в большей степени средства федерального бюджета. От областного бюджета — немного больше 1,5 миллиона. За счёт этого мы можем провести не только реконструкцию фасада, но и ряд преобразований внутри. Чтобы люди ощутили не только внешнюю, но и внутреннюю красоту здания.

Вестибюль тоже преобра-

зится. На первом этаже при входе в библиотеку будет создано дополнительное общественное пространство, где будут проводиться публичные лекции и другие мероприятия.

Как рассказала директор НГОНБ Светлана Тарасова, все работы ведутся согласно проектно-сметной документации: произведён демонтаж старой штукатурки, закрыты все трещины на фасаде здания. Подрядчики приступили к нанесению штукатурки и элементов декора возле окон. Цвет библиотеки останется прежним — серо-бежевым. По проекту предусмотрена уютная тёплая подсветка здания, чего никогда не было.

— Объём выполненных работ составляет 50 процентов, — прокомментировала Светлана Тарасова. — Осталось работать два месяца. Компания, которая занимается ремонтом, гарантирует, что всё будет выполнено в установленные сроки. Одновременно в здании идёт капремонт вестибюля: мы рас-



В НГОНБ прошло совещание по капремонту фасада и вестибюля с участием замгубернатора Ирины Мануйловой и министра культуры региона Юрия Зимнякова.

ширяем пространство, потому что создаём больше возможностей во входной зоне, места для работы на компьютере, для получения книг из книгомата, который будет работать по графику больше, чем сама библиотека. Сохраняя исторический облик библиотеки, мы придаём ей современный вид.

Ещё одно новшество, которое появится в библиотеке, — политехническая гостиная.

Новосибирск станет одним из десяти городов Сибири, где будет развиваться проект Политехнического музея. Это будет современное пространство для проведения лекций, научных фестивалей. Политехнический музей, основанный в 1872 году, — один из крупнейших научно-технических музеев мира. В его коллекции более 230 тысяч экспонатов, а его просветительская деятельность охватывает всю Россию.

МЕДИЦИНА И НАУКА

Выпускница НГТУ разработала специальные универсальные ботинки для реабилитации лежачих больных клиники Мешалкина.

Космические технологии

Татьяна ГАЙДУКОВА

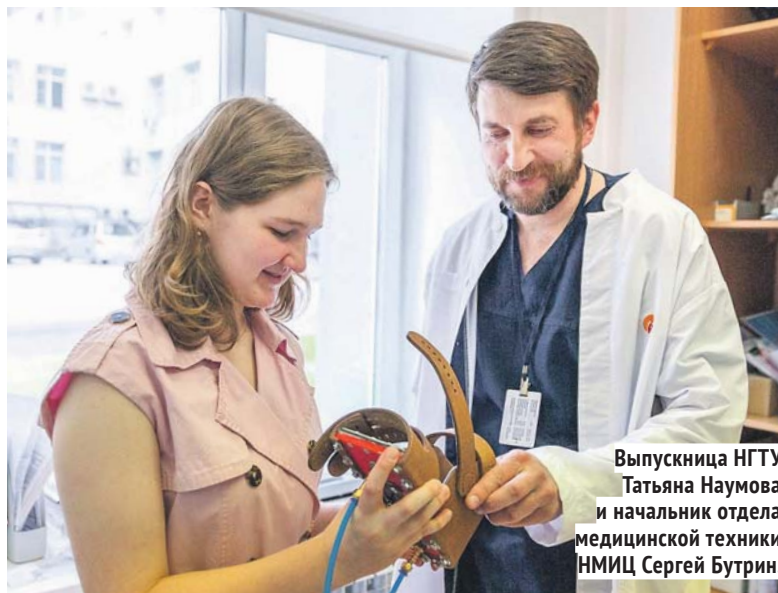
Фото предоставлены пресс-службой
НМИЦ им. акад. Е. Н. Мешалкина

Дипломная работа будущего инженера **Татьяны Наумовой** буквально прибыла из космоса на Землю. Выпускница факультета автоматики и вычислительной техники НГТУ защитила квалификационную работу по модификации устройства, вид которого отсылает к прототипам космических скафандров...

Но обо всём по порядку. Таня выбрала специальность, когда училась в девятом классе. Хотя сначала планировала быть биологом.

— Потом узнала, что в НГТУ есть специальность «Биотехнические системы и технологии», связанная с биологией, медициной, но по большей части она техническая, инженерная, — поясняет она. — Примерно в этот период мне в школе начала нравиться физика. Так был сделан выбор направления для получения высшего образования. О специальности мне рассказала старшая сестра, которая тогда училась в НГТУ. А мама поддержала меня.

Уже во время учёбы девушка разработала тренажёр для травматологов. На проектно-



Выпускница НГТУ Татьяна Наумова и начальник отдела медицинской техники НМИЦ Сергей Бутрин.

конструкторской практике Татьяна выполняла работу на тему «Тренажёр для репозиции перелома лучевой кости в типичном месте». Это макет предплечья взрослого человека в помощь студентам-медикам для освоения навыков репозиции — сопоставления отломков кости при переломе со смещением. При правильном совмещении отломков на тренажёре включается светодиодная индикация.

Ботинки для реабилитации лежачих пациентов — это уже результат дипломной практики. Кстати, изначально такие

разработки велись для космической отрасли, чтобы космонавты после долгого пребывания в невесомости быстрее возвращались к привычной жизни.

— Идею устройства для реабилитации мне подали в НМИЦ имени Мешалкина, — говорит Татьяна. — У врачей-реабилитологов клиники существует проблема: аппарат «Корвит», который они используют, требует приобретения нескольких пар ортезов (ботинок) для пациентов с разным размером ноги. Ортезы изготавливаются из кожаного материала и быстро

выходят из строя. Поэтому возникла идея о создании устройства, функционирующего по принципу аппарата «Корвит», но имеющего прочные раздвижные ортезы, длину которых можно регулировать вручную. Постепенно продумывались конструкция ботинок, аппаратная и программная части блока управления.

Татьяна рассказала, что изготовление происходило по большей части в домашних условиях. Закупались некоторые детали, материалы. Но отдельные части устройства изготовлены специально. Например, преподаватель кафедры систем сбора и обработки данных НГТУ **Алексей Козин** помог ей распечатать основания ортезов на личном 3D-принтере.

— Пока массового производства ботинок не планируется, — отмечает она. — Чтобы наладить выпуск медицинских устройств, необходимо получить лицензию. Пока устройство в единственном экземпляре находится в клинике Мешалкина на тестировании.

Устройство предназначено для реабилитации пациентов, вынужденных длительное время соблюдать постельный режим, например, после операций или травм. Использование

таких ботинок помогает людям быстрее восстановить навыки ходьбы и вернуться к привычной жизни.

— Принцип работы основан на стимуляции двух зон стопы — пяточной и плюсневой, — уточняет Татьяна. — Именно на эти зоны в процессе ходьбы оказывается максимальное давление, а также в этих областях сосредоточены тельца Пачини — нервные клетки, рецепторы, которые воспринимают давление. В процессе работы устройство оказывает давление на стопу с помощью надувающихся подушечек. При этом мозг воспринимает ощущение ходьбы — привычные для него сигналы, аналогичные тем, что возникают при естественной ходьбе.

Таким образом, мозг не забывает эти ощущения, и когда пациент снова встанет на ноги, они не кажутся ему незнакомыми, ему проще обработать эти сигналы, и человек за более короткий срок заново привыкает ходить.

В ближайшее время Татьяна Наумова планирует устроиться на работу в клинику Мешалкина, в отдел медицинской техники. Новых проектов по созданию каких-либо устройств пока у неё нет, но это, наверное, вопрос времени.



РАЗВИТИЕ

Руководитель проектного офиса Президентского фонда культурных инициатив Елена СУХИНА — о том, какие проекты становятся победителями и как получить поддержку государства для своей идеи.

Про людей и для людей

— Елена, если говорить о наиболее значимых для региона событиях, которые благодаря участию и победе в конкурсе получили поддержку Президентского фонда культурных инициатив, какие вы назвали бы?

— Это такие грандиозные проекты, как «Фестиваль идей и людей НОВАТОРИЯ», который объединяет учёных, инженеров и творческих людей; арт-фьюжн-фестиваль «Техноарт», популяризирующий науку; фестиваль «Огни Сибири», ставший центром притяжения для молодёжи, увлекающейся современным исполнительским искусством в жанрах огненного и светового шоу. Проекты, направленные на развитие территорий и сохранение культурного наследия: интерактивный макет «Новосибирь», выставочный проект «Из Блокады в Сибирь», сохранение наследия чатских татар в деревне Юрт-Ора, Транссибирский арт-фестиваль и его молодёжная программа, Международный фестиваль театров кукол «Перекрёсток» с субтитрованием и сурдопереводом. Также были получены гранты на проведение Сибирского фестиваля полнокупольного кино «Кинокупол», концерта под открытым небом «Шостакович. Симфония №7 «Ленинградская»» в исполнении Академического симфонического оркестра Новосибирской филармонии и многие другие.

— В министерстве культуры региона отмечают, что проектный офис стал настоящим центром компетенций и связующим звеном между авторами идей и их успешной реализацией. Расскажите о сути вашей работы.

— Проектный офис как методологический центр начал работать в Новосибирске два года назад. Наши специалисты выстроили эффективную систему поддержки заявителей проектов: от консультаций и обучения до помощи в подготовке конкурсной документации. Мы регулярно проводим обучающие мероприятия для потенциальных участников, выстроили взаимодействие с местными организациями и инициативными группами. Сегодня проектный офис — это не только методический центр, но и площадка для притяжения творческих людей Новосибирска и области.

— Елена, вы, без преувеличения, и сами успешный заявитель. Какими своими проектами, которые удалось реализовать, особенно гордитесь?

— Проектная деятельность увлекала всегда: ещё до работы в проектном офисе у меня было разработано более 20 проектов, конкурсные заявки которых были поддержаны на региональном и федеральном уровне. Один из проектов, поддержанный Фондом президентских грантов, которым я горжусь, называется «Мода равных»: это разработанная и зарегистрированная марка одежды для людей, передвигающихся на колясках. Была реализована идея открытого пространства под названием «Рабочее место», где люди с инвалидностью могут участвовать в создании деловых сувениров и подарков, при этом получая за свой труд вознаграждение.



«Один из проектов, поддержанный Фондом президентских грантов, которым я горжусь, называется “Мода равных”: это разработанная и зарегистрированная марка одежды для людей, передвигающихся на колясках».

Среди проектов, поддержанных Президентским фондом культурных инициатив, партнёрский проект — акселератор «Путь ремесленника». Мне очень хотелось «приземлить» его на нашу новосибирскую территорию, потому что у нас невероятное количество талантливых мастеров. Суть проекта в том, чтобы эти творческие люди могли не только показывать, но и успешно реализовывать свои уникальные работы. Здорово, что у нас с коллегами это получилось.

— Если говорить о концепции проектов, какие направления сегодня получают больше заявок?

