

Горловка. Сегодня

Выходим с 30.04.2015

Еженедельная общественно-политическая газета

Четверг, 09.03.2023 / Почта: gorlovkasegodnya@ya.ru / Подписной индекс: 28027 / Тел. +7 949 479-36-79 / Сайт gorlovka.su

16+

В ДНР выборы депутатов пройдут 10 сентября



10 сентября в ДНР пройдут выборы депутатов. Об этом в своем телеграм-канале сообщил врио Главы ДНР Денис Пушилин.

"Выборы в ДНР пройдут, как и по всей России, в единый день голосования 10 сентября. Мы будем выбирать 90 депутатов Народного Совета и 435 депутатов в 20 муниципальных образованиях", - рассказал Денис Владимирович.

2 марта прошло первое заседание Избирательной комиссии Донецкой Народной Республики, в котором приняли участие 12 членов комиссии с правом решающего голоса. В режиме ВКС на связи были председатель ЦИК РФ Элла Памфилова и зампредседателя ЦИК РФ Николай Булаев.

Пушилин рассказал, что на первом заседании были рассмотрены вопросы избрания счетной комиссии, председателя, заместителя председателя и секретаря Избирательной комиссии ДНР. В результате тайного голосования председателем Избиркома избран Владимир Высоцкий.

"Благодарю Эллу Памфилову, членов ЦИК РФ и представителей всей избирательной системы России за особое отношение к Республике и содействие Избирательной комиссии ДНР. Избирательной комиссии предстоит большая работа, в ходе которой, уверен, будут обеспечены главные принципы российской избирательной системы – принципы равенства и открытости", - подчеркнул руководитель Республики.

В ДНР врачи извлекли пулю из работающего сердца

Донецкие кардиохирурги сумели извлечь пулю из работающего сердца, рассказал министр здравоохранения ДНР Дмитрий Гарцев.

Он пояснил, что накануне в Донецкое клиническое территориальное медицинское объединение поступил 36-летний пациент со слепым ранением. Исследования показали, что у него пуля в перикарде. Врачам кардиохирургического отделения пришлось пропортировать раненого в условиях работающего сердца.

"Операция прошла успешно, пуля извлечена. Пациент переведен в отделение, где получает неврологическую

терапию, антибиотикопрофилактику, физиопроцедуры и ежедневные перевязки. Пациент выздоравливает", — сказал один из врачей.

Гарцев назвал донецких медиков героями.

"Им нет равных при минно-взрывных, осколочных и пулевых ранениях", — подчеркнул он.

По словам министра, это специалисты с колоссальным опытом, которые ежедневно спасают раненых жителей Донбасса, выполняя уникальные операции.

newsua.ru

На какие социальные выплаты и пособия имеют право жители новых регионов с марта 2023 года?



ственными комиссиями по реализации трудовых, пенсионных и социальных прав граждан, для подтверждения права на выплаты.

Ежемесячная денежная выплата.

Назначается ветеранам боевых действий, участникам и инвалидам ВОВ, членам их семей, гражданам, пострадавшим вследствие радиационных аварий и ядерных испытаний, инвалидам.

Дополнительное ежемесячное материальное обеспечение участников ВОВ (ДЕМО).

Назначается ветеранам и инвалидам ВОВ, узникам концлагерей и награжденным знаком «Жителю блокадного Ленинграда», а также некоторым другим гражданам для улучшения их материального положения.

Дополнительное материальное обеспечение за достижения и заслуги (ДМО).

Назначается за выдающиеся достижения и заслуги Героям СССР и РФ, Героям Соцтруда и Труда РФ, гражданам, награжденным орденами Славы и Трудовой Славы, орденом «За заслуги перед Отечеством», олимпийским чемпионам и некоторым другим гражданам.

newsua.ru

Как приостановить начисление платы за услуги ЖКХ?

менно непригодном жилье.

Что для этого нужно сделать?

Для этого собственнику либо нанимателю жилья необходимо подать в администрацию (по местонахождению жилплощади) заявление о приостановлении начисления платы с необходимым пакетом документов.

В течение трёх рабочих дней после рассмотрения заявления комиссией, заявителю предоставляется ответ в виде Выписки из протокола заседания, по которой, в случае положительного ответа, исполнители услуг ЖКХ приостанавливают начисление платы на срок не более года.

Если жильё по истечении года не было восстановлено, нужно повторно подать заявление.

newsua.ru

Все федеральные меры поддержки, действующие в Российской Федерации, будут доступны и гражданам, проживающим в Донецкой и Луганской народных республиках, Херсонской и Запорожской областях.

Эти меры поддержки предоставляются в соответствии с федеральными законами о ветеранах, о социальной защите инвалидов и граждан, подвергшихся воздействию радиации, в том числе вследствие катастрофы на Чернобыльской АЭС, а также некоторыми другими законами с учётом особыхностей, принятых специально для новых субъектов Российской Федерации.

Эти особенности позволяют гражданам Российской Федерации при оформлении выплат предоставлять документы, выданные на украинском языке, а также использовать документы, выданные Межведом-

ПОДПИШИСЬ!

Оформи подписку на газету «Горловка. Сегодня» по месту проживания у своего почтальона, а также во всех отделениях «Почта Донбасса».



Газета

Для оформления подписки необходимо обратиться в отделение связи или проконсультируйтесь у своего почтальона.

Подписной индекс: 28027

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ

Горловка. Сегодня

+7 949 479-36-79

ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ

Из ДНР и ЛНР в Украину и Европу

через Россию и обратно назад

Забираем из всех городов ЛНР и ДНР. Везём в Украину, Европу и обратно по безопасному и наикратчайшему маршруту по России в Латвию, Литву и Польшу.

Поможем добраться в другие страны ЕС: Германию, Францию и др. страны.

Запишитесь на рейс!

+380 71 04-777-30

Число первоклассников в школах ДНР в новом учебном году существенно не изменится.

Реклама

Об этом сообщила министр образования и науки ДНР Ольга Колударова.

«В этом учебном году в наших общеобразовательных организациях обучается 11 283 первоклассника. Ожидаем, что в новом учебном году первоклассников у нас будет такое же количество», — отметила Колударова.

Министр добавила, что на территории ДНР сейчас функционирует 589 школ, подать заявление для поступления ребёнка в первый класс можно в каждую из них.

Колударова отметила, что прием заявлений и зачисление первоклассников в школы ДНР в этом году впервые пройдет по единому графику со всей Россией.

«Мы перешли на федеральное законодательство и поэтому приём в первый класс у нас осуществляется по единому графику — как во всей нашей большой стране», — отметила Колударова.

По ее словам, прием документов будет вестись с 1 апреля по 5 сентя-

бря. Сроки регламентированы приказами Минпросвещения РФ.

Заявления необходимо писать в адрес школы, в которой хотели бы видеть ребенка.

В первый класс могут зачислить в возрасте от 6,5 до 8 лет. При этом для детей младше 7 лет предусмотрена специальная медкомиссия, на которой врач с помощью тестов определит готовность ребенка к школе.

newsua.ru

Как можно будет подтвердить трудовой стаж, если нет документов?



Некоторые люди оказываются в ситуации, когда трудовая книжка утеряна, а архивы предприятия вывезены на неподконтрольную РФ территорию.

В этом случае подтвердить стаж можно будет через специальную комиссию, соответствующая норма закреплена в зако-

нопроекте, принятом сегодня Госдумой в третьем чтении, сообщила сенатор Наталья Никонорова.

«Согласно закону, если у вас нет документов, страховой (трудовой) стаж будет устанавливаться специальная комиссия по показаниям двух и более свидетелей, которые:

- работали с вами на одном предприятии;

- могут документально подтвердить, что работали на данном предприятии в том же период, что и вы», — пояснила Никонорова в своем Телеграм-канале.

Закон направлен в Совет Федерации, где должен быть одобрен уже завтра. По словам сенатора, в ближайшее время в ДНР будет создана соответствующая Межведомственная комиссия.

newsua.ru



В случае повреждения жилья в ходе боевых действий жители Донецкой Народной Республики могут приостановить начисление платы за услуги ЖКХ на период временного отсутствия потребителя во вре-

мени непригодном жилье.

Что для этого нужно сделать?

Для этого собственнику либо нанимателю жилья необходимо подать в администрацию (по местонахождению жилплощади) заявление о приостановлении начисления платы с необходимым пакетом документов.

В течение трёх рабочих дней после рассмотрения заявления комиссией, заявителю предоставляется ответ в виде Выписки из протокола заседания, по которой, в случае положительного ответа, исполнители услуг ЖКХ приостанавливают начисление платы на срок не более года.

Если жильё по истечении года не было восстановлено, нужно повторно подать заявление.

В этом случае подтвердить стаж можно будет через специальную комиссию, соответствующая норма закреплена в зако-

newsua.ru

Горловка. Сегодня

В отделениях Миграционной службы ДНР военнослужащих будут принимать без очереди

По сообщению врио Главы ДНР Дениса Пушилина, все отделения Миграционной службы, а также МРЭО военнослужащих при наличии военного билета должны принимать без очереди.

Военнослужащим Донецкой народной республики будут оформлять документы на получение российских паспортов в приоритетном порядке - без очереди, сообщил врио главы ДНР Денис Пушилин.

"Не раз сталкивался, когда при встречах бойцы просили помочь ускорить подачу документов на российский паспорт в миграционной службе - им приходится в увольнении тратить на очередь целый день", - написал Пушилин в своем телеграм-канале.

По его словам, в ведомствах знают об этой проблеме и делают все возможное для ускорения процесса.

"Наши военнослужащие точно заслужили, чтобы их принимали в приоритетном порядке. И этот вопрос уже решен. Дано распоряжение всем отделениям миграционной службы, а также МРЭО при наличии военного билета принимать без очереди", - отметил Пушилин, поблагодарив МВД за "быстрое выполнение поручения".

newsua.ru

В ДНР создан фонд поддержки малого и среднего предпринимательства и микрофинансовая компания

Фонд поддержки малого и среднего предпринимательства и Микрофинансовая компания созданы в ДНР.

Об этом сообщил председатель Правительства региона Виталий Хоценко.

"На заседании Правительства приняли с коллегами решение о создании в Республике Фонда поддержки малого и среднего бизнеса, а также Микрофинансовой компании", - написал Хоценко в своем телеграм-канале.

В пресс-службе премьера подтвердили NewsUA.RU, что две эти структуры созданы, соответствующие документы будут обнародованы позднее.

По словам Хоценко, функции учредителя этих автономных некоммерческих организаций будет выполнять региональное Министерство экономического развития.

Главной задачей фонда станет создание комфортной деловой среды и благоприятных условий для открытия и ведения бизнеса. Микрофинансовая компания будет предоставлять гарантии по полученным микрокредитам и микрозаймам.

Ранее сообщалось, что в ДНР прорабатывают возможность участия малого и среднего бизнеса в госзакупках.

ДАН

Почти 2,5 тыс. демобилизованных студентов ДНР вернулись к учебе

Почти 2,5 тыс. демобилизованных студентов вернулись к учебе, часть из них уже переведлась на бюджет.

Об этом сообщила заместитель председателя Правительства ДНР Лариса Толстых-кина.

"Чтобы поддержать ребят в сложный для них период, было принято решение предоставить им возможность переводиться на бюджетные места, и на сегодняшний день таким правом уже воспользовались 142 человека. Кроме того, переведенным на бюджетные места демобилизованным и комиссованным студентам назначена стипендия, которую сейчас получают 97 человек", - написала Толстых-кина в своем телеграм-канале.

Вице-премьер подчеркнула, что всего после демобилизации к обучению приступили 2426 студентов. Всем им оказывается помощь по возвращению в образовательный процесс.

В частности, почти двум тысячам обучающихся, вышедшем из академического отпуска, предоставлен индивидуальный план ликвидации академической задолженности.

«Помимо этого, в рамках реабилитации и оказания помощи в психологических центрах при образовательных организациях высшего образования

специалисты-психологи оказывают демобилизованным студентам психотерапевтическую и психокоррекционную помощь, проводят индивидуальные консультации», — добавила Толстых-кина.

В четверг зампред правительства провела встречу с демобилизованными, на ней побывали также сенатор РФ Наталья Никонорова и министр образования и науки ДНР Ольга Колударова.

Студенты интересовались перспективами трудоустройства после окончания вуза, получением статуса ветерана боевых действий, льготами для участников СВО и пр.

Президент РФ Владимир Путин 13 ноября дал поручение провести демобилизацию ранее призванных на фронт студентов из Республики Донбасса.

Согласно этому поручению, врио Главы ДНР Денис Пушилин уволил со службы студентов очной и очно-заочной форм обучения, призванных на фронт по мобилизации.

Позднее демобилизованные студенты, принимавшие участие в спецоперации, были награждены государственными наградами РФ.

РИА Новости

Можно ли получать на одного ребёнка несколько пособий?

Возможность оформить одновременно несколько пособий, зависит от дохода семьи, имущества и возраста детей.

Какие пособия можно оформить вместе с детьми?

Ежемесячное пособие по уходу за ребёнком до 1,5 лет для работающих родителей

Размер пособия зависит от заработка родителя в двух предшествующих годах.

Новое единное пособие

Размер составляет 50%, 70% или 100% от прожиточного минимума

Выплата из маткапитала до 3 лет на любого ребенка

Размер выплаты один прожиточный минимум на детей.

Также существуют дополнительные региональные выплаты, которые можно оформить вместе с федеральными пособиями.

Оформить пособия можно на портале Госуслуг или в отделении СоцФонда.

Газета.RU

В ДНР прорабатывают возможность участия малого и среднего бизнеса в госзакупках

Возможность участия в государственных закупках субъектов малого и среднего предпринимательства активно прорабатывается в ДНР.