— Фонд выделяет гранты по 12 тематическим направлениям: классическое искусство, развитие малых территорий, культурное наследие и другие. Больше всего за два конкурса 2026 года было подано заявок по направлениям «Культурный код» (87), «Место силы» (61), «Страна возможностей» (42).

Это проекты, которые раскрывают многообразие и самобытность регионов страны, демонстрируют, как преобразуется территория. Заявители «подсвечивают» места своей малой родины, показывая локальную идентичность, делают её источником вдохновения и творчества в современной России. Их участие в конкурсе — это большой шанс на реальные инвестиции от государства для развития культурного туризма и малых территорий. Каждый проект — и про людей, и для людей, он помогает жителям по-новому взглянуть на свой регион.

— Расскажите, пожалуйста, о некоторых победивших проектах, которые будут реализованы в текущем году.

— Это Международный молодёжный джазовый фестиваль Jazzed in Siberia, проект НГТУ-НЭТИ, который состоится в ноябре 2026 года. В данном случае речь идёт о молодом лидерстве, традиционных духовно-нравственных ценностях. На сценических площадках музыканты будут демонстрировать технические навыки, творческую позицию. Пройдут мастер-классы от признанных музыкантов: молодёжь будет учиться технике, профессиональной философии, лидерству в искусстве — важная история для музыкантов. Viva

СПРАВКА

В 2026 году исполнилось пять лет со дня основания Президентского фонда культурных инициатив.

Проведено 16 основных конкурсов, по итогам которых получили поддержку 11 752 проекта на общую сумму 49,62 млрд рублей.

Новосибирская область всегда попадала в топ-10 регионов как по количеству поддержанных проектов, так и по объёму привлечённых средств. В нынешнем году наш регион на первом месте. За пять лет было подано 2 155 заявок, из которых 279 стали победителями. Благодаря этому в регион удалось привлечь 629 157 384 рубля.

ДОСЬЕ

ЕЛЕНА СУХИНА

Руководитель проектного офиса Президентского фонда культурных инициатив. Имеет три высших образования: окончила НГАВТ, НГУЭУ, НТИ РГУ имени Косыгина. Более 10 лет занимается грантовым проектированием.

Avia, авиашоу на аэродроме в Мочище, пройдёт 1 и 2 августа. Это погружение в мир воздушных просторов, соединение мостом прошлого и будущего, где центральным элементом станут полёты. Ожидается участие «Стрижей», «Русских витязей», «Барсов», пройдут мастер-классы, откроются интерактивные зоны с симуляторами полётов. Арт-резиденция «Сказ: Лаборатория мифов». Его суть в изучении культуры коренных народов Сибири через призму современного искусства. Эти древние нарративы, которые формировались веками, являются подлинным хранилищем мировоззрения, этики и духовно-нравственных ориентиров народов Сибирского региона. Ребята будут создавать креативные пространства с выставками и публичной программой. В проекте примут участие и учёные — в частности, сотрудники Института филологии СО РАН. «Город мечты» — проект об истории и современности соцгородов Новосибирска. Заявители исследуют районы, созданные в эпоху индустриализации, через архивы, интервью, прогулки и современное искусство. Соцгород — это идея города, в котором работа, быт, отдых и забота о людях должны были быть организованы как единое целое. Сегодня эти районы продолжают жить, меняться, сохранять следы прошлого и создавать новые городские истории. По итогам запланирована выставка.

— Елена, кто может стать заявителем, какие условия нужно выполнить, чтобы получить грант, и что бы вы, как профессионал, посоветовали этим инициативным людям?

— Принять участие в конкурсе могут НКО, коммерческие организации, муниципальные учреждения (кроме казённых), индивидуальные предприниматели, выбрав указанное на сайте ПФКИ направление. Сначала команда разрабатывает социокультурный проект и далее переносит идею в заявку на сайте Фонда. Заявка состоит из нескольких разделов, которые заполняются в личном кабинете заявителя на сайте. В заявке необходимо заполнить ряд параметров: география проекта, целевая аудитория, календарные сроки, бюджет и так далее — с формой также можно ознакомиться на сайте. Каждая статья должна быть обоснована.

Сильная команда — залог успеха в глазах жюри. Не бойтесь неудач и доработок. Приходите к нам на консультации, чтобы ваша идея засияла новыми гранями!

ПЕРВЫЙ 05:00 Доброе утро. 0+ 09:00, 13:00, 16:00 Новости. 09:05 Модный приговор. 0+ 09:55 Жить здорово! 16+ 10:40, 13:25, 15:00 Время покажет. 16+ 13:50, 18:40 Большая игра. 16+ 16:15 Давай поженимся! 16+ 17:05 Мужское/Женское. 16+ 18:00 Вечерние новости (с субтитрами). 19:45 Поле чудес. 16+ 21:00 Время. 21:45 Снова в Лужниках. Концерт группы «Кино». 12+ 00:00 Подкаст.Лаб. 16+ РОССИЯ 1 05:00 Утро России. 12+ 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:30, 11:30, 21:10 Местное время. Вести-Новосибирск. 09:55 «О самом главном» Ток-шоу. 12+ 12:00, 18:00 60 минут. 12+ 14:30 Т/с «Тайны следствия». 16+ 21:30 Ну-ка, все вместе! Народный кастинг. 12+ 23:55 Х/ф «Линия жизни». 12+ 03:20 Х/ф «Вальс-бостон». 12+ ТВЗ 06:00 Мультфильм. 0+ 08:30 М/ф «Леди Баг и Супер-Кот». 6+ 09:00, 09:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30 Т/с «Слепая». 16+ 10:00, 10:30, 15:30 Т/с «Порча». 16+ 11:00, 11:30, 12:00, 12:45, 13:15, 13:45, 14:15, 15:00 Т/с «Гадалка». 16+ 19:00 Х/ф «Пуленепробиваемый». 16+ 21:00 Х/ф «Время ведем». 16+ 23:00 Х/ф «Собиратель душ». 18+	01:00, 01:30, 02:00, 02:15, 02:45, 03:00, 03:30, 04:00, 04:15, 04:45, 05:15, 05:30 Т/с «Знаки судьбы». 16+ ТНТ 07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 09:00, 09:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30 Т/с «СашаТаня». 16+ 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30 Т/с «Праздники». 16+ 21:00, 22:00, 23:00, 00:00 Комеди Клуб. 16+ 01:00 Погоня. 16+ 02:30 Женский стендап. 18+ 03:15, 04:10, 05:00, 05:40, 06:00, 06:40 Однажды в России. 16+ СТС 05:00, 09:00 100 мест, где поест. 16+ 05:50 С лёгким утром! 16+ 06:40 Просто кухня. Лучшее. 12+ 08:00 Вам и не снилось. 16+ 10:00 Уральские пельмени. Смехbook. 16+ 10:25 Шоу «Уральские пельмени». 16+ НТВ 04:55, 08:25, 10:35 Т/с «Лесник. Своя земля». 16+ 06:30 Утро. Самое лучшее. 16+ 08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 13:25 Чрезвычайное происшествие. 16+ 14:00 ДНК. 16+ 15:00 Жди меня. 16+ 16:45, 20:00 Т/с «Невский. Тень архитектора». 16+ 00:20 Своя правда. 16+ 02:00 Дачный ответ. 0+	02:50 Х/ф «Моя последняя первая любовь». 16+ РЕН ТВ 05:00 Самые шокирующие гипотезы. 16+ 06:00 С бодрым утром! 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости. 16+ 09:00 Документальный спецпроект. 16+ 10:00 Засекреченные списки. 16+ 11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым. 16+ 12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112. 16+ 13:00, 17:00, 03:10 Тайны Чапман. 16+ 18:00, 02:25 Главные тайны мира. 16+ 20:00 Безумные факты. 16+ 20:30 Х/ф «Нокаут». 16+ 22:25 Х/ф «Бункер». 16+ 00:00 Последний концерт группы «Кино». 16+ 01:00 Х/ф «Игла». 18+ РОССИЯ К 06:30 Пешком... 16+ 07:05 Легенды мирового кино. 16+ 07:35 Т/с «Святой Паисий. Из Фарасы на небеса». 16+ 08:45 Письма из провинции. 16+ 09:15 Диалоги о животных. 16+ 10:00, 12:30, 17:00, 19:30 Новости культуры. 16+ 10:15 Неизвестные маршруты России. 16+ 10:55 Х/ф «Без году неделя». 16+ 12:45 Коллекция Петра Шепотинника. 16+ 13:25 Д/ф «Светильник правды и добра». 16+ 14:10 Х/ф «Следствие ведут ЗнаТоКи». 0+	15:35, 01:15 «Прощай, XX век! Избранное. «Чистая книга». Федор Абрамов». 16+ 16:15 Д/ф «Я всё ещё очарован наукой...» 16+ 17:15, 02:00 Д/ф «Дворы нашего детства». 16+ 18:05 Я просто живу... 16+ 19:45 Линия жизни. 16+ 20:40 Х/ф «Я – Куба». 12+ 23:00 2 Верник 2. 16+ 00:05 Д/ф «Омск. Особняк Батюшкина». 16+ 00:35 Д/ф «Человек и лодка». 16+ ОТР 06:00 На приеме у главного врача. 12+ 06:55 Большая страна. 12+ 07:45 Игра в классики. 12+ 08:30, 19:15 Календарь. 12+ 09:00 Почитаем! 16+ 09:15 Нескучное дело. 12+ 09:30 Человек и судьба. 16+ 09:55 Х/ф «Сладкая женщина». 16+ 11:30 Вспомнить всё. 16+ 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:50, 16:00, 17:00, 19:00, 22:00, 00:00 Новости. 12:05, 12:35 Пёстрый мир. 12+ 13:05, 13:35, 14:05, 16:10, 17:10, 22:20 ОТражение. 15:00 На приеме у главного врача. 16+ 19:45 Х/ф «Труффальдино из Бергамо». 16+ 00:15 Х/ф «Троих надо убрать». 16+ 01:50 Х/ф «Ночной экипаж». 16+ 03:20 Х/ф «Дамы приглашают кавалеров». 16+ 04:35 Свет и тени. 16+ 05:05 Большая страна. Открытие. Специальный проект ОТР «Сибирь. Время и люди». 12+	ОТС 06:00 С новым утром! 12+ 09:00, 09:50, 10:30, 12:55, 14:00, 14:50, 16:00, 19:00, 20:25, 23:25, 23:55, 05:55 Большой прогноз. 0+ 09:05, 05:10 Т/с «Отравленная жизнь». 12+ 09:55 Мультфильмы. 0+ 10:35 Фактор жизни. 12+ 11:05 Х/ф «Сокровища О.К.». 16+ 13:00 ОТС: Live. Прямой эфир. 14:05, 00:00 Т/с «Команда ЧЕ». 16+ 14:55 Улика из прошлого. 16+ 15:35 Про здоровье. 16+ 16:05 Т/с «Херувим». 16+ 16:50, 18:50, 19:55 СпортОбзор. 12+ 17:00 Погода. 0+ 17:05 Регион Live. Прямой эфир. 18:00, 20:05 Культурный максимум. 12+ 18:30, 20:30 Новости ОТС. Прямой эфир. 16+ 19:05 Рандеву с Татьяной Никольской. 12+ 19:45 Гид ЖКХ. 12+ 21:00 Регион Live. 12+ 22:05, 04:30 Т/с «Квест». 16+ 22:55, 02:25 Недетские вопросы о природе. 12+ 23:30 Новости ОТС. 16+ 00:45 Х/ф «Жизнь одна». 16+ 02:50 Х/ф «Архипелаг». 12+ ДОМАШНИЙ 06:30 По делам несовершеннолетних. 16+ 07:10, 05:00 Давай разведёмся! 16+ 08:10, 02:55 Тест на отцовство. 16+ 10:25 Д/ф «Прости меня...» 16+ 11:35 Д/ф «Беду отведу». 16+ 12:45, 01:30 Д/ф «Знахарка». 16+ 13:20, 02:00 Д/ф «Верну любимого». 16+ 13:55, 02:30 Д/ф «Голоса ушедших душ». 16+
---	---	--	--	--

В телепрограммах возможны изменения по независящим от редакции причинам

14:30 Х/ф «Завтра будет всегда». 16+ 19:00 Х/ф «Люблю тебя, как есть». 16+ 23:20 Д/ф «Понять. Простить». 16+ 00:25 Д/ф «Порча». 16+ 04:35 Одна за всех. 16+ 05:50 Х/ф «Ночная сказка». 16+ МАТЧ 10:00 Лучшие из лучших. 12+ 11:00, 13:00, 16:55 Новости. 11:05, 21:45, 03:20 Все на Матч! 12+ 13:05 Небесная грация. 6+ 13:25 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Игора Драйв. 6+ 13:55, 23:00 Чемпионат Европы по водным видам спорта. Плавание. Прямая трансляция из Франции. 17:00 Есть тема! Прямой эфир. 18:10 II Всероссийская спартакиада. Фехтование. Шпага. Женщины. Прямая трансляция из Уфы. 19:40 II Всероссийская спартакиада. Тяжёлая атлетика. Прямая трансляция из Верхней Пышмы. 01:45 Бильярд. BetBoom Лига чемпионов. Прямая трансляция из Москвы. 04:35 Смешанные единоборства. UFC. Ислам Махачев против Джека Делла Маддалены. Трансляция из США. 16+ 05:40 II Всероссийская спартакиада. Тяжёлая атлетика. Трансляция из Верхней Пышмы. 12+ 07:55 Новости. 0+ 08:00 Смешанные единоборства. One FC. Наталья Дьячкова против Стеллы Хеметсбергер. Прямая трансляция из Таиланда. ТВЦ 06:00 Настроение. 12+ 08:10, 11:50 Х/ф «Вина». 12+ 11:30, 14:30, 17:50 События. 12:30, 15:05 Т/с «Последний ход королевы». 12+ 14:50 Город новостей. 16+	17:00 Актёрские драмы. 16+ 18:10 Х/ф «Зовите Ермолова!-6». 16+ 22:00 Д/ф «90-е». 16+ 22:50 Д/ф «Русские тайны». 16+ 23:35 Х/ф «Колье Шарлотты». 12+ 03:10 Петровка, 38. 16+ 03:25 Х/ф «Внимание! Всем постам...» 12+ 04:55 Смех, дрожь и видео. 16+ 05:25 Д/ф «Эльдар Рязанов. Я ничего не понимаю в музыке». 16+ 06:10 Мой герой. 12+ 06:45 Д/ф «Актёрские судьбы». 16+ ПЯТЫЙ 05:00, 09:00, 13:00, 17:00 Известия. 16+ 05:25, 05:30, 06:10 Х/ф «Изгой». 16+ 06:55, 07:45, 09:30, 09:40, 10:30 Х/ф «Изгой. Нечисть». 16+ 08:30 Ваше здоровье! 12+ 11:20, 12:15, 13:30, 13:40, 14:30, 19:35, 20:25, 21:25, 22:20 Т/с «Изгой-3». 16+ 15:25, 16:20, 17:30, 17:45, 18:40 Х/ф «Изгой-3». 16+ 23:10 Светская хроника. 16+ 00:10, 01:00 Они потрясли мир. 16+ 01:50, 02:35, 03:15, 03:55, 04:40 Т/с «Условный мент-5». 16+ 49 КАНАЛ 06:00 Оранжевое утро. 12+ 10:00, 19:25, 21:00, 22:50, 01:10 Новости 49. 12+ 10:20, 14:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+ 10:55, 12:55, 16:55, 19:40, 21:15, 23:05, 01:25, 01:55 Прогноз погоды. 12+ 11:00, 18:30 Персона. 12+ 12:00 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+ 12:30 Дом культуры. 12+ 13:00, 15:00 Интервью недели. 12+ 13:30, 01:30 Вне зоны. 12+ 15:30, 17:00, 19:45 Кино по 49-му. 12+ 21:20, 23:10 Кино по 49-му. 16+	КАРУСЕЛЬ 05:00 Ранние птишки. 0+ 07:00 С добрым утром, малыши! 0+ 07:30 Чик-зарядка. 0+ 07:35 М/ф «Семь королевств». 0+ 10:20 М/ф «Царевны». 0+ 13:00 М/ф «Карбот». 6+ 13:30 М/ф «Мой брат-монстр». 6+ 15:40 М/ф «Чемпионы». 6+ 17:00 Т/с «Каникулы Светофоровых». 6+ 17:35 М/ф «Ми-Ми-Мишки». 0+ 19:50 М/ф «Буква в деле». 0+ 21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+ 21:15 М/ф «Сказочный патруль». 0+ 22:35 М/ф «Дикие скричеры!» 6+ 23:00 М/ф «Простоквашино». 0+ ДОМ КИНО 10:10 М/ф «Три кота». 6+ 11:00 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». 12+ 12:10 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига». 12+ 13:10 Т/с «Участок». 16+ 16:20 Т/с «Дальнобойщики». 16+ 18:20 Т/с «Ментовские войны». 16+ 01:30 Т/с «Филин». 16+ 04:00 Т/с «Последний мент». 16+ 05:30 Х/ф «Смешанные чувства». 16+ 07:00 Х/ф «Грозный папа». 12+ 08:30 Х/ф «Чижик-Пыжик возвращается». 12+ ЗВЕЗДА 06:00, 09:25 Х/ф «Анна Каренина». 12+ 09:00, 13:00 Новости дня. 16+ 09:55, 03:00 Х/ф «День свадьбы придётся уточнить». 12+ 11:55, 13:25, 15:40 Т/с «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона». 0+ 19:00 Военные новости. 16+ 19:40 Д/ф «Загадки века» с Сергеем Медведевым. 12+ 20:25 Д/ф «Война миров». 16+ 22:00 Здравствуйте, товарищи! 16+ 23:30 Музыка+. 12+	01:15 Х/ф «Доживём до понедельника». 12+ 04:25 Х/ф «Последний дюйм». 12+ ПЯТНИЦА! 05:00, 04:00 Секреты на кухне. 16+ 05:20, 00:20, 04:30 Пятница News. 16+ 05:50 Гастротур. 16+ 06:30 Запретный Китай. 16+ 07:40 Запретная Индия. 16+ 08:50 Домохозяйки против кондитеров. 16+ 10:10 Домохозяйки против шефов. 16+ 11:50, 13:00, 13:50, 14:50, 16:00, 16:50, 18:00 Чёрный список. На кухне. 16+ 19:00 Выживалити. Наследники. 16+ 00:50, 01:40, 02:20 Х/ф «Комиссар Рекс». 16+ 03:10 На ножах. 16+ РОССИЯ 24 09:34, 22:27, 01:32 Вести. Дежурная часть. 16+ 10:31, 11:18, 12:00, 13:00, 13:45, 16:08, 16:46, 18:00, 22:00, 02:00, 04:00, 05:00, 07:00, 08:00 Новости. 16+ 10:35, 11:32, 12:53, 13:42, 16:29, 20:21 Погода 24. 12+ 10:40 День в истории. 6+ 11:51, 12:48, 16:34, 18:54, 04:52, 08:32 Инструкция. 12+ 14:44, 17:44, 02:45, 08:42 Америка. 12+ 15:10, 22:52 Бесогон ТВ. 18+ 19:00 ВЭФ. 12+ 20:00, 20:33 Факты. 12+ 00:02 Вести с Александром Кареевским. 16+ 03:00, 06:00 Международное обозрение. 12+ 05:37, 07:37 «Индустрия кино» с Иваном Кудрявцевым. 12+ МИР 05:00 Х/ф «Сельская учительница». 16+ 05:10 Понять. Простить. 16+	06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+ 06:15, 10:10 Дела судебные. Деньги верните! 16+ 07:50, 11:00, 14:05 Дела судебные. Битва за будущее. 16+ 09:05, 12:05, 15:10 Дела судебные. Новые истории. 16+ 13:15 Мировое соглашение. 16+ 16:15, 18:20 Миллион за 5 минут. 16+ 21:05 Игра в кино. 16+ 22:30 Х/ф «Самая обаятельная и привлекательная». 16+ 00:10 Х/ф «Женщин обижать не рекомендуется». 16+ 01:30 Наше кино. История большой любви. 16+ 01:55 Х/ф «Девушка с характером». 16+ 03:15 Х/ф «Моя любовь». 16+ 04:30 Мультфильм. 16+ СПАС 07:00, 13:50, 02:20 День патриарха. 0+ 07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+ 07:55, 11:00 Прямая линия. Ответ священника. 12+ 08:55, 14:30 Святыни России. 6+ 10:00 Мультфильмы на СПАСе. 0+ 12:00, 22:30 От воскресенья до воскресенья. 6+ 12:15 Лето Господне. Изнесение честных древ Животворящего Креста Господня. 6+ 14:00 Монастырская кухня. 0+ 15:35 Х/ф «Полонез Огинского». 6+ 17:20 Х/ф «Печники». 6+ 19:00 Вечер на СПАСе. 0+ 19:30 Х/ф «Аты-баты, шли солдаты». 12+ 21:15 Церковь и мир. 0+ 21:40 Д/ф «Медовый Спас». 0+ 21:55, 03:50 Д/ф «Василий Блаженный. Цикл День ангела». 0+ 22:45, 23:50 Х/ф «Цыган». 12+ 00:50, 01:20, 01:50 Поле битвы. 16+ 02:30 София. Неоязычество. 12+ 04:20, 05:15 Д/ф «Птичка». 0+ 06:10 Наши любимые песни. 0+
---	--	---	---	--