Об этом сообщил первый заместитель председателя Правительства Республики Рустам Мингазов.

«На недавнем Штабе по восстановлению экономики совместно с руководством „Корпорации МСП“ обсуждали поддержку субъектов малого и среднего предпринимательства на территории ДНР. В этом вопросе мы чувствуем сильнейшую федеральную помощь в части мер государственной поддержки малого бизнеса. Сейчас активно прорабатываем вопрос участия МСП в госзакупках, что значительно расширит им возможности для развития», — отметил Мингазов.

Он добавил, что на сегодняшний день в регионе насчитывается порядка 70 000 субъектов МСП.

Как сообщили ранее NewsUA.RU в Минэкономразвития региона, в Республике создается Фонд поддержки МСП и Микрофинансовая компания, которые позволят субъектам малого и среднего предпринимательства получить доступ к различным преференциям и ресурсам.

ДАН

Выпускники школ и СПО в этом учебном году начнут получать российские аттестаты

Выпускники школ, техникумов и колледжей ДНР с этого года начнут получать документы об окончании учебы стандарта РФ.

Об этом на брифинге сообщила министр образования и науки Республики Ольга Колударова.

«Мы выдаем в этом году аттестаты о получении среднего общего обра-

зования и, соответственно, об окончании наших колледжей и техникумов российского образца. Выдаем независимо от того, есть ли паспорт гражданина РФ, или нет паспорта. Все документы об окончании образовательного учреждения будут получены», — заявила Колударова.

Ранее сообщалось, что российские спортсмены могут понадобиться молодежи при поступлении в вузы, поэтому Минобрнауки ДНР поможет выпускникам 11-х классов с получением документов.

newsua.ru

В Госдуму внесут вопрос об отмене НДС в ДНР

В Госдуме планируют поднять вопрос о снятии добавочного налога на товары и услуги народного потребления в ДНР. С такой инициативой вышла Фракция ЛДПР. Об этом заявил руководитель регионального отделения партии в Донецке Андрей Крамар.

Он сообщил, что представители партии организовали встречу, в ходе которой намерены рассмотреть основания об упразднении данного налога в Республике.

«Сегодня пресс-встреча наша инициирована, чтобы получить все аргументы, почему 20% (НДС, - ред.) нужно отменять. И уже есть договоренность - после того, как мы сегодня аргументы все получим, мы передаем их в Госдуму во фракцию нашу, и они действительно будут инициировать», — пояснил Крамар журналистам.

newsua.ru

Утверждены правила выдачи удостоверений УБД для добровольцев-участников СВО

Правительство РФ утвердило правила выдачи удостоверений участника боевых действий добровольцам, выполняющим задачи в рамках специальной военной операции.

Об этом сообщили в пресс-службе Правительства.

В опубликованных правилах отмечается, что удостоверения УБД выдают комиссии, которые создаются при военных комиссариатах субъектов РФ.

Оформление и выдача документов производятся в военкоматах по месту постановки заявителя на воинский учет или места жительства. Основанием для этого является решение комиссии о выдаче удостоверения.

В течение 10 дней со дня подачи пакета документов он должен быть передан военному комиссару региона из муниципального ВК.

В этот же срок обратившегося должны проинформировать, если ему не положено удостоверение УБД как добровольцу.

Региональный ВК должен рассмотреть заявление в течение 30 дней со дня его поступления от муниципального комиссариата, при положительном решении — оформляет удостоверение.

В случае, если подтверждающие участие в добровольческом формировании документы были утеряны, военные комиссариаты будут заниматься их розыском самостоятельно.

Отметим, что данные правила разработаны для добровольцев тех формирований, которые созданы по решению органов государственной власти РФ.

Речь идет о подразделениях, содействующих выполнению задач, возложенных на Вооруженные силы России, в ходе специальной военной операции на территориях Украины, ДНР и ЛНР с 24 февраля 2022 года, а также на территориях Запорожской области и Херсонской области с 30 сентября 2022 года.

newsua.ru

Как получить ИНН РФ в ДНР

В последнее время поступает информация, что в организациях и на предприятиях ДНР у сотрудников требуют предъявить ИНН РФ.

Об этом сообщила депутат НС ДНР Анастасия Селиванова.

По информации от бухгалтеров, это связано с заполнением каких-то форм по персонификации в компетентные органы.

Лично получить ИНН с мокрой печатью Федеральной Налоговой службы (ФНС)

можно в Многофункциональном центре ДНР (МФЦ) или в Налоговой инспекции.

Дистанционно получить ИНН можно на Госуслугах или на сайте ФНС.

Как получить ИНН в МФЦ ДНР (лично)

Лично получить ИНН с мокрой печатью Федеральной Налоговой службы (ФНС) можно в Многофункциональном центре ДНР (МФЦ) или в Налоговой инспекции.

Обычно ИНН выдают через 7 рабочих дней. Но сейчас есть задержки со стороны ведомств. Надеюсь, в ближайшее время их урегулируют.

Через 7 рабочих дней в МФЦ вы получите бумажное свидетельство о постановке на учет в Федеральной налоговой службе (ФНС) с номером ИНН с мокрой печатью ФНС.

Как получить ИНН в налоговой инспекции ДНР (лично)

Возможность получить ИНН в налоговой инспекции ДНР появилась на прошлой неделе, и работает только в нескольких налоговых инспекциях ДНР.

Сайт администрации

В ТМО «Сиз» Горловки доставлен гуманитарный груз для детей

В территориальное медицинское объединение «Семья и здоровье», что в Центрально-Городском районе Горловки, был доставлен гуманитарный груз от Центра гуманитарной помощи «Сила Севера» города Никневартовска.

В состав адресной помощи, предназначеннной для юных горловчан, находящихся на лечении в ТМО «Сиз» и нуждающихся в постоянном медикаментозном лечении, вошли: медикаменты, предметы медицинского назначения, средства личной гигиены, одежда, обувь и детский манеж.

Отмечается, что аналогичная помощь будет оказываться маленьким пациентам ТМО «Сиз» и в дальнейшем.

Ранее сообщалось, что в Горловку доставлен гуманитарный груз медицинского назначения и партия питьевой бутилированной воды.

Сайт администрации

ГАИ напоминает водителям о необходимости использования светоотражающих приборов

Согласно п. 19.5. Правил дорожного движения, в светлое время суток на всех движущихся транспортных средствах должны быть включены фары ближнего света или дневные ходовые огни.

Важно помнить, что транспортные средства с включенными фарами заметны гораздо лучше, особенно в зеркале заднего вида и сквозь стекла другого автомобиля.

При остановке и стоянке в темное время суток на неосвещенных участках дорог, а также в условиях недостаточной видимости, на транспортном средстве должны быть включены габаритные огни.

Дополнительно к габаритным огням могут быть включены фары ближнего света, противотуманные фары и задние противотуманные фонари.

Госавтоинспекция призывает водителей строго соблюдать ПДД, а также быть предельно внимательными и осторожными на дорогах.

Загрязненные или неисправные внешние световые приборы транспортного средства влияют на безопасность дорожного движения и могут стать причиной дорожно-транспортного происшествия, особенно на загородных автодорогах.

УГАИ МВД ДНР

Торговая сеть "Первый Республиканский супермаркет" в Горловке изменила график работы

С 1 марта 2023 года магазины торговой сети "Первый Республиканский супермаркет" в Горловке работают с 8 до 19:00.

Ранее они работали до 21:00.

Напомним, в Горловке открыты пять магазинов этой торговой сети. Они находятся по следующим адресам:

</

Горловка. Сегодня

Дети с 10 до 17 лет смогут ездить на поездах по России за полцены

Акция действует уже 8 лет. За все время ей успели воспользоваться более 17 миллионов человек. **С 1 июня по 31 августа 2023 года дети от 10 до 17 лет смогут воспользоваться 50% скидкой на путешествие на поезде. Акция действует на плацкартные и общие вагоны скорых и пассажирских поездов, а также на некоторые «Ласточки» и двухэтажные купейные вагоны. Об этом РЖД сообщили в своем телеграм-канале.** Приобрести билеты со скидкой в рамках акции можно с 4 марта 2023 года на официальном сайте РЖД. Отметим, что данной акцией за 8 лет существования успели воспользоваться 17 миллионов детей.

newsua.ru

Черные металлы, минеральное топливо, электромашины. Что еще ДНР поставляет в Ростовскую область

Предприятия ДНР поставляют в Ростовскую область преимущественно металлы, топливо, электромашины и оборудование. Об этом NewsUA.RU сообщили в правительстве области.

«В настоящее время в структуре веозимых из ДНР в Ростовскую область товаров преобладают черные металлы, топливо минеральное и нефтепродукты, электрические машины и оборудование, злаки и масличные семена», — рассказали в правительстве.

Там добавили, что Ростов-на-Дону поставляет Донецку товары молочного производства, готовые продукты из мяса, фармацевтическую продукцию, пластмассы и изделия из них. Ранее вице-премьер ДНР Владимир Ежиков заявил NewsUA.RU, что Республика планирует наладить реализацию гранитов высокой прочности в прилегающих регионах России.

newsua.ru

Глава СПЧ обратился в Минздрав из-за жалоб на зарплату медиков

В связи с появившимися жалобами на зарплаты медиков в ДНР глава Совета по правам человека при президенте РФ Валерий Фадеев направил обращение в Минздрав России, сообщила пресс-служба СПЧ.

«Совет получил информацию о том, что на территории ДНР официально заявленное повышение заработной платы медицинским работникам, осуществляющим свою деятельность в особых, фактически боевых условиях в этих регионах, до сих пор не реализовано.

Прошу вас дать поручение проверить данную информацию и в случае ее подтверждения оперативно принять соответствующие меры», — говорится в его письме на имя министра здравоохранения РФ Михаила Мурашки.

newsua.ru

Пенсии жителей новых регионов пересчитывают по законам РФ

С 1 марта жители ДНР, ЛНР, Херсонской и Запорожской областей начнут получать пенсии по российским нормам.

Право на перерасчет имеют граждане РФ:

- достигшие пенсионного возраста по российскому законодательству (женщины 58 лет, мужчины 63 года);
- имеющие паспорт РФ;
- имеющие в паспорте РФ отметку о регистрации по месту жительства (прописку) на территории

Республики по состоянию на 30 сентября 2022 года. Если в паспорте РФ такого штампа нет, для подтверждения факта прописки будет использоваться штамп о регистрации по месту жительства в паспорте ДНР. Для пересмотра пенсии нужно обратиться в клиентскую службу Социального фонда. Если при пересчете сумма пенсии окажется меньше, чем сумма, которую вы получаете сейчас, вам будут доплачивать разницу.

newsua.ru

Материнский капитал официально продлили: как будут повышаться суммы

Программу маткапитала, несмотря на пессимистичные прогнозы, решено пролонгировать до конца 2026 года. В бюджет уже заложены определенные суммы с учетом ежегодной индексации до 2025 года.

Суммы, положенные семьям в 2023 году, варьируются от 589 до 779 тысяч рублей. Разница зависит от того первый или второй ребенок рожден. Если на первого мера поддержки уже реализована, то на второго выплатят более 189 тысяч.

В 2024 году соцкапитал подрастет еще существеннее. Суммы составят 622 и 822 тысячи, доплата при условии получения на первого составит почти 200 тысяч.

В 2025 год все суммы соответственно будут равняться 647 000, 855000 и 208000 рублей.

newsua.ru

Восстановливается курсирование пригородного поезда

До отмены восстанавливается курсирование пригородного поезда:

- № 6421 «Дебальцево-Родаково» отправлением из Дебальцево в 20:07, далее разработанным расписанием Депрерадовка 20:34-20:35, Мануиловка 21:00-21:01, Кипучая 21:11-21:12, Коммунарск 21:24-21:25, Славяносербск 21:44-21:45, прибытием в Родаково 21:58.

До отмены частично изменяется расписание пригородных поездов:

- № 6429 «Дебальцево-Луганск» отправлением из Дебальцево в 04:45 действующим расписанием, далее разработанным расписанием Депрерадовка 05:12-05:13, Мануиловка 05:38-05:39, Кипучая 05:49-05:50, Коммунарск 06:02-06:04, Славяносербск 06:23-06:24, Родаково 06:37-06:39, Меловая 06:54-06:55, Техникум 07:04-07:05, им. Кашпарова 07:08-07:09, прибытием в Луганск в 07:19;

- № 6428 «Луганск-Дебальцево» отправлением из Луганска в 17:24, далее разработанным расписанием им. Кашпарова 17:33-17:34, Техникум 17:37-17:38, Меловая 17:46-17:47, Родаково 18:01-18:02, Славяносербск 18:15-18:16, Коммунарск 18:33-18:34, Кипучая 18:48-18:49, Мануиловка 18:59-19:00, Депрерадовка 19:25-19:26, прибытием в Дебальцево в 19:53.

newsua.ru

Комбайн совместного производства ДНР и регионов Сибири будет добывать алмазы

Проходческий комбайн, созданный Ясиноватским машиностроительным заводом совместно с двумя компаниями из Томска и Кемерово, поступит на алмазодобывающее предприятие Якутии. Об этом сообщил председатель Правительства ДНР Виталий Хоценко.

«Проходческий комбайн, произведенный нашим Ясиноватским машиностроительным заводом в рамках кооперации с предприятиями „Ильма“ (Томск) и „ТоргИнвест“ (КЭМЗ Кемерово), будет использоваться для проведения горнопроходческих работ на алмазодобывающем предприятии Якутии. Техника полностью отвечает программе импортозамещения», — написал Хоценко в своем телеграм-канале.