ПЕРВЫЙ
06:00 Доброе утро. Суббота.
09:45 Слово пастыря. 0+
10:00, 12:00 Новости.
10:15 Д/ф «Время команданте». 12+
11:10 Д/ф «Готов отдать себя на растерзание». 12+
12:15 Поехали! 12+
13:10 Т/с « Миссия «Аметист» ». 16+
17:05 Кто хочет стать миллионером? 12+
18:00 Вечерние новости (с субтитрами).
18:20 Д/ф «Семнадцать мгновений судьбы Микаэла Таривердиева». 12+
21:00 Время.
21:35 Сегодня вечером. 16+
23:20 Д/ф «Микаэл Таривердиев. «Игра с судьбой». 12+
00:15 Подкаст.Лаб. 16+

РОССИЯ 1
05:00 Утро России. Суббота. 12+
08:00 Вести. Местное время. Суббота.
08:35 По секрету всему свету. 16+
09:00 Формула еды. 12+
09:25 Пятеро на одного. 12+
10:10 Сто к одному. 12+
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести.
11:30 Наши. Военкоры. 12+
12:00 Доктор Мясников. 12+
13:00 Большие перемены. 16+
14:30, 20:50 Местное время. Вести-Новосибирск.
14:50 Юмор! Юмор! Юмор!!! 16+
17:50 Привет, Андрей! 12+
21:00 Х/ф « Горное солнце ». 16+
00:40 Х/ф « Призрачное счастье ». 12+
04:05 Х/ф « Дела семейные ». 12+

ТВЗ
06:00 Мультфильм. 0+
09:00, 09:30, 10:00, 10:30 Т/с « Слепая ». 16+

11:00 Х/ф « Юные сыщики. Дело об исчезнувших щенках ». 6+
12:45 Х/ф « Санктум ». 16+
15:00 Х/ф « Время ведьм ». 16+
17:00 Х/ф « Пуленепробиваемый ». 16+
19:00 Х/ф « Я, Франкенштейн ». 16+
20:45 Х/ф « Видок. Охотник на призраков ». 16+
23:15 Х/ф « Первая дуэль ». 18+
01:15, 01:45, 02:00, 02:30, 03:00, 03:30, 03:45, 04:15, 04:45, 05:00, 05:30 Т/с « Знаки судьбы ». 16+

ТНТ
07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 03:30, 04:20, 05:05, 05:50, 06:30 Однажды в России. 16+
11:00, 12:20, 14:00, 15:20, 17:00 Битва экстрасенсов. 16+
18:30 Мастер игры. 16+
21:00, 00:00 Игра вслепую. 16+
23:00, 01:50, 02:40 Женский стендап. 18+

СТС
05:00 Шоу «Уральские пельмени». 16+
08:50, 09:30 Просто кухня. 12+
10:00, 05:00 100 мест, где поестъ. 16+
11:00 Две стороны одной страны. 16+
12:00 Чем заняться в выходные? 16+
12:35 Х/ф « Игрушки из будущего ». 12+
14:20 Х/ф « Кольцо фараона ». 12+
16:00 Х/ф « Маленький большой солдат ». 16+
17:55 Х/ф « Легенда ». 16+
20:35 Х/ф « Последний богатырь ». 12+
22:55 Х/ф « Лотерея ». 16+
01:00 Х/ф « Качели ». 18+
02:15 Х/ф « К чёрту любовь! » 16+

23:05 Д/ф «90-е». 16+
23:50 Д/ф «СС. Безумие «Чёрного ордена». 16+
00:30 Д/ф «Следствие ведёт КГБ». 16+
01:15, 02:00, 02:45, 03:30, 04:15 Актёрские драмы. 16+
05:00 Д/ф «Сергей Юрский. Не надо оваций». 12+
05:45 Мой герой. 12+

ПЯТЫЙ
05:00, 05:20, 06:00, 06:45, 07:35, 08:25, 10:05, 10:25, 11:20, 12:15, 13:05, 14:05, 15:00, 17:45, 18:40, 19:40, 20:35, 21:25, 22:20, 23:20, 00:15 Т/с « Условный мент-5 ». 16+
09:00 Страна советов. 16+
09:30 Стройнадзор. 16+
15:55, 16:50 Т/с « Условный мент-6 ». 16+
01:05 Светская хроника. 16+
02:00, 02:45, 03:25, 04:05, 04:45 Т/с « Свидетели ». 16+

49 КАНАЛ
06:00 Оранжевое утро. 12+
10:00, 17:00, 19:00, 21:00, 23:10, 01:10 Семь на семь. 12+
10:30, 15:30 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+
10:55, 12:55, 14:25, 16:55, 19:25, 21:20, 23:35, 01:55 Прогноз погоды. 12+
11:00 Маленькие радости большого города. 12+
11:30 Вне зоны. 12+
12:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+
13:00, 17:30, 19:30 Кино по 49-му. 12+
14:30 Зажги свечу. 12+
16:00 А как это по-женски?! 12+
21:25, 23:40 Кино по 49-му. 16+

КАРУСЕЛЬ
05:00 Ранние пташки. 0+
07:00 С добрым утром, малыши! 0+
07:30, 10:20 М/ф «Чик-Чирикино». 0+

03:40 М/ф «Полное погружение». 6+

НТВ
04:15 Т/с « Пляж. Жаркий сезон ». 16+
08:00, 10:00, 16:00, 19:00 Сегодня.
08:20 Поедем, поедим! 16+
09:25 Едим дома. 0+
10:20 Д/ф «25 лет на высоте». 12+
11:00 Живая еда с Сергеем Малозёмовым. 12+
12:00 Квартирный вопрос. 0+
13:00 Сатья. 16+
14:00 Основано на реальных событиях. 16+
15:00 Своя игра. 0+
16:20 Следствие вели... 16+
19:40 Т/с « Невский. Тень архитектора ». 16+
23:50 Импровизаторы. 16+
00:30 Маска. 12+
03:50 Т/с « Агентство скрытых камер ». 16+

РЕН ТВ
05:00, 03:50 Самые шокирующие гипотезы. 16+
06:00 С бодрым утром! 16+
08:30, 12:30, 16:30, 19:30 Новости. 16+
09:00 Минтранс. 16+
10:00 Самая полезная программа. 16+
11:00, 13:00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. 16+
15:00 Совбез. 16+
16:00 Информационная программа 112. 16+
16:55 Документальный спецпроект. 16+
18:10 Засекреченные списки. 16+
20:00 Дикий, дикий мир. 16+
20:30 Х/ф « Одинокий волк ». 16+
22:30 Х/ф « Малышка Джо ». 16+
00:05 Х/ф « Герцогиня ». 18+
02:15 Х/ф « Лофт ». 18+

10:00 У меня лапки. 0+
12:40 М/ф «Оранжевая корова». 0+
14:40 Х/ф « Фиксики. Большой секрет ». 6+
16:00 Что, зачем и почему? 0+
16:10, 17:35 М/ф «Простокавашино». 0+
17:00 Т/с « Каникулы Светофоровых ». 6+
19:30 Х/ф « Сказочный патруль. Шоу продолжается ». 6+
21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+
21:15 М/ф «Гроша и мистер Ви». 6+
22:35 М/ф «Дикие скричеры!» 6+
23:00 М/ф «Тайна третьей планеты». 0+
23:55 М/ф «В стране невыученных уроков». 0+
00:15 М/ф «Каникулы Бонифация». 0+
00:40 М/ф «Шайбу! Шайбу!» 0+
01:00 М/ф «Матч-реванш». 0+
01:20 М/ф «Метеор на ринге». 0+
01:40 М/ф «В гостях у лета». 0+
02:00 Зоомания. 6+
02:20 М/ф «Смешарики. Новые приключения». 0+

ДОМ КИНО
09:55 М/ф «Смешарики». 6+
10:40 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига». 12+
11:40 М/ф «Три богатыря. Ни дня без подвига-2». 12+
13:00 М/ф «Союзмультфильм представляет...» 6+
16:00 Х/ф « Ночной дозор ». 16+
18:20, 04:00 Х/ф « Мастер и Маргарита ». 16+
06:40 Х/ф « Адам и Ева ». 16+
08:10 Х/ф « Культурная комедия ». 16+

ЗВЕЗДА
05:50 Т/с « Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона ». 0+
09:00, 13:00, 19:00 Новости дня. 16+
09:10, 13:20, 19:20 Т/с « СОБР ». 16+
01:55 Х/ф « Последний побег ». 12+
03:25 Х/ф « Анна Каренина ». 12+

РОССИЯ К
06:30 Библейский сюжет. 16+
07:05 М/ф «Волшебник Изумрудного города». 16+
08:45 Х/ф « Где вы, рыцари? » 16+
09:55 Классная тема! 16+
10:20 Я хочу добра. 16+
10:50 Д/ф «Игнатий Стеллецкий. Тайна подземных палат». 16+
11:30 Х/ф « Сын ». 16+
13:00, 00:30 Д/ф «Пресноводная стихия и её обитатели». 16+
13:55 М/ф «Снегурочка». 16+
15:05 Незабываемые голоса. 16+
15:35 Д/ф «Секрет Валентины Левко». 16+
16:15 Х/ф « Простая история ». 16+
17:40 Большая опера-2025. 16+
19:30 Новости культуры. 16+
19:45 Острова. 16+
20:25 Х/ф « Адам женится на Еве ». 12+
22:40 Д/ф «Вызов хаосу». 16+
23:25 Х/ф « Ливень ». 16+
01:25 Искатели. 16+
02:10 М/ф «Персей», «Прометей». 16+

ОТР
06:00 На приёме у главного врача. 12+
06:20, 01:15 Х/ф « Возвращение Максима ». 12+
08:00, 17:00 Пёстрый мир. 12+
09:00, 15:30 Календарь. 12+
09:25, 03:45 Х/ф « Василий Буслаев ». 12+
10:50 Х/ф « Засекреченный город ». 12+
12:00 Х/ф « Дамы приглашают кавалеров ». 16+
13:15 Д/ф «Легенда. Юрий Данилов». 12+
13:50 Почитаем! 16+
14:05 Д/ф «Малые города». 12+
14:20 Песня остаётся с человеком. 12+

ПЯТНИЦА!
05:00, 04:10 Секреты на кухне. 16+
05:50, 03:00, 04:30 Пятница News. 16+
06:10 Кондитер. 12+
07:10 Умнее всех. 12+
08:30 Гастротур. 16+
09:20, 11:00, 12:30 Четыре дачи. 16+
14:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:00, 19:00, 20:00, 21:00, 22:00 Чёрный список. На кухне. 16+
23:00 Х/ф « Мы рожаем! » 18+
01:30, 02:20 Х/ф « Комиссар Рекс ». 16+
03:30 На ножах. 16+

РОССИЯ 24
09:00 Новости. 16+
09:34, 11:05, 22:20 Вести. Дежурная часть. 16+
09:35 «Индустрия кино» с Иваном Кудрявцевым. 12+
10:05, 17:05, 23:05 Расследование Эдуарда Петрова. 16+
11:00, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00, 19:00, 00:00, 01:00, 02:00, 05:00, 06:00, 07:00 Вести. 12+
12:10, 18:12, 04:35 Специальный репортаж. 12+
12:35, 18:35, 05:35 Погода 24. 12+
13:14 Двенадцать. 16+
14:00 Международное обозрение. 12+
00:35, 06:10 Мобильный репортёр. 12+
01:05, 08:08 Репортаж. 12+