Ранее сообщалось, что Донецк и Томск договорились вместе модернизировать промышленные предприятия ДНР. Речь, в частности, шла о применении в Республике научных инноваций томских ученых.

newsua.ru

КПРФ зарегистрировала донецкое региональное отделение

Коммунистическая партия Российской Федерации (КПРФ) зарегистрировала свое региональное отделение в ДНР. Об этом сообщили в пресс-службе партии.

«Третьего марта Донецкое региональное (республиканское) отделение КПРФ получило Свидетельство о Государственной регистрации», — сказано в сообщении на сайте партии.

Отмечается, что первым секретарем донецкого Рескома КПРФ стал Борис Литвинов.

«Получив Свидетельство реги-

онального отделения КПРФ, коммунисты ДНР влились в единую семью членов КПРФ, надежду и оплот российского народа за народовластие и социалистический путь развития», — заключили в пресс-службе.

КПРФ — политическая партия социал-патриотической направленности. Создана в февраля 1993 года в Московской области, путем преобразования Общероссийской политической общественной организации «Коммунистическая партия Российской Федерации». Согласно программным документам, партия продолжает дело Компартии Советского Союза и Компартии РСФСР, является их правопреемницей в России. Лидер — Геннадий Зюганов. В Госдуме действующего созыва партия получила 57 мест.

newsua.ru

Ростовская область подпишет соглашение о сотрудничестве с ДНР в ближайшее время

Проект соглашения о сотрудничестве между Ростовской областью и ДНР разработан и будет подписан в ближайшее время. Об этом NewsUA.RU сообщили в Правительстве Ростовской области.

«Разработан проект документа о сотрудничестве с Донецкой Народной Республикой. Подписание соглашения планируется осуществить в ближайшее время», — сказано в сообщении.

Отмечается, что взаимодействие планируется развивать в сферах промышленности, транспорта, жилищно-коммунального хозяйства, здравоохранения, образования, культуры, инвестиций. Также предусмотрено развитие малого и среднего бизнеса, производства сельскохозяйственной продукции. В этом феврале такое соглашение было подписано между Ростовской областью и ЛНР.

newsua.ru

Ведущий НИИ РФ в области черной металлургии откроет филиал в Донецке

Центральный научно-исследовательский институт черной металлургии им. Бардина откроет свой филиал в Донецке. Об этом сообщил председатель Правительства Республики Виталий Хоценко.

«В Донецке планируем создать южный филиал государственного научного центра „ЦНИИЧермет им. И. П. Бардина“. Создаваемая в рамках поручений заместителя Председателя Правительства РФ — Министра промышленности и торговли России Дениса Мантурова организация будет заниматься развитием технологий в сфере черной металлургии ДНР, ЛНР, Запорожской и Херсонской областей», — написал Хоценко в своем телеграм-канале.

Он добавил, что на данный момент специалисты института проводят технико-экономический аудит промышленных предприятий региона, оценивают работоспособность оборудования. Институт им. Бардина создан в 1944 году. Это ведущий в России научно-исследовательский центр по созданию металлургических технологий и новых материалов. Наработками института созданы новые подотрасли отечественной металлургии: порошковая, металлургия прецизионных сплавов и спецстали, ферросплавов. Разработано 500 марок сталей и сплавов и 300 прецизионных сплавов. На предприятиях решает задачи по техническому перевооружению производств и повышению качества и конкурентоспособности металлопродукции.

РИА Новости

Пункты приема документов на паспорта откроют в МФЦ и отделениях «Почты Донбасса»

Дополнительные пункты приема документов на вступление в российское гражданство откроются в отделениях Многофункционального центра и государственного унитарного предприятия «Почта Донбасса» с 13 марта. Об этом NewsUA.RU сообщили в миграционной службе (МС) МВД ДНР.

«Начало приема — 13 марта», — ответила собеседница агентства на вопрос об открытии дополнительных пунктов приема документов на паспорт в МФЦ и почтовых

ПОДПИШИСЬ! НА НАШИ СООБЩЕСТВА

Мы активно ведем сообщества в социальных сетях где размещаем много информации для жителей Горловки. Вступайте, подписывайтесь на наши группы и сообщества в социальных сетях.

 ВКонтакте vk.com/gorlovka

 Одноклассники ok.ru/gorlovka

 Дзен dzen.ru/gorlovka

 Телеграм t.me/gorlovka

отделениях.

Отмечается, что на данный момент такой прием не ведется. Информацию об отделениях, в которых будет организована эта работа, доведут позднее. Как пояснили NewsUA.RU в Минэкономразвития ДНР, вести прием в отделениях МФЦ будут не сотрудники центров, а специалисты миграционной службы. Ранее в ДНР возобновили прием документов на паспорт еще шесть пунктов МС, четыре — в Донецке, по одному — в Горловке и Ясиноватой. Также было заявлено о планах открытия дополнительных пунктов в МФЦ и отделениях «Почты Донбасса».

Известия

Всероссийский научный институт составит программу развития рыболовохозяйственного потенциала ДНР

Всероссийский научно-исследовательский институт рыбного хозяйства и океанографии (ВНИРО) разработает программу развития рыболовохозяйственного потенциала ДНР. Об этом NewsUA.RU сообщили в пресс-службе института.

«Первоочередная научная задача — это возобновление исследований в единой всероссийской системе ВНИРО, определение рыболовохозяйственного потенциала региона и разработка программы развития этого потенциала», — отметили там.

В первую очередь предполагается определить, каково современное состояние условий воспроизводства водных биоресурсов в морской акватории, каковы резервы рыбной отрасли на внутренних водных объектах, что нужно сделать для восстановления и развития аквакультуры.

«Оценка ущерба — это не простой вопрос — и методически, и в практической реализации. Полагаем, что это должно стать одним из разделов программы по исследованию состояния рыболовохозяйственной инфраструктуры и должно проводиться в тесном взаимодействии с органами власти региона», — заключили в институте.

Ранее NewsUA.RU писал, что ученые из ВНИРО провели съемку пелагических рыб в акватории Северного Приазовья. Также исследователи совместно с властями начали разработку правил рыболовства и работают над открытием своего подразделения в регионе.

ДАН

Школьникам ДНР не выдадут аттестаты без паспорта?

Министр образования ДНР Ольга Колударова сообщила, что МОН ДНР окажет содействие выпускникам 11 классов школ региона с оформлением российских паспортов. Согласно Приказу Минпросвещения РФ от 05.10.2020 г. №546 для получения аттестата школьнику действительно требуется документ, удостоверяющий личность — паспорт. По ее поручению провели мониторинг количества учащихся, которые не имеют паспортов РФ. В решение вопроса включилась Миграционная служба ДНР (МС). Они запустили программу взаимодействия между школами ДНР и Миграционной службой. Благодаря своевременному реагированию, удалось урегулировать вопрос с Минпросвещения РФ.

В этом году всем выпускникам 9 и 11 классов ДНР выдадут аттестаты независимо от наличия или отсутствия паспорта РФ. Выпускникам 11 классов в школах помогут получить паспорт РФ. Это позволит им поступить в ВУЗы Российской Федерации.

РИА Новости

Денежная реформа началась.

Банк России объявил о важнейшем решении, которое «перевернет» жизнь всех россиян

Жизнь на российской территории полна разного рода событий и неожиданностей, которые могут дать о себе знать в любой момент времени в силу тех или иных причин.

И вот, чтобы улучшить жизнь всех граждан РФ, власти страны посчитали необходимым пойти на неожиданный шаг, которого явно никто не ожидает, тем более в настоящее время, когда экономическую ситуацию нельзя назвать стабильной ввиду недоступности многих товаров и услуг, ставших недоступными из-за антироссийских санкций и их последствий.

Центробанк России, являющийся государственным регулятором финансового секретаря на российской территории, объявил о начале денежной реформы. Это решение затронет всех россиян и буквально «перевернет» их жизнь, так как им придется учиться жить по-новому.

Не секрет, что в настоящее время все жители России пользуются деньгами в рублях образца 1997 года. Такие банкноты имеют привычный всем внешний вид и привычную объявленную ценность, но у данных денежных единиц есть сразу два важных недостатка – их подделывают и, кроме того, такие купюры имеют не слишком большой срок

службы, так как из-за устаревшего химического состава бумаги они быстро изнашиваются.

В связи с этим, желая решить данные проблемы, а заодно и некоторые другие недочеты такого рода купюр, власти РФ приняла решение о запуске в обращение новых денежных единиц.

Такие обладают абсолютно новым внешним видом и, кроме того, некоторыми другими преимуществами, выгодно отличающимися от привычных всем банкнот. При этом их объявленная ценность остается прежней. Уже летом 2023 года, согласно официальной информации от Банка России, на российской территории в оборот будут введены новые купюры номиналов 1 000 рублей и 5 000 рублей.

Всем и каждому, кто являются российскими гражданами, определенно стоит об этом знать, потому что деньги являются одной из важнейших составляющих современной жизни, ведь иметь дело с такими приходится каждый день при осуществлении едва ли не абсолютно любых действий.

Новые банкноты обладают совершенно новым улучшенным дизайном, другим материальном изготовления, тремя степенями защиты от подделки, а вместе с тем иными размерами и некоторыми другими особенностями.

Из-за такого большого числа отличий новые купюры

будут разительно отличаться от старых, доступных с 1997 года.

Пока что денежная реформа затронет только банкноты номиналов 1 000 рублей и 5 000 рублей, но в будущем Банк России собирается заменить и другие купюры новыми современными.

По части своего дизайна новейшие денежные единицы будут похожи на деньги образца 2017 года в номиналах 200 рублей и 2 000 рублей. При этом, что крайне важно, в новых банкнотах цветовое оформление сохранится, то есть купюра 1 000 рублей будет иметь голубой оттенок, а 5 000 рублей – красный.

При этом, отвечая на вопрос многих россиян, ЦБ РФ открыто заявил о том, что запуск в обращение банкноты номиналом 10 000 рублей не планируется, по крайней мере в обозримом будущем.

Исходя из этого следует, что грядущая купюра 5 000 рублей по-прежнему будут самой ценной и дорогостоящей в своем классе. Россияне начнут сталкиваться с такими деньгами уже в июне-июле 2023 года, то есть в скором будущем.

newsua.ru

«Госуслуги» ввели обязательное новое правило для всех жителей России

Портал государственных услуг был запущен в далеком 2009 году.

В первые годы доступности многие россияне в силу тех или иных причин предпочитали не пользоваться таким, так как просто не видели в этом какого-либо смысла.

Однако, на радость всех граждан РФ, теперь практически любые государственные услуги можно получить дистанционно удаленно без необходимости куда-либо обращаться и совершать какие-либо действия, и это, вне каких-либо сомнений, очень и очень удобно.

С целью повышения полярности данной платформы, в 2017 году сроком на пять лет российские власти объявили о введении скидки в размере 30% на оплату государственных пошлин, но данная скидка перестала предоставляться с наступлением 2023 года, как изначально и планировалось.

Между тем, в 2022 году Россия столкнулась с невероятно сильным давлением Запада, страны которого не только вводят санкции разного рода, но и регулярно устраивают хакерские атаки на российские компании и сервисы, о чем неоднократно заявляли российские власти.

Более сотни крупных утечек личных данных россиян произошло за 365 дней прошлого года, в связи с чем личная информация о каждом третьем гражданине РФ попала в свободный доступ, а доступ к этой информации получил неограниченно широкий круг людей.

Однако, на радость всех россиян, портал «Госуслуги» ни разу не взломали.

Тем не менее, чтобы дополнительно усилить защиту всех учетных записей, в Минфине РФ посчитали необходимым ввести новое обязательное правило для всех жителей России.

С начала марта пользователям портала государственных услуг периодически начало отображаться уведомление с предложением усилить степень защищенности аккаунта, включив дополнительную проверку безопасности.

Для ее активации требуется зайти в «Настройки» через мобильное приложение «Госуслуги» или официальный сайт портала, после чего проследовать в раздел «Безопасность» и активировать там двухфакторную авторизацию.

После этого, при каждом новом входе в учетную запись, потребуется вводить не только логин и пароль от нее, но еще и код из СМС, который будет приходить на номер телефона, привязанного к учетной записи.

Таким образом, даже если третьи лица получат данные для входа в аккаунт, авторизоваться в таком они не смогут.

При этом если россиянин увидит код для входа в свою учетную запись, но сам он не пытается и не пытается в нее войти, это будет означать что логин и пароль от аккаунта узнали какие-то третьи лица, поэтому нужно как можно скорее сменить пароль на новый.

Пока что включение двухфакторной проверки безопасности является добровольным, но уже с 1 июня 2023 года она станет обязательной для всех без исключения.

До этого самого момента «Госуслуги» будут всячески оповещать пользователей о необходимости включить подобный метод защиты.

Все те, кто не успеют сделать это добровольно, окажутся вынуждены пользоваться такой функцией в обязательном порядке, так как уже с началом лета войти в учетную запись без такого рода проверки по коду из СМС не получится.

Нововведение затрагивает всех пользователей без исключения, включая корпоративных.

newsua.ru

Единое пособие. какие доходы учитываются?

Запускаю цикл статей с ответами на вопросы по поводу доходов членов семьи при подаче заявления на получения Единого пособия семьям с детьми (ЕП).

В прошлой статье я рассказала о том, почему жители ДНР ОБЯЗАНЫ предоставлять справки о своих доходах, и как им не нарушать Уголовный Кодекс РФ.

Чьи доходы учитываются при оформлении ЕП?

При оценке нуждаемости учитывается следующий доход:

Заявителя – родителя, опекуна или попечителя ребенка до 17 лет.

Супруга(ги) заявителя, находящегося в ОФИЦИАЛЬНОМ браке с заявителем. Даже если супруг – не является родителем ребенка.

Детей до 18 лет, в том числе под опекой.

Детей до 23 лет при очном обучении в ВУЗе или учреж-

дениях СПО, не состоящих в браке.

При оценке нуждаемости НЕ учитываются доход членов семьи:

Родителя, лишенного родительских прав на ребенка.

Родителя ребенка, который в официальном разводе с заявителем. При этом учитываются алименты, которые он платит на ребенка (если платит).

Детей заявителя, состоящих в браке. Даже если они младше 23 лет и учатся очно в ВУЗе или СПО.

Находящихся на полном гособеспечении, кроме детей под опекой. Доходы детей под опекой – учитываются.

Отбывающих наказание в виде лишения свободы.

Находящихся под стражей, в розыске или на принудительном лечении.

Признанных судом безвестно отсутствующими.

Военнослужащих, призванных по мобилизации или обучающихся в военных училищах без заключения контракта.

Не учитывается военное довольствие военнослужащих, а также выплаты по ранению и в случае гибели военнослужащего.

За какой период учитываются доходы?

В расчет входят доходы членов семьи за 12 месяцев, предшествующие 1 месяцу до месяца обращения за пособием.

Например, если вы подаёте заявление в марте 2023 г., расчётным периодом считается промежуток с февраля 2022 г. по январь 2023 г.

Доходы учитываются «чистыми» или «грязными»? Почему?

При назначении ЕП доход считают до вычета налогов, т.е. «грязными». Это правило прописано в пункте 54 Постановления Правительства РФ от 16.12.2022 №2330, которое устанавливает условия для назначения пособия.

newsua.ru

Ростовская область готова к приему поездов из ДНР и ЛНР

Правительство Ростовской области оценивает стоимость восстановления железнодорожного сообщения с вошедшими в состав России территориями, которое было закрыто 16 лет назад, в 6 млрд рублей.

Об этом сообщили в пресс-службе правительства региона.

«В случае необходимости наращивания объемов перевозок железнодорожным транспортом на данных направлениях (новые территории) правительство Ростовской области будет предлагать ОАО «РЖД» рассмотреть возможность восстановления участка железной дороги Миллерово - Разъезд 122 км (протяженность 75 км, территория Ростовской области), перевозки на котором осуществлялись

до 2007 года. По оценкам специалистов, стоимость восстановления указанного участка составит порядка 6 млрд рублей», - говорится в сообщении.

По данным властей, железнодорожная инфраструктура Ростовской области уже готова к приему поездов из Донецкой и Луганской народных республик, Запорожской и Херсонской областей.

Восстановление сообщения станет возможным после завершения специальной военной операции и ремонта необходимой инфраструктуры на новых территориях.

Кроме того, потребуется разработка технико-экономического обоснования, которое определит целесообразность восстановления путей, добавили в пресс-службе.

РИА Новости

В ДНР появятся выездные медицинские бригады и многофункциональные госпитали

Выездные медицинские бригады и полевые многофункциональные госпитали будут создаваться для работы в новых субъектах РФ.

Соответствующее распоряжение подписал председатель Правительства РФ Михаил Мишустин.

«На обеспечение работы выездных бригад и полевых многофункциональных госпиталей, которые будут оказывать медицинскую помощь в новых субъектах страны, будет направлено чуть более 1 млрд рублей. Субсидию получат медицинские организации, находящиеся в ведении Минздрава России и регионов. Из специалистов, работающих в этих структурах, планируется сформировать выездные бригады и полевые многофункциональные госпи-

таты, которые будут оказывать нуждающимся медицинскую помощь, в том числе специализированную», — говорит в пояснительной справке к документу, опубликованной на сайте Правительства.

Отмечается, что федеральные и региональные врачи помогут коллегам на местах с организационно-методическими вопросами.

Выездные бригады и мобильные госпитали создаются с целью более оперативного оказания помощи.

Такая практика, как следует из сообщения, доказала свою эффективность во времена пандемии коронавируса.

Ранее сообщалось, что укомплектованность медицинского персонала в ДНР составляет 50%.

ДАН

Понедельник, 13 марта

Первый канал

05.00 "Доброе утро"
 09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00
 Новости
 09.20 "АнтиФейк"
 09.55 "Жить здорово!"
 10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.20 Информационный канал
 16.00 "Мужское / Женское"
 21.00 "Время"
 21.45 Т/с "Раневская"
 22.40 "Большая игра"
 23.40 Подкасты. Лаб

Россия 1

05.00, 09.30 "Утро России"
 09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
 09.55 "О самом главном"
 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
 11.30, 17.30 "60 минут"
 14.55 "Кто против?"
 16.30 "Малахов"
 21.20 Т/с "Акушерка. Новые серии"
 23.25 "Вечер с В. Соловьевым"
 02.05 Т/с "Дутый праву"
 03.55 Т/с "Личное дело"

Россия 24

05.00, 06.30, 07.16, 08.00, 08.57, 09.45, 12.38, 14.00, 15.00, 18.00, 23.00, 00.00
 Новости
 06.23, 07.51, 01.23 День в истории
 05.36, 12.05, 14.37 Интервью
 06.34, 07.32, 08.50, 09.35, 12.26, 16.21, 22.23 Погода 24
 11.10 Москва. Кремль. Путин
 13.38 В центре Азии
 15.44, 23.42, 01.43 Стол Фейк
 16.00 16.33, 19.00 Факты
 18.35, 21.32 Вести. Дежурная часть
 20.02, 22.00, 22.35 Вести
 02.09 "Вечер" с Соловьевым

Россия К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
 06.35 "Пешком..."
 07.05 Невский ковчег. Теория невозможного
 07.35, 01.15 Д/ф "Возрождение дирижабля"
 08.20 "Жизнь и судьба"
 08.40, 16.35 Т/ф "Дни и годы Николая Батыгина"
 10.15 "Наблюдатель"
 11.10, 00.15 Д/ф "А что у вас?". Сергей Михалков
 12.15 Д/ф "Эрнест Б. Император русской парфюмерии"
 13.10 Линия жизни
 14.05, 16.25 Цвет времени
 14.10 Д/ф "Первое, второе и компот" Истории и рецепты советского общепита"
 15.05 Новости. Подробно. Арт
 15.20 "Агора"
 17.55, 01.55 К 65-летию Международного конкурса имени П. И. Чайковского
 19.00 К 90-летию Бориса Мессерера
 19.45 Главная роль
 20.05 "Правила жизни"
 20.30 "Стокойной ночи, малыши!"
 20.45 Д/ф "Хранители жизни. Мечников"
 21.30 "Сати. Нескучная классика..."
 22.15 "Восход Османской империи". "Новый Султан"
 23.00 "Монолог в 4-х частях. Андрей Хржановский"
 23.50 "Магистр игры"

Звезда

05.00 Т/с "Кадеты"
 07.00 "Сердоги утром"
 09.00, 13.00, 18.00, 20.30 Новости дня
 09.20, 00.55 Т/с "Дума о Ковпаке". "Набат"

02.30 "По волне моей памяти"
 03.25 Д/с "Настоящий ХХ век"
 04.20 "Роли исполняют..."

ТВ Центр

06.00 "Настроение"
 08.15 "Большое кино"
 05.00 X/ф "Соколова подозревает всех"
 10.45, 00.30 "Петровка, 38"
 10.55 "Городское собрание"
 11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События убийства"
 13.40, 14.50 Т/с "Чисто московские убийства"
 13.40, 05.20 "Мой герой"
 14.50 Город новостей
 15.05 Т/с "Свое"
 16.55 "90-е. Королевы красоты"
 18.05 Т/с "Другая"
 22.40 "Спец. репортаж"
 23.10 "Знак качества"
 00.00 События. 25-й час
 00.45 "Прощание"
 01.25 "90-е. Жены миллионеров"
 02.05 "Гражданская война. Забытые сражения"
 02.45 "Осторожно, мошенники!"
 04.45 "Нонна Мордюкова. Право на одиночество"
 05.55 Переяры в вещании

RTVi

09.00 Дилетант
 10.00 М/ф
 11.00 Израиль за неделю
 12.00 Нам надо поговорить
 13.00 Декурный по еревану
 14.00, 04.00 Что-то не так
 15.00, 08.30 Американская история
 15.30 Наука vs
 16.00, 05.00 Дежурный по Казахстану
 17.00, 02.00 Чужой среди своих
 19.00 Сделано в Израиле
 20.00 900 секунд
 20.15 "Редакция". Спецвыпуск
 21.00 Новости Израиля
 21.00 Большой ньюзтот
 22.00 Респиратор бабушкина
 23.00 Вы держитесь
 07.30 Прогулки по Израилю
 08.00 Разговор с Лабковским

РТР-Планета (СНГ)

05.00 "Утро России"
 09.55 "О самом главном"
 11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
 11.30, 17.30 "60 минут"
 14.30, 21.05 Вести. Местное время
 14.55 "Кто против?"
 16.30 "Малахов"
 21.20 Т/с "Акушерка. Новые серии"
 23.25 "Вечер с В. Соловьевым"
 02.05 Вести-Санкт-Петербург
 02.20 Т/с "Дутый праву"
 04.00 Т/с "Личное дело"

СТС

06.00, 05.50 "Ералаш"
 07.00 М/с "Лунтик"
 08.00 "Шоу Уральских пельменей"
 09.25 Т/с "Ивановы-Ивановы"
 19.00 Т/с "Моя мама-шишон"
 19.45 "Суперниндзя"
 22.50 "Большой побег"
 01.20 Т/с "Молодежка"
 04.20 "6 кадров"
 05.00 М/ф

Ю

05.25 М/ф "Маша и медведь"
 09.20, 20.00 Т/с "Клон"
 12.05, 03.20 "Моя свекровь-монстр"
 16.10 "Беременна в 16"
 17.40 "Будни роддома"
 22.00 "Дом 2. Новая жизнь"
 00.05 "Я стесняюсь своего тела"
 01.30 "Измены"

ТНТ

07.00, 06.20 "Однажды в России. Спецдайджест"
 15.00 Военные Новости
 18.20 "Спец. репортаж"
 18.55 Д/с "Подпольщики". "Они были первыми"
 19.40 Д/с "Загадки века"
 22.55 "Междус" тем"
 23.20 X/ф "Воскресный папа"
 02.30 Д/ф "Алексей Косыгин. Ошибки реформатора"

НТВ

04.55 Т/с "Москва. 3 вокзала"
 06.30 "Тро. Самое лучшее"
 08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 "Сегодня"
 08.25, 10.35 Т/с "Морск. дьяв. Особое задание"
 13.25 "През. происшест."
 14.00 "Место встречи"
 16.45 "За гранью"
 17.50 "ДНК"
 20.00 Т/с "Аутсайдер"
 22.00, 00.00 Т/с "Невский. Тень архитектора"
 00.40 Т/с "Объявлен в розыск"
 04.35 "Их нравы"

НТВ-Мир

07.25 "Утро. Самое лучшее"
 08.45, 09.25, 11.40 Т/с "Морск. дьяв. Особое задание"
 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 01.50 Сегодня
 14.25 "През. происшест."
 15.00 "Место встречи"
 17.55 "За гранью"
 18.55 "ДНК"
 21.00 Т/с "Аутсайдер"
 23.00 Т/с "Невский. Тень архитектора"
 01.05 "Основано на реальных событиях"
 02.00 Т/с "Объявлен в розыск"
 05.55 Т/с "Ул. разб. фон. 15"
 06.50 "Кто в доме хозяин?"

Рен ТВ

05.00, 18.00, 02.15 "Самые шокирующие гипотезы"
 06.00 "С бодрым утром!"
 08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 "Новости"
 09.00 "Военная тайна"
 11.00 "Как устроен мир"
 12.00, 16.00, 19.00 "112"
 13.00 "Загадки человечества"
 14.00 "Невероятно интересные истории"
 15.00 "Засекреченные списки"
 17.00, 03.05 "Тайны Чапман"
 20.00 X/ф "Земля будущего"
 22.25 "Водите по-русски"
 23.30 "Документ. спецпроект"
 00.30 X/ф "Крокодил Данди"

Время

05.00 "На ночь глядя"
 05.40 "Наедине со всеми"
 06.30 "Жить как в кино"
 07.00 Т/с "Ментовские войны"
 11.40 Т/с "Ул. разб. фон."
 19.30 Т/с "Убойная сила"
 00.35 Д/ф "Ирина Алферова. Самая-самая"
 01.30 "Порядок вещей"

ОТР

06.00 М/ф "Фильм, фильм, фильм"
 06.20 X/ф "Шинель"
 07.30, 11.00 "Календарь"
 08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 13.00, 14.00, 15.00, 19.00 Новости
 08.05 ОТРажение-1
 08.35, 09.05, 09.35 ОТРажение-1. пр.
 10.10, 18.00 Т/с "Однолюбы"
 11.25 "Новости Совета Федерации"
 11.40 М/ф "Путешествие муравья"
 11.50 X/ф "Лужая жена и муж под кроватю"
 13.10 ОТРажение-2
 15.10, 23.15 X/ф "Крик совы"
 16.00, 00.10 Д/ф "Сквозь мглу..."
 17.00 "Ректором Тарковым"
 17.25 X/ф "Диликан"
 17.30, 02.15 X/ф "Осенние сны"
 19.00, 03.35 X/ф "Давай поженимся"
 20.25 Т/с "Гасседовия комиссара Мегро. Признания Мегро".
 20.50 "Концерт Бетховена". Детский. СССР, 1936

те-нет"

11.15, 23.15 X/ф "Его отпуск"
 12.40, 00.40 X/ф "Леди исчезает"
 14.25, 22.00 X/ф "Воля всепленной"
 15.45 X/ф "Диликан"
 17.30, 02.15 X/ф "Осенние сны"
 19.00, 03.35 X/ф "Давай поженимся"
 20.25 Т/с "Гасседовия комиссара Мегро. Признания Мегро".
 20.50 "Концерт Бетховена". Детский. СССР, 1936