МИР
05:00 М/ф Мультфильм. 16+
07:00 Х/ф « Золотые рога ». 6+
08:20 Игра в кино. Мультфильмы. 16+
08:55, 10:10 Х/ф « После дождика в четверг ». 12+
10:00, 13:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+
10:45 Х/ф « Человек с бульвара Капуцинов ». 16+
12:45 Т/с « Молодой Волкодав ». 16+
13:15, 18:15 Т/с « Молодой Волкодав ». 12+

14:35 Очевидно. Вероятно. 12+
15:15 Отчий дом. 12+
16:00, 19:00, 23:00 Новости.
16:05, 05:05 Большая страна. Открытие. Специальный проект ОТР «Сибирь. Время и люди». 12+
17:25 Х/ф « Троих надо убрать ». 16+
19:05 Очень личное. 12+
19:45 Вспомнить всё. 16+
20:10 Х/ф « Романс о влюблённых ». 16+
22:10, 23:15 Х/ф « Колесо чудес ». 16+
00:00 Х/ф « Бабочки ». 18+
02:55 Д/ф «Город с историей». 12+

ОТС
06:00 Трансляция мероприятия. 12+
08:20 Рандеву с Татьяной Никольской. 12+
09:00, 10:20, 11:25, 11:55, 13:00, 13:55, 14:45, 15:40, 19:30, 19:55, 21:00, 05:55 Большой прогноз. 0+
09:05 Теле-теремок. 0+
09:25 Деревенские истории. 16+
10:25 Пришельцы среди нас. 12+
10:55, 05:20 Здоровый смысл. 16+
11:30, 19:00 Фактор жизни. 12+
12:00, 17:00, 20:00 Итоги недели. 16+
13:05 Т/с « Любовь и море ». 12+
16:30, 04:55 Недетские вопросы о природе. 12+
18:00, 18:30 Погода. 0+
18:05 Гид ЖКХ. 12+
18:10 #Патриот54. 12+
18:35 Культурный максимум. 12+
19:35 СпортОбзор. 12+
21:05 Х/ф « Цой ». 16+
22:35 Х/ф « Тайная жизнь Мэрилин Монро ». 16+
01:30 Х/ф « Сокровища О.К. ». 16+
03:15 Х/ф « Жизнь одна ». 16+
05:45 Мультфильмы. 0+

00:20 Наше кино. История большой любви. 16+
02:45 Х/ф « Василиса Прекрасная ». 6+
03:55 Х/ф « Кащей Бессмертный ». 12+

СПАС
07:00, 01:35 День патриарха. 0+
07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+
07:55 Д/ф «Советские иконы. Исчезающее наследие». 0+
08:35 Д/ф «Сердце Парижа, или Терновый венец Спасителя. Цикл Неизвестная Европа». 0+
09:00 Д/ф «Морские разбойники, или Охотники за святынями. Цикл Неизвестная Европа». 0+
09:30 Д/ф «Василий Блаженный. Цикл День ангела». 0+
10:05 Мультфильмы на СПАСе. 0+
11:30 Семеро по лавкам. Искусство невозможного. 6+
11:50, 22:30, 05:30 Простые чудеса. 12+
12:50 От воскресенья до воскресенья. 6+
13:05 Пилигрим. 6+
13:40 Наши любимые песни. 0+
14:40 Д/ф «Византия. Жизнь после смерти». 0+
15:30 В поисках Бога. 12+
16:00 Профессор Осипов. 0+
16:30 Х/ф « Мужские тревоги. На берегу ». 0+
18:10 Х/ф « Мужские тревоги. В океане ». 0+
19:55, 21:15 Х/ф « Слушать в отсеках ». 12+
23:30 Бесогон. 18+
00:35 Русский ковчег с Яном Таксюрор. 12+
01:45 Д/ф «Русские и сербы. Кровь и вера». 12+
02:40 Следы империи. 12+
04:05 Д/ф «Кадриль над Тянь-Шанем». 0+
04:45 Д/ф «Операция «Большой вальс». 0+
06:20 Д/ф «Полковой священник, гвардии капеллан. Отец Савва. С любовью к небу». 0+

ПЕРВЫЙ 06:00, 10:00, 12:00 Новости. 06:10 Играй, гармонь любимая! 12+ 06:55 Часовой. 12+ 07:25 Здоровье. 16+ 08:30 Золотая коллекция «Союзмультфильма». 0+ 09:10 Непутёвые заметки. 12+ 09:30 Мечталлион. Национальная лотерея. 12+ 10:15 Жизнь других. 12+ 11:10 Повара на колёсах. 12+ 12:15 Видели видео? 0+ 13:05 Д/ф «Вольф Мессинг. «Я знал, что вы придёте...» 12+ 14:00 Т/с «Ученица Мессинга». 16+ 18:00 Вечерние новости (с субтитрами). 19:00 Т/с «Скрытые мотивы». 16+ 21:00 Время. 23:00 Большая игра. 16+ 00:10 Подкаст.Лаб. 16+ РОССИЯ 1 05:55, 02:00 Х/ф «Карусель». 16+ 08:00 Вести. Местное время. Воскресенье. 08:35 Когда все дома. 12+ 09:25 Утренняя почта. 12+ 10:10 Сто к одному. 12+ 11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести. 11:30 В кругу друзей. 16+ 12:10 Х/ф «Большая любовь». 12+ 14:30 Местное время. Вести-Новосибирск. 15:00 Парад юмора. 16+ 17:50 Песни от всей души. 12+ 22:30 Приграничье. 16+ 23:20 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. 12+ ТВЗ 06:00 Мультфильм. 0+ 09:00, 09:30, 10:00, 10:30 Т/с «Слепая». 16+ 11:00 Х/ф «Семейка вампиров». 12+	13:00 Х/ф «Семейка вампиров-2». 12+ 14:45 Х/ф «Семейка вампиров-3». 12+ 17:00 Х/ф «Гордость и предубеждение и зомби». 16+ 19:00 Х/ф «Приворот. Чёрное венчание». 16+ 21:00 Х/ф «Русалка. Озеро мёртвых». 16+ 22:45 Х/ф «Ледяной демон». 16+ 00:45 Х/ф «Собиратель душ». 18+ 02:15, 02:45, 03:15, 03:30, 04:00, 04:30, 04:45, 05:15, 05:30 Т/с «Знаки судьбы». 16+ ТНТ 07:00, 08:00, 09:00, 09:30, 10:30, 02:15, 03:00, 03:50, 04:20, 05:50 Однажды в России. 16+ 11:00, 12:25, 14:00, 15:25, 17:00 Битва экстрасенсов. 16+ 18:30, 06:20 Большой куш. 16+ 21:00 Погоня. 16+ 23:00 Шоу Воли. 16+ 00:10 Мастер игры. 16+ 05:00 Утро ТНТ. 16+ СТС 05:00, 04:55 100 мест, где поестъ. 16+ 09:00 Две стороны одной страны. 16+ 10:00 Бери и делай. 16+ 10:30 Х/ф «Манюня. Приключения в деревне». 12+ 12:20 Х/ф «Тайна волшебных часов». 6+ 14:15 Х/ф «Чародейка». 12+ 16:15 Х/ф «Тур с «Иванушками». 16+ 18:35 Х/ф «Последний богатырь». 12+ 20:50 Х/ф «Творение богов». 16+ 23:50 Х/ф «Творение богов. Битва с демонами». 18+	02:20 Х/ф «Колдовство Лу Баня». 18+ 03:25 Х/ф «Приключения пингвина Пола». 12+ НТВ 04:15 Т/с «Пляж. Жаркий сезон». 16+ 08:00, 10:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 08:20 У нас выигрывают! 12+ 10:20 Цифровые расследования. 16+ 11:00 Чудо техники. 12+ 12:00 Дачный ответ. 0+ 13:00 НашПотребНадзор. 16+ 14:00 10 лет в эфире! Однажды... 16+ 15:00 Своя игра. 0+ 16:20 Следствие вели... 16+ 18:00, 19:40 Т/с «Дельфин». 16+ 22:40 Большой сольный концерт Артура Пирожкова. 16+ 00:30 Маска. 12+ 03:45 Т/с «Агентство скрытых камер». 16+ РЕН ТВ 05:00, 00:30 Самые шокирующие гипотезы. 16+ 06:00 С бодрым утром! 16+ 08:30, 12:30, 16:30, 23:00 Новости. 16+ 09:00 Самая народная программа. 16+ 10:00 Знаете ли вы, что? 16+ 11:00 Наука и техника. 16+ 12:00, 16:00 Информационная программа 112. 16+ 13:00 Неизвестная история. 16+ 14:00 Д/ф «Легенды и мифы». 16+ 16:55 Что мы знаем о планете Земля? 16+ 17:55 Великие. 16+ 18:55 Х/ф «Va-банк». 16+ 20:30 Х/ф «Переводчик». 16+ 23:25 Документальный спецпроект. 16+	РОССИЯ К 06:30 Я хочу добра. 16+ 07:05 М/ф «Волшебник Изумрудного города». 16+ 08:45 Х/ф «Ливень». 16+ 09:55 Классная тема! 16+ 10:20 Кино о кино. 16+ 11:05 Х/ф «Простая история». 16+ 12:35 Исторические курорты России. 16+ 13:05 Х/ф «О! Поймал атом Солнца! Олег Табаков!» 16+ 14:00 Х/ф «Сердце не камень». 12+ 16:20 Д/ф «Сказки про Билибина». 16+ 17:00 Международный музыкальный фестиваль «Дорога на Ялту 2023». 16+ 19:30 Новости культуры. 16+ 19:45 Х/ф «Подранки». 12+ 21:15 Д/ф «Всё проходит...» 16+ 22:05 Русские сказки в опере. 16+ 23:20 Х/ф «Сын». 16+ 00:50 Д/ф «Неясыть-птица». 16+ 01:30 Искатели. 16+ 02:15 М/ф «Фильм, фильм, фильм», «Шут Балакирев». 16+ ОТР 06:00, 02:00 Х/ф «Лисички». 16+ 08:00, 17:00 Пёстрый мир. 12+ 09:00, 15:30 Календарь. 12+ 09:30 На приёме у главного врача. 16+ 10:25 Х/ф «Тайна железной двери». 0+ 11:35 Х/ф «Труффальдино из Бергамо». 16+ 13:50 Конструкторы будущего. 12+ 14:05 Свет и тени. 16+ 14:35 Моя история. 16+ 16:00, 19:00, 23:00 Новости. 16:05 Большая страна. Открытие. Специальный проект ОТР «Сибирь. Время и люди». 12+ 17:25 Х/ф «Ночной экипаж». 16+	19:05 Х/ф «Три тополя на Плющихе». 16+ 20:20 Х/ф «Дневник его жены». 16+ 22:05, 23:15 Д/ф «Паваротти». 16+ 00:05 Х/ф «Романс о влюблённых». 16+ 04:05 Почитаем! 16+ 04:20 Х/ф «Колесо чудес». 16+ ОТС 06:00, 18:20 Культурный максимум. 12+ 06:20 Д/ф «Без билета». 6+ 07:00, 13:00, 18:35 Pro здоровье. 16+ 07:20, 12:00, 17:00, 20:00 Итоги недели. 16+ 08:20 Рандеву с Татьяной Никольской. 12+ 09:00, 10:55, 11:25, 11:55, 13:20, 15:30, 16:55, 19:55, 21:00, 22:50, 02:35, 05:55 Большой прогноз. 0+ 09:05, 05:45 Мультфильмы. 0+ 09:10 Империя иллюзий. Братья Сафроновы. 16+ 11:00 Здоровый смысл. 16+ 11:30 СпортОбзор. 12+ 13:25 Сила Земли. 12+ 13:35 Х/ф «Сокровища О.К.». 16+ 15:35 Х/ф «Тэли и Толи». 12+ 18:00 Полиция 54. 16+ 18:15 Погода. 0+ 19:00 Улика из прошлого. 16+ 19:45 Гид ЖКХ. 12+ 21:05 Х/ф «Архипелаг». 12+ 22:55 Х/ф «Семейный портрет в интерьере». 16+ 00:55 Х/ф «Последнее слово». 18+ 02:40 Т/с «Любовь и море». 12+ ДОМАШНИЙ 06:30 Х/ф «Ночная сказка». 16+ 10:00 Х/ф «Большое небо». 16+ 00:00 Х/ф «Ателье счастья». 16+ 03:40 Х/ф «Как выйти замуж за сантехника». 16+
В телепрограммах возможны изменения по независящим от редакции причинам				
МАТЧ 10:00 Смешанные единоборства. UFC. Ислам Махачев против Иэна Мачадо Гэрри. Прямая трансляция из США. 11:30 Новости. 11:35, 01:40 Все на Матч! 12+ 14:00, 23:20 Чемпионат Европы по водным видам спорта. Плавание. Прямая трансляция из Франции. 15:55 Регби. Чемпионат России. «Енисей-СТМ» (Красноярск) – «Красный Яр» (Красноярск). Прямая трансляция. 18:00 Футбол. Альфа-Банк Российская Премьер-лига. «Зенит» (Санкт-Петербург) – «Динамо» (Москва). Прямая трансляция. 20:55 Спортивная гимнастика. Чемпионат Европы. Женщины. Прямая трансляция из Хорватии. 02:20 Футбол. Чемпионат Испании. «Сельта» – «Осасуна». Прямая трансляция. 04:30 После футбола с Георгием Черданцевым. 16+ 06:00 II Всероссийская спартакиада. Тяжёлая атлетика. Трансляция из Верхней Пышмы. 12+ 07:55 Новости. 0+ 08:00 Регби. Чемпионат России. «Динамо» (Москва) – «Стрела-Ак Барс» (Казань). 12+ ТВЦ 06:20 Х/ф «Детдомовка». 12+ 09:55, 11:50 Х/ф «Колье Шарлотты». 12+ 11:30, 14:30, 00:05 События. 14:50 Д/ф «Дорогие товарищи». 16+ 15:35 Д/ф «Охота на маньяка». 16+ 16:25 Д/ф «Настоящий детектив». 16+ 17:15 Х/ф «Любовь во всём виновата». 16+	21:30, 00:20 Х/ф «Танго для одной». 12+ 01:10 Петровка, 38. 16+ 01:20 Т/с «Последний ход королевы». 12+ 04:25 Д/ф «Иван Бортник. Я не Промокашка!» 16+ 05:10 Д/ф «Александр Лазарев и Светлана Немоляева. Испытание верностью». 16+ ПЯТЫЙ 05:00, 05:30, 01:25, 02:20, 03:05, 03:50 Т/с «Свидетели». 16+ 06:10, 23:25 Х/ф «Укрощение строптивого». 16+ 08:05, 09:30, 10:25, 11:20 Т/с «Эльбрус». 16+ 09:00 Фирменный рецепт. 12+ 12:15, 13:05, 14:00, 14:55, 15:45, 16:45, 17:40, 18:35 Т/с «Эльбрус-2». 16+ 19:25 Х/ф «Свадьба в Малиновке». 12+ 21:20 Х/ф «Укротительница тигров». 12+ 49 КАНАЛ 06:00 Оранжевое утро. 12+ 10:00, 00:15 А как это по-женски?! 12+ 10:55, 12:55, 16:55, 21:25, 23:20, 00:10, 01:55 Прогноз погоды. 12+ 11:00, 23:25 Персона. 12+ 12:00 Документальное кино на 49-м канале. 12+ 13:00, 16:00, 23:00, 01:00 Семь на семь. 12+ 13:30, 17:30, 18:45 Кино по 49-му. 12+ 15:30 Прогулки по Новосибирску с гидами Музея Новосибирска. 12+ 16:30 Дом культуры. 12+ 17:00 Свои люди. 12+ 21:00 Студия 49. 12+ 21:30 Кино по 49-му. 16+ 01:30 Вне зоны. 12+ КАРУСЕЛЬ 05:00 Ранние пташки. 0+ 07:00 С добрым утром, малыши! 0+	07:30 М/ф «Зебра в клеточку. Яркие дни». 0+ 09:35 Х/ф «Три кота и море приключений». 0+ 10:45 М/ф «Геройчики». 0+ 14:00 Дети в стране Безопасного Движения. 0+ 14:10 М/ф «Ум и Хрум». 0+ 15:30 Х/ф «Кощей. Начало». 6+ 17:00 Т/с «Каникулы Светофоровых». 6+ 17:35 М/ф «Отель у овечек». 0+ 19:25 М/ф «Горошек и компания». 6+ 21:00 Спокойной ночи, малыши! 0+ 21:15 М/ф «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». 0+ 22:35 М/ф «Дикие скричеры!» 6+ 23:00 М/ф «Маша и Медведь». 0+ ДОМ КИНО 10:00 М/ф «Коты Эрмитажа». 6+ 11:20 М/ф «Три богатыря и Пуп Земли». 6+ 13:00 Т/с «Убойная сила». 16+ 03:40 Х/ф «Рэмбо. Первая кровь». 16+ 05:20 Х/ф «Рэмбо. Первая кровь-2». 16+ 07:00 Х/ф «Неудержимые-3». 16+ 09:00 Х/ф «Бандитки». 16+ ЗВЕЗДА 05:55 Т/с «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона». 0+ 09:00 Новости недели. 16+ 09:25 Служу России. 12+ 09:55 Военная приёмка. 12+ 10:40 Легенды армии с Александром Маршалом. 12+ 11:30 Д/ф «Война миров». 16+ 12:20 Код доступа. 12+ 13:25 Т/с «Благословите женщину». 16+ 18:00 Главное. 16+ 19:40 Д/ф «Легенды советского сыска». 16+ 23:05 Х/ф «Ва-банк». 16+ 01:10 Х/ф «Ва-банк-2, или Ответный удар». 16+ 02:35 Х/ф «Отрыв». 16+ 04:00 Х/ф «Последний побег». 12+	ПЯТНИЦА! 05:00, 03:50 Секреты на кухне. 16+ 05:50, 02:30, 04:30 Пятница News. 16+ 06:10 Запретный Китай. 16+ 06:50 Запретная Индия. 16+ 07:50 Прекрасное далёко. 16+ 08:50, 09:50, 11:00 Во что верят люди. 16+ 11:50, 17:00, 18:20, 20:00, 22:00 Погнали! 16+ 13:30 Космическая экспедиция. 16+ 14:50, 15:50 Белая амазонка. 16+ 23:10 Теперь я Босс! 16+ 00:10, 01:00, 01:50 Т/с «Хадсон и Рекс». 16+ 03:00 На ножах. 16+ РОССИЯ 24 09:00, 10:00, 11:00, 12:00, 13:00, 14:00, 17:00, 18:00, 20:00, 21:00, 00:00, 01:00, 08:00 Вести. 12+ 09:27, 13:02, 20:05, 23:28 Специальный репортаж. 12+ 10:20, 15:20 Вести. Дежурная часть (Итоги). 16+ 11:05 Расследование Эдуарда Петрова. 16+ 12:35, 05:35 Мобильный репортёр. 12+ 17:10 Парламентский час. 16+ 18:25 Неделя в городе. 16+ 19:00 Территория смыслов. 12+ 00:18 Вести. Наука. 12+ 00:35 Церковь и мир. 12+ 06:00 Москва. Кремль. Путин. 12+ 07:10 Воскресный вечер. 12+ МИР 05:00, 06:55 Мультфильм. 16+ 05:30 Х/ф «Дети Дон Кихота». 16+ 08:00 Диктор делает. 12+ 08:25 Фазенда Лайф. 12+ 08:55 Х/ф «В. Давыдов и Голиаф». 12+ 09:30 Х/ф «Пари». 16+ 10:00, 13:00, 18:00 Вместе каждый день. 12+ 10:10 Х/ф «Золотые рога». 6+	11:45, 13:15 Х/ф «После дождичка в четверг». 12+ 13:30 Х/ф «Мэри Поппинс, до свидания!» 16+ 16:35 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов». 16+ 18:15 Х/ф «Человек с бульвара Капуцинов». 0+ 18:50 Х/ф «Самая обаятельная и привлекательная». 16+ 20:30 Т/с «Молодой Волкодав». 16+ СПАС 07:00, 01:35 День патриарха. 0+ 07:10 Завет. Жизнь Христа. 6+ 07:55 Д/ф «Петербургский ангел». 0+ 08:35 Д/ф «Людвиг Второй. Безумие или стремление к святости? Цикл Неизвестная Европа». 0+ 09:05 Д/ф «Прюм, или Благословение для всех королей. Цикл Неизвестная Европа». 0+ 09:35 Мультфильмы на СПАСе. 0+ 11:00 Простые чудеса. 12+ 12:00 Д/ф «Полковой священник, гвардии капеллан. Отец Савва. С любовью к небу». 0+ 12:50 Д/ф «Банзай, Николай! Русский апостол Японии». 6+ 14:00 Божественная литургия. Прямая трансляция. 0+ 16:30, 01:45 От воскресенья до воскресения. 6+ 18:20 Х/ф «Белорусский вокзал». 0+ 20:20, 21:40 Х/ф «Точка возврата». 12+ 23:00 Бесогон. 18+ 00:10, 05:30 «Парсуна» с Владимиром Легойдой. 6+ 01:05 Д/ф «Массовые страдания воинов-мучеников. Цикл Святые воины». 6+ 03:20 Д/ф «Восхождение в Иерусалим». 6+ 04:00 Д/ф «Рыцари неба». 0+ 04:45 Д/ф «Операция «Эдельвейс». Последняя тайна. 0+ 06:15 Д/ф «Сыны полков». 12+

ВЫБОРЫ-2026

Голосуй на удобном избирательном участке
или онлайн.