Сарафан ТВ

06.20, 22.40 "Попкорн ТВ"
 06.45 "Смейтесь разрешается: 259"
 08.55, 00.55 "Городок"
 09.55, 01.45 "6 кадров"
 10.20 "Петроян-шоу"
 12.20 "Даешь молодежь". 8 Сез.
 12.50 "Омариана 2019": 7-й Вып.
 15.20 "Сама режиссер"
 16.15 "Смех с доставкой на дом"
 17.20 "Половинки"
 17.50 "Имор! Юмор!! Юмор!!!: 12-й"
 19.55 "Одна за всех"
 20.25 "Смехонарама"
 20.55 "100янов: 8-й Вып."
 22.05 "33 веселых бука: 9-й Вып."
 23.00 "Смейтесь разрешается: 260"
 02.10 Д/ф "Измайловский парк"
 04.40 "Большая страна"
 05.00 Д/ф "Книжные аллеи. Адреса и строки"
 05.55 Переяры в вещании

Мир

05.00 Т/с "Кумир"
 07.05 Т/с "Бабий бунт, или война в Новоселково"

10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости

10.10 "Белорусский стандарт"

10.20, 20.50 "Игра в кино"

13.15, 16.15, 01.15 "Дела судебные"

16.45 "Мировое соглашение"

19.05 "Назад в будущее"

20.00 "Слабое звено"

ТВ3

06.00, 09.15 "Утренние гадания"
 06.15 M/ф
 09.30, 17.20, 19.30 Т/с "Слепая"
 23.00 Выд. 20.00 "Самого синего моря"
 04.25 Т/с "Школа выживания от одиночек. Жен с детьми в условиях"

ТВ3

06.00, 09.15 "Утренние гадания"
 06.15 M/ф
 09.30, 17.20, 19.30 Т/с "Слепая"
 23.00 Выд. 20.00 "Самого синего моря"
 04.25 Т/с "Школа выживания от одиночек. Жен с детьми в условиях"

Спас

06.00, 09.15 "Утренние гадания"
 06.15 M/ф
 09.30, 17.20, 19.30 Т/с "Слепая"
 23.00 Выд. 20.00 "Самого синего моря"
 04.25 Т/с "Школа выживания от одиночек. Жен с детьми в условиях"

Спас

06.00, 09.15 "Утренние гадания"
 06.15 M/ф
 09.30, 17.20, 19.30 Т/с "Слепая"
 23.00 Выд. 20.00 "Самого синего моря"
 04.25 Т/с "Школа выживания от одиночек. Жен с детьми в условиях"

Спас

Суперлига. Муж. "Белого-рье" "Кузбасс"
08.40 Триатлон. Суперлига из Монреаля
10.40 Шорт-трек. ЧМ
13.00, 14.00 Дуоджест. гимнаст. Гран-при
13.30, 15.30 "Что по спорту? Челябинск"
18.00 "Спорт. детектив. Мертвава вода для ЦСКА"
18.55 Гандбол. Чемп. России. ОЛИМПБЕТ Суперлига. Жен. "Ростов-Дон" "Динамо-Сиара"
20.30 С/е. OPEN FC 27. Магомед Юнисайя vs Азамата Муслимова. Аскаров vs Готовцева
22.30 Бокс. Джед Монсон vs Артура Варданяна. Басир Абакаров vs Виталия Кудухова
00.30 Футбол. Суперлига. Жен. Тур 1. "Динамо"-ЦСКА
02.25 Д/р "Стадион"
03.10 Прыжки с трамплина.

Футбол-1

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 19.55, 02.05, 04.00 Новости футбола
06.05, 16.05 Чемп. Ит. "Кремонезе"-Фиорентина"
08.05, 18.05 Чемп. Ит. "Рома"-Сасуоло"
10.05, 20.45 Чемп. Ит. "Ювентус"-Сампдория"
12.05 Чемп. Ит. "Верона"-Монца"
14.05 Чемп. Ит. "Лечче"-Торино"
20.00 Чемп. Ит. Обзор трупа
22.40 Чемп. Ит. "Милан"-Салернити"
00.40 Журнал Лиги Европы и Лиги конференций
01.35 Журнал ЛЧ
12.10 Чемп. Ит. "Милан"-Салернитана"
04.05 Чемп. Ит. "Болонья"-Лацио"

Футбол-2

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 02.00, 04.00 Новости

т"-Вильярреал". 1-й матч
08.00 Лига конференций. "Базель"-Слован". 1-й матч
10.00 Лига конференций. АЕК-ВестХэм". 1-й матч
12.00 Лига конференций. "Гент"-Истанбул". 1-й матч
14.00 ЛЧ. "Бенфика"-Брюгге"
16.00 ЛЧ. "Челси"-Боруссия"
18.00 Лига конференций. "Фиорентина"-Сасуоло". 1-й матч
20.00 Лига конференций. "Лацио"-АЭЗ. 1-й матч
22.00 ЛЧ. "Бавария"-ПСЖ
00.00 ЛЧ. "Тоттенхэм"-Милан"
02.00 Лига Европы. "Манчестер Юнайтед"-Бетис". 1-й матч
04.00 Лига Европы. "Байер"-Ференцваршо". 1-й матч
07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.05, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 06.02 Темы дня
07.15, 08.15, 09.11, 10.15, 15.30, 17.30, 22.30 "Тема"

Футбол-3

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 02.00, 04.00 Новости

футбола

06.05, 14.05 Чемп. Герм. "Вольфсбург"-Унион"
08.05, 16.05 2-я Бундеслига. "Карлсруэ"-Тамбург"
10.05, 18.05 Чемп. Герм. "Фрайбург"-Хофенхайм"
12.05, 21.00 Чемп. Герм. "Вердер"-Байер"

18.00, 01.00 Чемп. Герм. Обзор трупа
23.00 Чемп. Герм. "Лейпциг"-Боруссия"
02.05 Чемп. Герм. "Кельн"-Бохум"
04.05 2-я Бундеслига. "Кайзерслаутерн"-Зандхаузен"

06.30 За Донбасс
07.30, 09.30, 11.30, 12.21, 15.40, 16.30, 17.40, 21.30, 00.30, 01.21, 02.40, 03.21, 04.21, 05.30 Д/р
13.30 Народный контроль
14.30, 19.30, 00.45 Новости междунар. 18.45, 22.30, 02.30, 06.40 Точка зрения
15.00, 19.30, 22.00, 00.00, 04.00
16.00, 23.30 Спорт -тайм

00.30 Т/с "Ваша честь"
01.30 Т/с "Синдром Дракона"
05.00 Т/с "Убить Сталина"

6ТВ

07.00, 10.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00, 21.00, 23.00, 02.00, 05.00 Новости
07.20, 10.45, 13.25, 15.30, 17.30, 19.30, 23.30, 02.35, 05.35 Д/р
10.30 "Культурный диалог"
20.25 "Сказки под подушкой"
21.25 Х/ф "Суп из капусты"

07.00 Главное за неделю
07.00, 09.30, 10.30, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.15, 17.00, 18.00, 20.00, 21.15, 22.00, 23.40, 00.30, 02.00, 04.00, 05.30
Дайджест
07.40, 10.00, 16.00, 21.00, 03.05, 34.55
Шеневмерла
08.00 Утро. Прямой эфир
11.00, 23.00, 03.00, 04.30 Д/р

Вторник, 14 марта

Первый канал

05.00 "Доброе утро"
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00
Новости
09.20 "АнтиФейк"
09.55 "Жить здорово!"
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.20 Информационный канал
16.00 "Мужское / Женское"
21.00 "Время"
21.45 Т/с "Раневская"
22.45 "Большая игра"
23.45 Подкаст. Лаб

Россия 1

05.00, 09.30 "Утро России"
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 "О самом главном"
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 "60 минут"
14.55 "Кто против?"
16.30 "Малахов"
21.20 Т/с "Акушерка. Новые серии"
23.25 "Вечер с Соловьевым"
02.05 Т/с "Дуэт по праву"
03.55 Т/с "Личное дело"

Россия 24

05.03, 07.51, 01.37 День в истории
05.08, 13.40 Интервью
05.34, 18.35, 21.32 Вести. Дежурная часть
06.30, 07.18, 08.00, 08.57, 09.45, 12.00, 16.21, 22.23 Погода 24
07.45, 12.53, 15.40, 00.50, 01.51 Инструкция
08.32, 12.41 Вести. Net
11.52, 15.52, 00.36 Спец. репортаж
14.33, 23.31 Защищать, оберегать, действовать
16.00, 16.33, 19.00 Факты
20.02, 22.00, 22.35 Вести
02.09 "Вечер" с Соловьевым

Россия К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
06.35 "Пешком..."
07.05 Легенды мирового кино

07.35, 01.15 Д/ф "Интернет полковника Китова"
08.20 "Кизнь и судьба"
08.45, 16.35 Т/с "Дни и годы Николая Батыгина"

10.15 "Наблюдатель"

11.10, 23.50 Д/ф "Судьба в танцевальных ритмах. Владимир Шубарин"

11.50 Д/ф "3 тайны адвоката Плекако"

12.20 "Восход Османской империи". "Новый Султан"

13.10, 00.35 Больше, чем любовь

14.30, 23.00 "Монолог в 4-х частях. Андрей Храновский"

15.05 Новости. Подробно. Книги

15.20 "Эрмитаж"

15.50 "Сати. Нескучная классика..."

17.55, 01.55 К-65-летию Международного конкурса имени П. И. Чайковского

19.00 К-90-летию Бориса Мессерера

19.45 Главная роль

20.05 "Правила жизни"

20.30 "Спокойной ночи, малыши!"

20.45 Икусственный отбор

22.30 "Белая студия"

22.15 "Восход Османской империи". "Сквозь стены"

Звезда

05.10, 13.20, 15.05, 03.30 Т/с "Крот"

07.00 "Сегодня утром"

09.00, 13.00, 18.00, 20.30 Новости дня

09.20, 01.10 Т/с "Дума о Ковпаке". "Буран"

11.20, 21.15 "Открытый эфир"

15.00 Военные Новости

18.20 "Спец. репортаж"

18.55 Д/с "Подпольщики". "Маршрут спасения"

19.40 "Лука из прошлого"

22.55 "Между тем"

23.20 Х/ф "Впервые замужем"

02.45 Д/с "Зафронтовые разведчики"

НТВ

04.55 Т/с "Москва. 3 вокзала"

06.30 "Утро. Самое лучшее"

08.00, 10.00, 13.00, 16.00, 19.00, 23.35 "Сегодня"

08.25, 10.35 Т/с "Моск. дьяв. Особое задание"

14.00 "Место встречи"

16.45 "За гранью"

17.50 "ДНК"

20.00 Т/с "Аутсайдер"

22.00, 00.00 Т/с "Невский. Тень архитектора"

00.40 Т/с "Объявлен в розыск"

04.35 "Их нравы"

НТВ-Мир

07.25 "Утро. Самое лучшее"

08.45, 09.25, 11.40 Т/с "Моск. дьяв. Особое задание"

14.00 "Место встречи"

15.00 "За гранью"

17.55 "ДНК"

21.00 Т/с "Аутсайдер"

22.55 Т/с "Невский. Тень архитектора"

01.00 "Основано на реальных событиях"

01.55 Т/с "Объявлен в розыск"

05.35 Т/с "У. разб. фон. 15"

06.45 "Их нравы"

Рен ТВ

05.00, 18.00, 02.25 "Самые шокирующие гипотезы"

06.00 "С бодрым утром!"

08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00

Футбол-1

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 19.55, 02.05, 04.00 Новости футбола
06.05, 16.05 Чемп. Ит. "Кремонезе"-Фиорентина"
08.05, 18.05 Чемп. Ит. "Рома"-Сасуоло"
10.05, 20.45 Чемп. Ит. "Ювентус"-Сампдория"
12.05 Чемп. Ит. "Верона"-Монца"
14.05 Чемп. Ит. "Лечче"-Торино"
20.00 Чемп. Ит. Обзор трупа
22.40 Чемп. Ит. "Милан"-Салернити"
00.40 Журнал Лиги Европы и Лиги конференций
01.35 Журнал ЛЧ
12.10 Чемп. Ит. "Милан"-Салернитана"
04.05 Чемп. Ит. "Болонья"-Лацио"

06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 18.00, 20.00, 02.00, 04.00 Новости

т"-Вильярреал". 1-й матч
08.00 Лига конференций. "Базель"-Слован". 1-й матч
10.00 Лига конференций. АЕК-ВестХэм". 1-й матч
12.00