Мобильно и дистанционно

18, 19 и 20 сентября пройдут выборы депутатов Государственной думы Федерального собрания Российской Федерации девятого созыва. С 3 августа в Новосибирской области начинается приём заявлений избирателей для голосования на удобном избирательном участке, а также дистанционно.

**Голосование по месту нахождения
(механизм «Мобильный избиратель»)**

Если избиратель привык к традиционному способу голосования на избирательном участке, но 18, 19 или 20 сентября будет в командировке, в гостях, в отпуске, он может подать заявление для голосования на удобном избирательном участке в пределах нашей страны.

Всё, что нужно, — это подать заявление в любой пункт приёма заявлений:

- ☒ с 3 августа по 14 сентября:

- в любую территориальную избирательную комиссию (по будням с 16:00 до 20:00, в выходные с 10:00 до 14:00);
 - в любой филиал МФЦ;
 - через портал «Госуслуги» (до 24:00 по московскому времени 14 сентября).
- 🔘 с 9 сентября по 14 сентября — в любую участковую избирательную комиссию (по будням с 16:00 до 20:00, в выходные — с 10:00 до 14:00).

18, 19 и 20 сентября избиратель сможет проголосовать на удобном избирательном участке, который он указал в заявлении.

Дистанционное электронное голосование (ДЭГ)

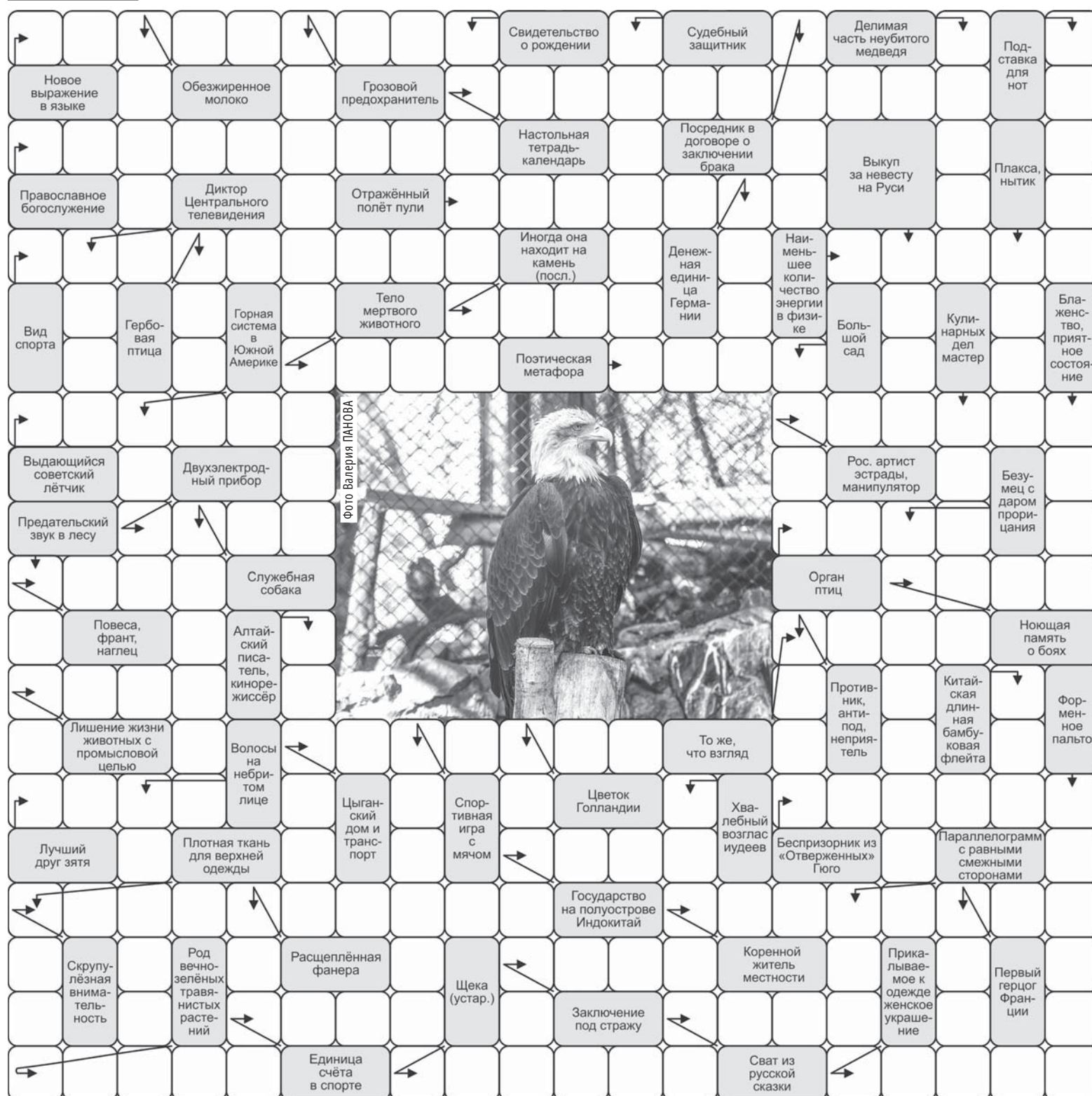
18, 19 и 20 сентября избиратели Новосибирской области смогут проголосовать на выборах депутатов Государственной думы, не выходя из дома, с помощью своего смартфона или компьютера.

Чтобы принять участие в выборах дистанционно, избирателю нужно:

- Иметь подтверждённую учётную запись на портале «Госуслуги» и проверить актуальность своих персональных данных (ФИО, дату и место рождения, серию и номер паспорта, место регистрации и т.д.).
- С 3 августа до 24:00 по московскому времени 14 сентября подать заявление об участии в дистанционном голосовании в личном кабинете на портале «Госуслуги» в разделе «Выборы». После его обработки должен появиться статус «Учтено ЦИК России». Это значит, что заявление принято.

В дни голосования (18, 19 и 20 сентября) необходимо зайти на **vybory.gov.ru** и нажать кнопку «Участвовать». Избиратель сможет сделать свой выбор, используя электронный бюллетень.

СКАНВОРД



Ответы на сканворд, опубликованный в №30

ПО ГОРИЗОНТАЛИ: Наперсток. Ложноножка. Валериана. Дискант. Факсимиле. Драга. Зеро. Гель. Трак. Партер. Рутин. Буфф. Бакс. Прыщ. Леон. Врун. Урал. Отгадка. Анже. Сфинкс. Рота. Телогрейка. Приманка. Чунь. Овен. Цата. Прием. Аренда. Корда.

ПО ВЕРТИКАЛИ: Полок. Сейсмограф. Кладезь. Анекдот. Сорт. Каппа. Эпоха. Непа. Агра. Скот. Раут. Горн. Краб. Рабы. Ибсен. Ааюн. Ущелье. Клубника. Пауза. Школяр. Вкус. Лак. Гигиена. Дурачье. Жалюзи. Капица. Свалка. Треп. Гром. Мрак. Негр.

АКТУАЛЬНО

Незваные ГОСТИ

Госжилинспекция
Новосибирской
области предупреждает
о мошенниках,
поверяющих счётчики.

Как сообщили в ГЖИ, в стране вновь участились случаи мошенничества с поверкой счётчиков и «жилищными проверками».

Первая схема — мошенники раскладывают по почтовым ящикам листовки, имитирующие официальные уведомления, а также звонят жителям и требуют провести поверку, угрожая штрафами. Угроза — первый звоночек, что это мошенники! Стоимость фиктивных услуг достигает 5–10 тысяч рублей.

Вторая схема — сообщения в соцсетях, мессенджерах и на почте от имени ГЖИ о «нарушениях». Аферисты предлагают ознакомиться с материалами дела по фишинговой ссылке. Переход по ней приводит к потере личных данных и аккаунтов. Никогда не переходите по неизвестным ссылкам!

**Как не попасться на
уловки мошенников?**

Уважаемые новосибирцы и жители области! Проверяйте информацию в надёжных источниках. Дату очередной проверки счётчиков можно посмотреть в «Госуслуги Дом». Также с мая 2026 года, если срок проверки подходит, пользователи получают напоминание на портале «Госуслуги» и на электронную почту. Помните, что официальные организации не рассылают предписания таким способом, а при личном общении не будут оказывать давление.

Не доверяйте случайным мастерам. Проводить проверку имеют право только организации с государственной аккредитацией. А запись о проверке специалист обязан внести в федеральную систему «Аршин».

Оставить заявку на проверку можно в приложении «Госуслуги Дом». Сервис позволяет ознакомиться со стоимостью услуги и направить заявку в аккредитованную организацию из официального реестра Росаккредитации. После подтверждения заявки останется согласовать удобное время визита специалиста.

ПРОЕКТ «КОД ТЕЛА»

Почему подростки недовольны своей внешностью и к чему это может привести? Разбираемся вместе с врачами, психологами и педагогами.

Спрятаться в оверсайзе

Работает «фабрика гормонов»

Елена, актриса, ведущая свадеб и торжеств: «В 13 лет я посмотрела в зеркало и увидела отвратительную жирдяйку. У меня всегда были доверительные отношения с отцом. Я пошла к нему и спросила: «Пап, я толстая?». Папа улыбнулся и сказал, что все «детские припухлости» с возрастом пройдут. Для меня это стало сигналом, что я отвратительная. Я возненавидела своё тело. Надела бесформенную одежду и начала голодать. Чтобы родители не заметили, я ела, а потом шла в туалет и вызывала рвоту. Дошло до того, что я ела в сутки одно яблоко и вызывала рвоту. У меня развилась анорексия. Я весила 36 кг, но ничего не могла есть. Меня положили в психиатрическую клинику, где я провела почти год. Облысела полностью. Не могу сказать, что люблю своё тело, но за годы жизни смогла договориться с ним».

Чёрная футболка оверсайз, широкие джинсы-трубы, стоптанные кеды — мы привыкли видеть за таким стилем бунтующего подростка, который говорит окружающему миру: мне всё равно! А между тем психологи и медики считают, что в бесформенной одежде взрослеющий человек прячет от мира своё тело, которое не любит, не принимает и стесняется его. По мнению доктора психологических наук **Виктора Слободчикова**, в подростковом возрасте человек буквально «сгорает» в горниле физиологических изменений. Идёт резкий набор роста и веса, интенсивно развивается сердечно-сосудистая система, в три смены работает «гормональная фабрика» — как при этом должен себя чувствовать вчерашний ребёнок? Он беспокоен, эмоционально нестабилен, страдает от ощущения неуклюжести и неловкости.

— Со стороны это может выглядеть как обычное подростковое недовольство внешностью, — уверена гештальт-терапевт **Зинаида Морич**. — Однако в некоторых случаях речь идёт не о недовольстве, а о серьёзном искажении восприятия собственного тела — дисморфофобии. При этом состоянии человек фиксируется на одном или нескольких «дефектах», которые для окружающих либо неза-



Наши дети — самые красивые! Просто взрослые должны помочь им это понять.

Как формируется отрицательный образ тела?