07.00 12.30, 19.00, 00.30 М/ф "Смешарики"	08.10 Х/ф "Каникулы мечты"	08.10, 10.00, 12.20, 14.15, 16.20, 03.55	06.30 "Что по спорту? Вологда"	лаев vs Рикардо Ну涅са	06.05, 02.05 Чемп. Герм. "Фрайбург"-"Хоффенхайм"	22.30 "Международная панорама"
07.30 19.30 М/ф "Юник с планеты Ю"	09.45 Х/ф "Агора"	09.45, 11.45 Х/ф "Инвестиции в любовь"	07.00, 10.00, 12.20, 14.15, 16.20, 03.55	Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	08.05, 15.00 Чемп. Герм. Обзор тур	00.30 Т/с "Ваша честь"
07.40 13.30, 19.40, 01.30 М/ф "Долина муми-троллей"	11.45 Х/ф "Борг.Макинрой"	13.15 Х/ф "Достучаться до небес"	07.05, 16.25, 22.10, 01.00 Все на Матч!	Брэндона Веры	09.00, 20.05 Чемп. Герм. "Лейпциг"-"Боруссия"	01.30 Т/с "Синдром Дракона"
08.25, 15.55, 20.25, 03.55 М/ф "Роботы-поеза"	14.55 Х/ф "Достучаться до небес"	16.35 Х/ф "Достучаться до небес"	10.05, 12.00 Спец. репортаж	01.00 С/е. UFC. Ян vs Двалишивили.	11.00 2-я Бундеслига. "Арминия"-"Дармштадт"	05.00 Т/с "Убить Сталина"
08.55, 16.25, 20.55, 04.25 М/ф "Металионы"	18.00 Х/ф "Вулкан страстей"	19.30 Х/ф "Поклонение"	10.25 С/е. UFC. Ян vs Двалишивили.	Волков vs Романова	12.00 Чемп. Герм. "Бавария"-"Аугсбург"	06.03 Православный ДФ
09.30, 17.00, 21.30, 05.00 М/ф "Конычи"	21.05 Х/ф "Капитан Апалистри"	23.25 Х/ф "Отплетые мошенники"	11.30 "Ты в бане!"	11.30 "Ты в бане!"	13.00 Чемп. Герм. "Шальке"-"Боруссия"	67
10.00, 17.30, 05.30 М/ф "Чуч-Мяч"	23.25 Х/ф "Капитан Апалистри"	23.25 Х/ф "Отплетые мошенники"	12.25 "Есть тема!" Прямой эфир	12.25 "Есть тема!" Прямой эфир	14.05 Чемп. Герм. "Эсперии"-"Динаме"	07.00, 10.00, 13.00, 15.00, 17.00, 19.00,
10.30, 22.30 М/ф "Ильо Федота-стrelца, удачного молодца"	10.00, 18.00, 02.00 Т/с "Амстердам: город грехов"	10.45, 18.45, 02.45 Х/ф "Север"	14.20 Евротур. Обзор	15.20 Бокс. Цюз vs Харрисона	15.20 Чемп. Герм. "Кельн"-"Бохум"	21.00, 23.00, 02.00, 05.00 Новости
11.45, 15.40, 23.45, 03.40 М/ф "Еноты"	12.10, 20.10, 04.10 Х/ф "9 семь семы"	13.45, 21.45, 05.45 Х/ф "Поро"	17.00 Футбол. FONBET Кубок России. "Акрон"-"Локомотив"	17.00 Футбол. FONBET Кубок России. "Акрон"-"Локомотив"	18.05 Чемп. Герм. "Атланта"-"Гамбург"	07.20, 10.45, 13.25, 15.30, 17.30, 19.30,
14.15, 22.15, 02.15 М/ф "Команда Флоры"	16.25, 00.25, 08.25 Х/ф "Портниха"	16.25 Х/ф "Портниха"	19.30 Чемп. Герм. "Спартак" (Москва)-"Урал"	19.30 Чемп. Герм. "Спартак" (Москва)-"Урал"	19.25 Журнал Лиги Европы и Лиги конференций	20.25 "Сказки под подушкой"
14.25, 02.25 М/ф "Крепость: щитом и мечом"	16.25 Х/ф "Портниха"	16.25 Х/ф "Портниха"	20.25 Чемп. Герм. "Спартак" (Москва)-"Урал"	20.25 Чемп. Герм. "Спартак" (Москва)-"Урал"	20.05 Чемп. Герм. "Вольфсбург"-"Унин"	21.25 Х/ф "Горбун"
22.00 М/ф "Бабушкины Сказки"	22.10 М/ф "Granny's Fairytales"	22.10 М/ф "Granny's Fairytales"	21.05 Чемп. Герм. "Капитан Апалистри"	21.05 Чемп. Герм. "Капитан Апалистри"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	21.25
Иллюзия +	24 Техно	24 Техно	21.05 Чемп. Герм. "Капитан Апалистри"	21.05 Чемп. Герм. "Капитан Апалистри"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
01.15 Х/ф "Цветы войны"	06.00 Х/ф "Что скрывает ложь?"	07.30 "Мужская кухня. Монастырь"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
03.35 Х/ф "Криминальная фишка от Генри"	08.20, 13.40 "Уровень. Водоснабжение"	08.20, 13.40 "Уровень. Водоснабжение"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
05.25 Х/ф "Кровью и потом: Анастасии"	09.10 Д/ф "Новые горизонты космоса. Оттуда-сюда"	09.10 Д/ф "Новые горизонты космоса. Оттуда-сюда"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
07.25 Х/ф "Области тымы"	09.55 Х/ф "Возмездие"	11.55 Х/ф "Григо"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.10 Х/ф "Сердца и kostи"	11.55 Х/ф "Григо"	12.45 Х/ф "Задицтник"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
11.00 Х/ф "Тихая гавань"	15.55 Х/ф "Мужество"	15.55 Х/ф "Схвата"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
12.50 Х/ф "Посвященный"	15.55 Х/ф "Мужество"	17.45, 03.35 Х/ф "Новые горизонты космоса. Внутренние миры"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
15.50 Х/ф "Необыкновенная история на Рождество"	17.30 Х/ф "Большая свадьба"	17.45, 03.35 Х/ф "Новые горизонты космоса. Внутренние миры"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
17.30 Х/ф "Большая свадьба"	19.00 Х/ф "А вот и она"	19.00 Х/ф "А вот и она"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
20.30 Х/ф "Вдали от рая"	20.30 Х/ф "Год в порту"	20.30 Х/ф "Год в порту"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
22.15 Х/ф "Бабушкины Сказки"	23.35 Х/ф "Мы умираем молодыми"	23.35 Х/ф "Мы умираем молодыми"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
ЕвроКино	Матч ТВ	Матч ТВ	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
00.10 Х/ф "Полусвет. Школа кутизанов"	06.00, 13.45 "Спорт. век"	06.00, 13.45 "Спорт. век"	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
Среда, 15 марта	Первый канал	Первый канал	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	22.10 С/е. Оле FC. Джошуа Пасио vs Джарреда Бруска. Амир Алиакбари	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
05.00 "Доброе утро"	14.25 "Чрезв. происшеств."	15.00 "Место встречи"	06.00 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.00 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости	15.55 "За гранью"	18.55 "ДНК"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.20 "АнтиФейк"	21.00 Т/с "Аутсайдер"	22.55 Т/с "Невский. Тень архитектора"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.55 "Жить здорово!"	01.10 "Основано на реальных событиях"	02.10 Т/с "Объявлен в розыск"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.20 Информационный канал	02.10 Т/с "Объявлен в розыск"	03.50 Т/с "Ул. разб. фон. 15"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
06.45 "Их нравы"	04.45 "Их нравы"	05.00 М/ф	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
Россия 1	Рен ТВ	Рен ТВ	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	06.30 "Боец" ДОС. Кулаки: Перезагрузка"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
05.00, 09.30 "Утро России"	05.00, 18.00, 02.45 "Самые шокирующие гипотезы"	06.00 "С бортом утром!"	06.00 "С бортом утром!"	06.00 "С бортом утром!"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время	07.00, 15.00 "Засекреченные списки"	07.00, 18.00, 22.00 "Самые шокирующие гипотезы"	07.00, 18.00, 22.00 "Самые шокирующие гипотезы"	07.00, 18.00, 22.00 "Самые шокирующие гипотезы"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
09.55 "Само главное"	11.00 "Как устроен мир"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	07.00, 15.00 "Засекреченные списки"	07.00, 15.00 "Засекреченные списки"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	11.00 "Как устроен мир"	11.00 "Как устроен мир"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
11.30, 17.30 "60 минут"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	12.00, 16.00, 19.00 "Новости"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
14.55 "Кто против?"	13.00, 23.30 "Загадки человечества"	13.00, 23.30 "Загадки человечества"	13.00 "Как устроен мир"	13.00 "Как устроен мир"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
16.30 "Малахов"	14.00 "Невероятно интересные истории"	14.00 "Невероятно интересные истории"	14.00 "Невероятно интересные истории"	14.00 "Невероятно интересные истории"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
21.20 Т/с "Раневская"	17.00 "Тайны Чапман"	17.00 "Тайны Чапман"	17.00 "Тайны Чапман"	17.00 "Тайны Чапман"	04.05 Чемп. Герм. "Вердер"-"Байер"	
22.45 "Большая игра"	18.00 Х/ф "Идеальный побег"	1				

12.35 X/f "Легенда Зорро"
14.40 X/f "Душа"
16.10 X/f "Пираты Карибского моря: на краю света"
20.15 X/f "Забытое чудо"
22.15 X/f "Top: Рагнарек"
23.45 X/f "Top"

Киноконцерт

00.55 X/f "Звездные войны: Эпизод 3-Месть Ситхов"
03.00 X/f "Изгой-один: Звездные войны. Истории"
05.00 X/f "3 билборда на границе Эббинга, Миссури"
06.50 X/f "Ford vs Ferrari"
09.15 X/f "Враг государства"
11.20 X/f "Зеленая книга"
13.20 X/f "Убрать перископ"
14.45 X/f "Звездные войны: Эпизод IV-Новая надежда"
16.45 X/f "Мстители: Эра Альтрана"
19.00 X/f "Мстители: Война Бесконечности"
21.15 X/f "Звездные войны: Эпизод 6-Возвращение Джедая"
23.20 X/f "Скорость"

Киномикс

01.40 X/f "Трансформеры: Месть падших"
04.45 X/f "Трансформеры 3: Темная сторона Луны"
07.30 X/f "Зов волка"
09.45 X/f "Васаби"
11.30 X/f "Очень страшное кино"
13.00 X/f "Воздушный маршал"
14.55 X/f "Знакомство с родителями"
16.55 X/f "Слепая ярость"
18.30 X/f "Очень страшное кино 3"
20.00 X/f "Знакомство с Факерами 2"
21.50 X/f "Поездка в Америку"

Кинокомедия

01.20 X/f "Супергиги"
02.45 X/f "Последний отпуск"
04.40 X/f "Нянки"
06.25 X/f "Коп на драйве"
08.05 X/f "Пуленепробиваемый"
10.00 X/f "Сестричка, действуй!"
11.50 X/f "Сестричка, действуй 2"
13.55 X/f "Грозный папа"
15.40 X/f "Каникулы строгого режима"
17.50 X/f "Служебный муж"
19.30 T/c "Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел"
21.15 X/f "Полицейский с Рублевки. Новогодний беспредел 2"
22.50 X/f "Одной левой"

Кинопремьера

00.15 X/f "После меня"
02.10, 11.05 X/f "Проклятие матери. Прятки на выживание"
03.30 X/f "Святым тут не место"
05.05, 15.45 X/f "Стоп-кран"
06.35 X/f "Бульдозер"
08.10 X/f "Лавстори"
09.40 X/f "В западне"

Четверг, 16 марта

Первый канал

05.00 "Доброе утро"
09.00, 12.00, 15.00, 18.00, 03.00 Новости
09.20 "АнтиФейк"
09.55 "Жить здорово!"
10.45, 12.15, 15.15, 16.50, 18.20 Информационный канал
16.00 "Мужское / Женское"
21.00 "Время"
21.45 T/c "Раневская"
22.45 "Большая игра"
23.45 Подкаст. Лаб

Россия 1

05.00, 09.30 "Утро России"
09.00, 14.30, 21.05 Вести. Местное время
09.55 "О самом главном"
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 "60 минут"
14.55 "Кто против?"
16.30 "Малахов"
21.20 T/c "Акушерка. Новые серии"
23.25 "Вечер с Соловьевым"
02.05 T/c "Дут за праву"
03.55 T/c "Личное дело"

Россия 24

05.00, 06.30, 07.18, 08.00, 08.57, 09.45, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 23.00, 00.00 Новости
05.23, 07.51, 01.23 День в истории
05.34, 18.35, 21.32 Бести. Дежурная часть
06.34, 07.32, 08.50, 09.35, 12.31, 16.21, 22.23 Погода 24
08.32, 12.36 Бести. Нет
11.33, 23.31 Типичная Новороссия
12.48, 14.47, 23.13 Спец. репортаж
13.40, 15.40, 16.40, 01.37 Интервью
16.00, 16.33, 17.00, 19.00 Факты
20.02, 22.00, 23.25 Вести
02.09 "Вечер" с Соловьевым

Россия К

06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.30 Новости культуры
06.35 "Пешком..."
07.05 Легенды мирового кино
07.35 D/f "Наука верующих или Вера научных"
08.20 "Кизнь и судьба"
08.40, 16.35 X/f "Дни и годы Николая Батыгина"
10.15 "Наблюдатель"
11.10, 23.50 D/f "Миф Дмитрия Покровского"
12.05 D/c "Забытое ремесло"
12.20 "Восход Османской империи". "В золотой Рог"
13.10 D/f "Соавтор-жизнь. Борис Попов"
13.35 Дороги старых мастеров
13.50 Абсолютный слух
14.30, 23.00 "Монолог в 4-х частях. Андрей Храновский"
15.05 Новости. Подробно. Театр
15.20 Моя любовь-Россия!
15.45 "2 Верики"
17.55, 01.30 К 65-летию Международного конкурса имени П. И. Чайковского
19.00 К 90-летию Бориса Мессерера
19.45 Главная роль
20.05 Открытия книга
20.30 "Спокойной ночи, малыши!"
20.45 D/f "Собачье сердце". Пиво Шарикова не предлагать!"
21.30 "Энigma. Андреас шагер"
22.15 "Восход Османской империи". "Болгун-находка для шпионов"
00.40 D/f "Тонино Гуэрра. Amarcord. Я помню..."
02.30 D/f "Германия. Замок Розенштайн"

Звезда

05.10 T/c "Крот"
07.00 "Сегодня утром"
09.00, 13.00, 18.00, 20.30 Новости дня
09.20, 00.55 T/c "Дума о Ковпаке"

12.25 X/f "Глубже!"
14.15 X/f "Будь моими глазами"
17.15 X/f "Пламенное сердце"
18.45 X/f "Булки"
20.30 X/f "Вершина страха"
22.20 X/f "Маргарита-королева Севера"

Кинопоказ

01.00 X/f "Страх темноты"
02.25 X/f "Экстрипация"
03.35 X/f "13-й район"
05.00, 11.10, 17.20, 23.25 X/f "Онг Бак"
06.40, 12.50, 19.00 X/f "Онг Бак-2: Непрвходженый"
08.10, 14.25, 20.35 X/f "Онг Бак-3"
09.45, 15.55, 22.05 X/f "Заложница 2"

Киноконцерт

01.00 X/f "Звездные войны: Эпизод 3-Месть Ситхов"

03.00 X/f "Изгой-один: Звездные войны. Истории"

05.00 X/f "3 билборда на границе Эббинга, Миссури"

06.50 X/f "Ford vs Ferrari"

09.15 X/f "Враг государства"

11.20 X/f "Зеленая книга"

13.20 X/f "Убрать перископ"

14.45 X/f "Звездные войны: Эпизод IV-Новая надежда"

16.45 X/f "Мстители: Эра Альтрана"

19.00 X/f "Мстители: Война Бесконечности"

21.15 X/f "Звездные войны: Эпизод 6-Возвращение Джедая"

23.20 X/f "Скорость"

25.20 X/f "Последний отпуск"

27.20 X/f "Мистериозный мир"

29.20 X/f "Следствие виноваты"

31.20 X/f "Следствие виноваты"

33.20 X/f "Следствие виноваты"

35.20 X/f "Следствие виноваты"

37.20 X/f "Следствие виноваты"

39.20 X/f "Следствие виноваты"

41.20 X/f "Следствие виноваты"

43.20 X/f "Следствие виноваты"

45.20 X/f "Следствие виноваты"

47.20 X/f "Следствие виноваты"

49.20 X/f "Следствие виноваты"

51.20 X/f "Следствие виноваты"

53.20 X/f "Следствие виноваты"

55.20 X/f "Следствие виноваты"

57.20 X/f "Следствие виноваты"

59.20 X/f "Следствие виноваты"

61.20 X/f "Следствие виноваты"

63.20 X/f "Следствие виноваты"

65.20 X/f "Следствие виноваты"

67.20 X/f "Следствие виноваты"

69.20 X/f "Следствие виноваты"

71.20 X/f "Следствие виноваты"

73.20 X/f "Следствие виноваты"

75.20 X/f "Следствие виноваты"

77.20 X/f "Следствие виноваты"

79.20 X/f "Следствие виноваты"

81.20 X/f "Следствие виноваты"

83.20 X/f "Следствие виноваты"

85.20 X/f "Следствие виноваты"

87.20 X/f "Следствие виноваты"

89.20 X/f "Следствие виноваты"

91.20 X/f "Следствие виноваты"

93.20 X/f "Следствие виноваты"

95.20 X/f "Следствие виноваты"

97.20 X/f "Следствие виноваты"

99.20 X/f "Следствие виноваты"

101.20 X/f "Следствие виноваты"

103.20 X/f "Следствие виноваты"

105.20 X/f "Следствие виноваты"

107.20 X/f "Следствие виноваты"

109.20 X/f "Следствие виноваты"

111.20 X/f "Следствие виноваты"

113.20 X/f "Следствие виноваты"

115.20 X/f "Следствие виноваты"

117.20 X/f "Следствие виноваты"

119.20 X/f "Следствие виноваты"

121.20 X/f "Следствие виноваты"

123.20 X/f "Следствие виноваты"

125.20 X/f "Следствие виноваты"

127.20 X/f "Следствие виноваты"

129.20 X/f "Следствие виноваты"

131.20 X/f "Следствие виноваты"

133.20 X/f "Следствие виноваты"

135.20 X/f "Следствие виноваты"

137.20 X/f "Следствие виноваты"

139.20 X/f "Следствие виноваты"

141.20 X/f "Следствие виноваты"

143.20 X/f "Следствие виноваты"

145.20 X/f "Следствие виноваты"

147.20 X/f "Следствие виноваты"

149.20 X/f "Следствие виноваты"

151.20 X/f "Следствие виноваты"

153.20 X/f "Следствие виноваты"

155.20 X/f "Следствие виноваты"

157.20 X/f "Следствие виноваты"

159.20 X/f "Следствие

РЕКЛАМНОЕ ИЗДАНИЕ МОЗАИКА¹⁶⁺

Горловская газета объявлений / Четверг, 09.03.2023 / Почта: gorlovkasegodnya@ya.ru / Подписной индекс: 28090 / Тел. +7 949 479-36-79 / Выпуск № 10 (296)

ПАССАЖИРСКИЕ ПЕРЕВОЗКИ Из ДНР и ЛНР в Украину и Европу через Россию и обратно назад

Забираем из всех городов ЛНР и ДНР. Везём в Украину, Европу и обратно по безопасному и наикратчайшему маршруту по России в Латвию, Литву и Польшу.

Поможем добраться в другие страны ЕС: Германию, Францию и др. страны.

Запишитесь на рейс!

+7 949 04-777-30 ☎

ООО "Эврика" ул. Рудакова, 35 оф. 26 предлагает нормативно-методическую литературу для руководителей, экономических, бухгалтерских, кадровых служб всех форм собственности: 1. Налоговый кодекс РФ. 2. Квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и других служащих. 3. Общероссийский классификатор профессий рабочих, должностей, служащих. 4. Делопроизводство, образцы, документы. 5. Организация и технология работы, более 120 документов. 6. 1000 и одна проводка. 7. Охрана труда. Нивелирный справочник. 8. Документооборот в бухгалтерии и наличном учете. 9. Пожарная безопасность.

Тел. 79493604380

РАБОТА

Требуется помощник во двор в городе Горловка. Работать на майском. Земляные работы, дворовые работы. +79495207391

Требуется продавец без вредных привычек в магазин Батон, район Северная проходная, обращаться по номеру 79493796197

В сеть аптек "Доступных цен" требуется фармацевт, провизор. Можно без опыта, студентам, обучим. Дружный коллектив, достойная заработная плата. Подробности по тел.+79493381407

В магазин одеялды, в районе центрального рынка, в дружный коллектив требуется реализатор: девушка от 30 лет. График работы с 8-00 до 16-00, гибкий выходной, зарплата от 25т. Опыт работы приветствуется. Требования:- пунктуальность, коммуникабельность, стрессоустойчивость. +79496323009

В магазин на 88 требуются продавцы. Тел:78493317460

Требуется продавец в магазин мясной отдел/ свинина курица. Тел. +79493310895 Елена

На рынок универсам требуется ПРОДАВЕЦ на продуктовый отдел. Женщина с опытом работы в торговле продуктами питания, общительная, ответственная, с желанием работать, без вредных привычек. Все вопросы по телефону +79493024200

Работа для женщины раннего пенсионного или предпенсионного возраста - работа в офисе, - прием звонков, - комфортные условия труда, - официальное трудоустройство, +79493054005

В кафе "Яблонька" требуется официант, желательно с опытом работы, нет, научим. Звоните в любое время. +79492214103

В компанию пассажирских перевозок требуется. Водитель категории Д для международных перевозок. Обращаться по номеру телефона. +79494713198

Требуется продавец на рыбный отдел рынок универсам +79494853566 Екатерина

Требуется продавец в магазин бытовой химии, график 2/2 с 8.30-18.00, +79494126986

Горловскому колледжу промышленных технологий (бывший машиностроительный колледж) на постоянную работу требуется бухгалтер. Контактный тел. +7949 3169303 (Эдуард Леонидович)

На автocomплекс в ЦГР требуется шиномонтажники и майчики с опытом работы. Обращаться по телефону +79493126302 Евгений

Маг. " Розовый поросёнок", с 16.03 возобнов-

Выполню ремонт газового оборудования котлов и колонок, чистка и промывка котлов. Запчасти в наличии и под заказ. Тел. 79493396240, Сергей

Грузоперевозки по городу, области, в РФ, полные офисные, дачные, квартирные переезды, доставка стройматериалов, вывоз строймусора, перевоз пианино, услуги грузчиков, сборка и разборка мебели. Тел. 79493722122

+ ПОМОЖЕМ ВОССТАНОВИТЬ ДОБРУЮ, СОЗДАТЬ ЛИЧНЫЙ КАБИНУ ЛЮБЫХ БАНКОВ.
+ АКТИВИРУЕМ КАРДЫ, РАБОТАЕМ С ЗАБЛОКИРОВАННЫМИ ПРОСРОЧЕННЫМИ КАРДАМИ
+ МИНИМАЕМ БАНКОТУ В ПОДАЧЕ ДОСТОИНСТВА, ВСЕГО ГОДА И НОМИНАЛА В ПОДАЧЕ ОБЕЗВЕНИ
+7 (959) 00-00-011

ляет работу по ул. Красношапка, 42, в связи с этим приглашает на работу продавцов. Все подробности по телефону 79494367781 Тамара Михайловна

Требуется обвалщик свинины. ЗП сделальная. Тел. +79493217810 Максим Николаевич

Требуется продавец-магазин "Париж" 5 квартал, на ликероводочный отдел. Все вопросы пожалуйста по телефону +79493658650

Требуется продавец-магазин "шато" ЦГР, на ликероводочный отдел. Все вопросы пожалуйста по телефону +79493658650

В магазин косметики и парфюмерии в ЦГР требуется продавец-консультант. Удобный график работы, стабильная заработка платы. Все вопросы в Л/С или по телефону +79493751726

На автомойку Форум, расположенную в ж/м Строитель, требуется мойщик автомобилей. Девушка. Рабочий день с 8-00 до 18-00. Все вопросы по телефону +79493255730

В магазин "Подиум" срочно требуется продавец -консультант! Возраст от 23-45, ответственность, общительность, стрессоустойчивость, пунктуальность, опрятный внешний вид, опыт работы обязателен!!! ЗП от 20.000 руб! Звонки принимаются с 10.00-15.00 +79493228061

В парикмахерскую требуется мастер парикмахер. Тел. +79493610961

На Азк требуются автомойщики и шиномонтажники ЦГР. 0713501335

Требуются работники строительных специальностей. Заработка платы высокая, собеседование при устройстве на работу. Официальное трудоустройство. Контактный номер +79495208098

В бюджетное учреждение, расположенное в Центрально-Городском районе г. Горловка требуется ведущий бухгалтер. Требования: образование высшее экономическое, опыт работы по специальности от 5 лет, в бюджетной сфере, спорт РФ. График: 5-ти дневная рабочая неделя, 8-ми часовой рабочий день. Полный соц. Пакет. +79493007141

Авто Сервис Склар Авто — приглашает на работу — Автослесаря. Телефон: +79494305570

Требуется грузчик и разнорабочий в производственных цехах. Тел+79493217810 Максим Николаевич

Торговому предприятию требуется водители категории С, С1 для развоза продуктов питания по магазинам транспортом предприятия, оплата за выход 2000 рублей (в месяц 4000-44000 рублей). Официальное оформление, полный социальный пакет, отпуск 28 к.д. Территориально г. Горловка. Обращаться по номеру телефона: +7 949 497 13 58 Михаил, +7 949 497 68 76 Сергей

КУПЛЮ

Куплю макулатуру (дорого) - газеты в хорошем состоянии, книги, марки, конверты, почтовые открытки, любые автографы, конверты прошедшие почту ДНР и ЛНР, миниатюрные книги, цветные трамвайно - троллейбусные билеты. Рынок

РАБОТА в ГОРЛОВКЕ

ПРОДАВЕЦ
КАССИР
ОХРАННИК
ПРИЕДИКИ
ПККАР
ПОВАР
ТЕЛЕВИДЕНИЕ

071-504-30-54

МОЛОКО

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ МОЗАИКА

+7 949 479-36-79 ☎

РЕКЛАМА В ИНТЕРНЕТЕ

+7 988 365-56-58 ☎

"Смак", павильон 15. Тел. 79493381650

Куплю значки, монеты, часы, фотоаппараты, объективы, фото-студии оборудование, статуэтки, столовую утварь. Тел. 79493926066

Куплю лопатку можно без ручки, кайло, шахтный обушок, монтировку. Тел. 79495152392

Куплю одежду 48-50р, обувь 42-44р., валенки. Тел. 79495152392

ПРОДАМ

Продам полки для холодильника Атлант - решетчатая, для напитков, выбирочно марки и конверты ДНР, почтовые открытки, кремний для очистки питьевой воды, грампластинки, журналы Бурда, Краса и мода, Модели сезона. В ассортименте свежие газеты и кроссворды, художественная, детская, техническая литература, более 100 подписных изданий. Рынок "Смак", павильон 15. Тел. 79493381650

Продам комплект ножей и вилок 24 предмета в дипломате, производство Германия Hoffmaier. Тел. 79493381650

Продам телефон трубка, для городской сети, "Панасоник" не Китай, 500 руб., редуктор кислородные, амплификаторы на Волгу и УАЗ, стол раскладной и 4 стула и натуральной материалов. Тел. 79493168471

Продам сапоги женские 37р., кожаные, в хорошем состоянии, б/у, недорого. Тел. 79493381650

Продам клавиатуру, колонки, микрофон, коврик с мышкой, наушники с микрофоном. Тел. 79494648712

Продам сварочный аппарат Makita, набор ключей Krafttechnik в чемодане 189 предметов. Тел. 79493057827

Продам джакузи, авто чемодан, батареи 11 секций, 2 обогревателя 12 секций. Тел. 79493369455