- У ребёнка есть лишний вес или тип телосложения, отличный от большинства сверстников, не соответствующий критериям идеальной фигуры, навязанным соцсетями.
- Он сталкивается с критикой членов семьи, друзей или сверстников: с тобой что-то не так! Этот фактор может запустить цепочку действий, которые могут привести к трагедии.
- В семье идеализируют стереотипные представления о красоте.

метны, либо не существуют. Подросток может быть искренне убеждён, что его лицо уродливо, кожа ужасна, тело деформировано, хотя объективно это не так. Попытки родителей разубедить его обычно не помогают.

Дисморфофобия — психическое расстройство, при котором человек чрезмерно обеспокоен и искажённо воспринимает какой-то аспект своей внешности. При этом предполагаемый «дефект» либо вообще не существует, либо настолько незначителен, что окружающие его не замечают.

Гештальт-терапевт рассказывает, что в терапевтической практике видно, что подросток с дисморфофобией редко говорит о своей боли напрямую — всё больше об «ужасной коже», «кривом носе», «толстой фигуре». Но эти «частности» скрывают важное — стыд, страх быть отвергнутым, ощущение собственной недостаточности и сильную потребность в принятии.

Как помочь?

- Создайте безопасное пространство для диалога.** Слушайте без осуждения. Иногда достаточно просто быть рядом и показать, что вы видите переживания ребёнка. Не спешите с фразами вроде «Да ты самый красивый» — сначала нужно признать, что чувства реальны.
- Обсуждайте изменения.** Объясните, что такие вещи, как акне, резкий рост, оволосение или колебания веса, — это нормальная часть взросления. Помогите «легализовать» эти перемены: «Твоё тело активно меняется, это временно».
- Обсуждайте влияние соцсетей.** Поговорите о том, что в соцсетях часто показывают отреетушированные, идеализированные образы. Предложите ограничить время в соцсетях или отписаться от аккаунтов, после которых появляется чувство стыда.
- Следите за своим примером.** Подростки часто перенимают отношение взрослых к собственному телу. Если вы сами критикуете себя, это может подрывать доверие ребёнка.

— В основном от дисморфофобии страдают девочки, — подчёркивает психолог-консультант **Юлия Ролинская**. — Они начинают себя ограничивать в еде и скрывают с помощью одежды мнимые недостатки. Все мы знаем этот образ: огромный свитер и худенькие ручки. Когда ко мне мамы приводят таких девочек, то важно правильно задать ей вопросы. Подростки приходят на приём к психологу не с целью решить проблему. А для того, чтобы её скрыть и успокоить родителей.

Дисморфофобия идёт под руку с нервной анорексией, когда подросток начинает морить себя голодом. По оценкам экспертов министерства здравоохранения НСО, подобных случаев в их практике стало заметно больше. Заведующая педиатрическим отделением ДКБ №1 **Наталья Геращенко** рассказала, что девочки стараются сократить приёмы и количество пищи, считают калории, до изнеможения тренируются и без назначения врача принимают различные лекарственные препараты, в том числе и рецептурные. «Убойное комбо» ведёт к дистрофии внутренних органов, от которых страдает репродуктивная система: у девочек исчезают менструации.

Личные границы

Rinki_net, форум b17.ru: «Меня беспокоит старший сын. Ему 13 лет. Очень недоволен своей внешностью. Постоянно ходит (даже в самую жару) в кофтах с длинным рукавом, так как считает, что худые руки. Не снимает кепку, недавно удалось выяснить, что это из-за того, что причёска у него дурацкая и волосы некрасивые. Сутулится, ходит, как орангутанг, с руками, висящими спереди. Причём объективно большинство его проблем надуманы. Он очень симпатичный, и это не моё мнение, как матери, а общее».

В своей исследовательской работе преподаватель НПГУ, кандидат психологических наук **Екатерина Ермолова** пишет, что образ тела — это «живой синтез наших эмоциональных опытов», который напрямую связан с человеком и его личной историей. Поэтому важной характеристикой образа тела являются телесные границы, которые являются за-

щитным средством нашего «Я» от окружающей среды.

— В поисках границ своего «Я» подросток может начать вести себя вызывающе. Нелепо одеваться, красить волосы в яркие цвета, пробовать то, что нельзя, тем самым пытаясь прощупать реальные границы дозволенного во взрослом мире, — считает **Екатерина Ермолова**. — Таким образом именно в подростковом возрасте происходит интенсивное определение психологических границ личности, несмотря на их изменения в течение всей жизни. В связи с изменяющимся миром подростка происходят изменения в его психологическом пространстве. Сформированные психологические границы выполняют в подростковом возрасте адаптивные функции, позволяя взрослеющей личности отстаивать границы допустимого в отношении себя и своего тела, а также устанавливать здоровые взаимоотношения с окружающими людьми.

Вместе с группой единомышленников педагог провела исследование, где гипотезой выступило предположение, что между образом тела и психологическими границами в подростковом возрасте есть чёткая взаимосвязь. Эмпирическое исследование проводилось на базе гимназии №13, где выборку составили 14-летние ученики восьмых классов, которые с помощью тестов «рассказали» о толщине своих личных границ. Оказалось, что ребята с тонкими границами, склонные к мечтаниям и рефлексиям, очень остро реагируют на все изменения, связанные с телом, и могут придавать своей внешности гиперболизированное значение. А вот «зайчики» с толстыми границами, которые в облаках не летают, а чётко знают, чего хотят от себя и от мира, своей внешностью довольны. Вывод однозначен: недостаточная определённость границ тела становится преградой для качественного формирования телесного образа.

— Окончательно он сложится, когда сформируется тело, — подчёркивает **Юлия Ролинская**. — Если вашему подростку не нравится нос, кожа или форма ушей — это нормально. Рано ожидать, что образ будет адекватный, потому что отношения с телом только начинают выстраиваться. Но, внимание! Образ во многом зависит и от того, как относится к телу окружение подростка. Если в семье или в компании поддерживается культ тела через навязывание любых стандартов — спорт, соцсети, фитнес-герои, то у ребёнка может развиться болезненное отношение к своему телу. Считаю, что все люди, страдающие от каких-то форм расстройства пищевого поведения, получали от важных взрослых фигур комментарии на тему фигуры и внешности.

Наталья ДМИТРИЕВА
Фото Елизаветы ШЛАПАКОВОЙ

Здание Музея на набережной (ул. Обская, 4) — всё, что осталось от старейшей в городе улицы. Именно отсюда можно отправиться на прогулку по Михайловской набережной (причём ударение правильно ставить на «О»). Она названа в честь Константина Михайловского — инженера, который руководил строительством Западно-Сибирской железной дороги.

Начните променад от парка «Городское начало», где установлены пролёт первого железнодорожного моста через Обь и памятник императору Александру III, и следуйте до пристани «Речной вокзал» на улице Добролюбова. Всего два километра, но по дороге множество интересных инсталляций, аллей, вкусных точек, аттракционов, видов, воспоминаний и историй.

Кстати, место для моста было выбрано не случайно: это была самая узкая часть Оби для перехода, что напрямую влияло на длину моста и помогло сэкономить мостостроителям около 800 тысяч рублей, рассказали в Музее Новосибирска. После постройки моста участки вдоль берега Оби стали самыми востребованными и дорогими коммерческими.

В 30–40-е годы прошлого века берег Оби был центром спортивной жизни Новосибирска. Здесь разместили спасательную и воднолыжную станции, которые принадлежали спортивному обществу «Пищевик». Центральный вход находился в створе улицы Маковского (400 м от Коммунального моста). Вход был платным, билет стоил 1 рубль для взрослых и 50 копеек для детей. Любители здорового образа жизни приходили сюда кататься на лодках, прыгать с вышек в воду, загорать и плавать в бассейне. А самые спортивные выходили на футбольное поле, волейбольную и баскетбольную площадки, занимались в гимнастическом зале. На набережной были установлены статуи спортсменов: дискбол, девушка с веслом и другие.

В 1948 году на набережной появилась первая в городе хоккейная коробка. Она открылась матчем новосибирской команды «Динамо» против красноярского «Спартак». Новосибирцы обыграли красноярцев с разгромным счётом 19 : 0.

После 1952 года в связи со строительством Коммунального моста были снесены кварталы по улице Обской. Здание станции было перестроено под пассажирский Речной вокзал (в то время — Октябрьская пристань).

Жители города и области, чьё осознанное детство пришлось на конец 1970-х — начало 1980-х годов до сих пор вспоминают невероятное по тем временам развлечение. К нам на «гастроли» приезжал чехословацкий

ИСТОРИЯ

Дама с веслом, воднолыжная станция, луна-парк и прогулки по Оби. Сегодня отправляемся на Михайловскую набережную.

Настроение: река

На месте сквера «Река времени» была водно-спасательная станция.



Колесо обозрения — самое высокое за Уралом.



С парка «Городское начало» многие пары начинают семейный путь.



Арт-объект «Сердце»



Михайловская набережная — любимое место семей с детьми.



Аттракцион «Лошадки»: ограничений по весу и возрасту не имеет, родители катаются с детьми.



Речные прогулки популярны у горожан и гостей Новосибирска.

луна-парк. Он размещался в разные годы на разных площадках, и набережная была одной из них. Чтобы пробиться к каруселям-лебедям и аттракционам с бросанием теннисных шариков в воронки, нужно было отстоять огромную очередь. Символ того времени — жвачка «Педро»: её здесь можно было купить или выиграть.

Сегодня на набережной достаточно развлечений для людей разного возраста и разных запросов: тир, кафе, беговые и велосипедные дорожки, площадка воркаута, сквер «Река времени» с арт-объектами, граффити «Прибрежный житель», облик которого постоянно меняется, кинетические скульптуры. Здесь установлено самое высокое за Уралом колесо обозрения (67 м), с которого можно увидеть весь город. Есть и туристско-информационный центр, где можно получить информацию об экскурсиях, купить сувениры.

Кстати, о теплоходных экскурсиях. С Речного вокзала их отправляется очень много. Это «Семь мостов Новосибирска», «Романтика на Оби», «Город 54», «От Новониколаевска до Новосибирска» и другие.

А вы знаете, что, по информации Музея Новосибирска, крошку Приобского бора с полным правом можно считать старейшей зелёной зоной города? Правда, от изначального леса уже ничего не осталось. Сейчас здесь растёт в том числе канадский сорт яблони Рудольф, которая была выведена в середине прошлого столетия, она выдерживает морозы до –45 градусов. Можно найти липы, высаженные ещё в середине прошлого века.

Одни из самых заметных пернатых обитателей Михайловской набережной — чайки: озёрная и сизая. Они ловко скользят над водной гладью, высматривая добычу. Рядом с чайками часто можно увидеть крякв — самых распространённых в регионе диких уток. Помимо водоплавающих, на набережной обитают дрозды, в частности рябинник, они гнездятся в зелёных насаждениях, окружающих прогулочную зону. В кронах деревьев можно заметить яблочки и пёночек, которые прилетают сюда в поисках корма и мест для гнездования.

Вера ТОЛМАЧЁВА

Фото Елизаветы ШЛАПАКОВОЙ