Продам буржуйку, плиту 70x40, колосники, дверцы, духовку, ключи разводные рожковые, домкрат 20т., молотки, кувалды, топоры, рубанки, эл.рубанок, зубки, кайло, лопаты, канистры. Тел. 79493926195

Продам машинку швейную, бурки разм. 44-45. Тел. 79493621776

Продам грецкий орех. Тел. 79494742152

Продам машинку швейную. Бурки раз. 44-45. Тел. 79493621776

Продам: Транспортерная лента 10 м, верстак 2-х тумбовый, эл. дрель спец. сверла, краскопульт, ресивер, сундуки старинные, буфет на 7 замков, лаги половые, двери, столы. Тел. 79494472455

Продам: посуда столовая, 32 предмета, новая, пр-во Япония, кровати полуторные, матрасы полуторные, чехол на 4х колесах, пр-во Чехия, набор головок, инструмент разный, ТВ-антенна Польша. Тел. 79494472455

Продам печь-буржуйку, чугунную б/у, пояснично крестцовый бандаж Испания, 105-155см, новый. Тел. 79494116922

Продам переноску удлинитель б/у 50м в хорошем состоянии, кислородный шланг в комплекте, б/у, редуктор, резак. Тел. 79494116922

Продам тепловую пушку мастер XL6 на дизеле в отличном состоянии, мотопомпу МП-800 б/у в комплекте с рукавами. Тел. 79494116922

Продам. Широкий ассортимент газет, журналов, пополнение счетов "Феникс". Киоск "Союзпечатать" №28 р-н Аргентины. Тел. 79493674387

Продам детские коляски, парту дошкольную со столом. Тел. 79493921899

Продам телевизор "Рейнджер" с пультом, диагональ 37 см, цена 2000 руб. Тел. 79493209760

Продам холодильник Норд трехкамерный, в хорошем состоянии, рабочий, ковры шерстяные новые, все дешево. Тел. 79493557385

УСЛУГИ

Срочный ремонт одежды, пошив штор и ламбрекенов на заказ. Доступные цены. Рынок "Смак", место 29 Ажур. Тел. 79493060067, Людмила

Телемастер. Ремонт импортных телевизоров на дому у заказчика. Быстро, качественно, с гарантией. Стаж работы с 2003 года. Без выходных. Тел. 79493236024

ПОДПИШИСЬ!

Оформи подписку на газету «Горловка.Сегодня» по месту проживания у своего почтальона, а также во всех отделениях "Почта Донбасса".

 **Горловка.Сегодня**
Для оформления подписки необходимо обратиться в отделение связи или проконсультируйтесь у своего почтальона.

Подписной индекс: 28027

Выполним все виды ремонтно-строительных работ, штукатурка, шпаклевка, отделочные работы, поклейка обои, укладка полов, электромонтаж, сантехника, кровельные работы, фасадные, сварочные работы, обшивка балконов. Тел. 7949307693, 79493652583

Услуги электрика, замена, монтаж проводки, выключателей, светильников, розеток и др. Тел. 79494472603

Ремонт холодильников. Инвалидам скидки. Тел. 79493043329

Мягкая кровля гарантия от 5 лет и выше, все виды кровельных работ, ремонт козырьков, утепление балконов и лоджий, гаражи, боксы, кирпичная кладка, ремонт квартир под ключ, откосы, арки, гипсокартон, камни, печи, мангаль, барбекю. Тел. 79494372614

Сантехники по замене и монтажу стояков и разводкам пластиковых труб водоснабжения, отопления и канализации, стиральных машин, водонагревателей, унитазов, ванн, смесителей, моеч. г

«Батарейки разряжаются втрое быстрее»: как не выгорать в условиях неопределённости

Книгу «Жизнь без выгорания» написал психолог и кандидат медицинских наук Леонид Кроль. В ней он предложил собственную методику выхода из состояния выгорания на работе и в жизни. С разрешения издательства «Альпина Паблишер» мы публикуем отрывок из шестой главы — он о том, как не потерять себя, когда всё вокруг стремительно меняется.

Время турбулентности, «чёрных лебедей», сильной неопределённости вызывает страх. Кажущаяся неупорядоченность мира меняет фокусировку внимания, снижает концентрацию, заставляет «залипать» на новостях и входящих данных, оказывающих потенциально разрушительное воздействие. Внешняя неопределённость резонирует с неопределенностью внутри нас, которую в мирное время можно иногда не замечать или убаюкивать другими способами.

Как жить и не выгорать в турбулентности, не становясь её рабом, как сохранять чувства, внимание и способность быстро принимать верные решения? В этой главе я поделюсь с вами приёмами управления выгоранием в ситуации постоянного перенапряжения и неупорядоченности. Наша задача — проснуться из суеты и тревоги в спокойствие и собранность. Это нужно и для собственной эффективности, и для помощи другим.

Почему в сильной неопределённости мы выгораем больше

Когда события быстро меняются, кажется, что они управляют тобой, бросают тебя туда-сюда. Только приспособишься, только покажется, что нашёл закономерность и адаптировался, — как ситуация снова сильно меняется. Адаптация в неопределённости похожа на постоянную геолокацию при быстром перемещении, когда прибор непрерывно тратит энергию на поиск точки привязки.

Человек, находящийся в ситуации, которую он идентифицирует как опасную, также тратит значительно больше энергии на то, чтобы вновь и вновь сориентироваться в происходящем... и снова сориентироваться... и опять.

Именно это и обуславливает быстрое выгорание: батарейки разряжаются втрое быстрее, так как расходуются на попытки уловить порядок, закономерность и выработать способ адаптации.

Иногда советуют в ответ на внешнюю непредсказуемость усиливать жёсткость внутреннего распорядка. Такое поведение иллюстрируется, например, моделью наглоухо задраенной ореховой скорлупки, вокруг которой бушует океан. Стихия кидает орех вверх и вниз по волнам, бьёт о камни, но его содержимое остаётся целым и невредимым.

К сожалению, эта модель плохо описывает то, что происходит с нами. Во-первых, ореху всё равно, куда плыть, а нам нет. Во-вторых, в модели с орехом есть чёткая граница между внешней и внутренней средой. Орех сам по себе, океан сам по себе. А в каждой из человеческих систем (семья, бизнес, работа, творческий процесс) самое важное происходит на границе между внутренним и внешним. Наше внутреннее — это часть внешнего. Это, скорее, можно сравнить с деревом в бурю. Если дерево будет слишком жёстким, если оно не будет гнуться под ветром, рано или поздно оно не выдержит напряжения и сломается.

Вот почему не помогает просто усилить порядок внутри в ответ на непредсказуемость вовне: потому что не бывает чистого «внутри» и чистого «вовне». Невозможно оставаться искренне безмятежным, когда финансы тают, люди увольняются, риски растут. Можно попытаться сдерживать чувства искусственно, скимать зубы, нагнетать напряжение, но об этом мы уже говорили. Так с выгоранием не справишься, а, наоборот, его спровоцируешь. Ну а прямые попытки упорядочения «того, что можно упорядочить», не помогают потому, что, как правило, возможны только на самом низком уровне. Разложить бумаги по папочкам — дело, безусловно, полезное, но справиться и выстоять таким образом не удастся.

Правда в том, что неопределённости может быть очень много и в ситуации железного формального порядка. Известна история о том, как даже в самые последние дни существования фашистского рейха любые попытки измени или побега оперативно выявлялись и жестоко карались. При этом и на фронте, и в делах управления давно царил полный развал. Точно так же и в частной жизни человек может соблюдать распорядок и режим, но ощущать сильнейшее смятение и от этого противоречия выгорать ещё сильнее.

Что нужно изменить, чтобы не выгорать в неопределённости

Как я уже сказал выше, состояние человека в неопределённости — это постоянный поиск привязки, геолокации. При этом им владеет постоянная фоновая тревога. На телесном, эмоциональном и когнитивном уровне это приводит к сочетанию замирания и перевозбуждения:

- бег навязчивых мыслей и чувств по кругу;
- невозможность полноценного расслабления, накопление напряжения в мышцах, «заязан в узел», «собран в комок»;
- постоянный режим мобилизации, готовности, «на старте» — без отчётливой разрядки;
- суета, мельтешение, невозможность закончить мысль, чувство, действие.

Этот общий паттерн, затрагивающий тело, эмоции, мысли и поведение, приводит к огромному трате энергии впустую и к быстрому выгоранию.

Тревога делает одновременно перевозбуждённым и внутренне скованным.

Мы нагреваемся и не можем приоткрыть крышку, чтобы спустить пар.

Это разрушительное сочетание, заставляющее выгорать с утроенной скоростью.

Неопределённость длится непредсказуемо долго, поэтому быстро «победить её и перейти к порядку» невозможно. Наша цель — убрать сочетание скованности и перевозбуждения и вернуть себе и своим чувствам гибкость. Только в этом случае мы сможем вновь обрести способность беречь ресурсы, ставить собственные цели, оставаться активными и живыми.

Вместо скованности и перевозбуждения — способность самостоятельно расслабляться и быть активными.

Если мы хотим избежать выгорания, нужно, чтобы внешний мир ничего нам не навязывал:

- ни поспешных решений, ни оцепенения и вечного откладывания;
- ни конфликтов и разрывов, ни цепляния за ненужные отношения или работу;
- ни ощущения растерянности, ни желания поскорее пристать к любому, неважно какому берегу;
- ни ложного оптимизма («всё наладится!»), ни ожидания апокалипсиса.

Таким образом, у нас есть две «антивыгорательные» задачи:

Перестать тратить энергию на защиту от неопределённости и попытки установить над ней контроль. Перестать бояться внешней бури, освоиться в ней, войти в неё в ритм, пульсировать и мерцать, привыкнуть «жить в невесомости».

Научиться проявлять собственную активность в рамках неопределённости: ставить цели, определять направление движения, двигаться вперёд, обеспечивая безопасность.

Начнём с первой цели. Я приведу последовательность заданий и упражнений, направленных на то, чтобы помочь вам успешно адаптироваться к неопределённости в вашей жизни. Эти упражнения я разработал для своих клиентов, поэтому буду описывать их вместе с проблемой, на которую они «отвечают». Этот контекст позволит вам понять, насколько актуально для вас данное упражнение по адаптации к неопределённости.

Как освоиться в неопределённости и отвоевать у неё свою энергию

Валентина жалуется на то, что «только встала с утра — час прошёл, и уже устала». Вместе делаем предположения о том, что именно Валя делает в этот час или что с ней происходит. Выясняется, что за этот час Валя как бы формирует собственную «утреннюю газету паники», черпая ужасные новости из глобальной или локальной повестки (случилось то и это, в мире, со мной, у моих знакомых). Валя чувствует, что всё её внутреннее пространство (чувства, мысли) заняты нагромождениями неопределённости, которую она не успела обдумать и прочувствовать, а сверху веяются новые и новые неприятности, так что она не может ничего контролировать. Это и создаёт чувство, что «руки опускаются» и «сил нет».

О думскроллинге (doomscrolling — непрерывный поиск плохих новостей в интернете) я хотел бы сказать несколько слов отдельно. Эта привычка может стать способом прокрастинации, который не просто мешает работать, но и помогает выгорать. Многие читают новости почти непрерывно, пребывают в тревожном ожидании (не так уж важно чего). Попытки себя дисциплинировать обычно не помогают: человек какое-то время воздерживается от думскроллинга, но затем вновь погружается в него. Это типичное поведение при любой зависимости.

Думскроллинг перешибает все интересы и увлечённости, более того — рутину повседневности.

Переформатирует внимание (делает его коротким, снижает концентрацию). Думскроллинг убаюкивает. Как ни странно и как ни кощунственно, информация об агрессии, насилии и подобных вещах гипнотизирует, погружает в оцепенение и бессилие, вводит в тревожный транс. Маленькие порции дофамина от тревожных новостей буквально меняют нейрохимический баланс — и надолго. Как ни странно, мозг привыкает получать извращённое удовольствие от тревоги, страха, бессилия, вообще страдания. Он перенастраивается именно на эти источники эмоционального питания, и другие, более здоровые, его уже не удовлетворяют. Думскроллинг в хаосе так же отличается от здорового желания быть хорошо информированным, как печенье к кофе — от бесконечного поглощения тортов.

Возможно, неопределённость навязывает вам, как и Вале, свою повестку, отнимая у вас силы. Предлагаю вам заменить «газету паники» более конструктивными новостями и перестать отдавать неопределённости свою энергию. Вот что можно для этого сделать.

1. Пронаблюдайте за привычками тревоги. Когда она овладевает вами: утром, перед сном, во время утреннего кофе? Что является входными воротами: новости, телефон, общение с определёнными людьми, работа, выход на улицу, собственные мысли?

2. По своему выбору установите приёмные часы для того, чтобы думать о неопределённости и тревожиться. Это должны быть чётко определённые часы или минуты. В остальное время следуйте дальнейшим пунктам инструкции.

3. Тревога — это зажатость и подавленность, фиксация, скованность. Значит, то, что нам нужно, — это внутренняя активность и подвижность. Это лучше отрицания и игнорирования, а также возбуждения и ажитации. Поэтому, поймав себя на том, что тревога овладевает вами вне приёмных часов, вы говорите себе: внимание, стоп! И достаёте приготовленную шпаргалку. Она состоит из 4–5 простых действий, обязательно физических, с маленькими паузами между ними. Например:

- расправить плечи, как будто крылья (отойти от панциря чепаки);
- глубже вдохнуть пару раз;
- поменять позу;
- сказать про себя «уфф» или ещё что-нибудь малозначительное;
- сконцентрироваться на том, что происходит за окном.

Всё это занимает примерно полторы минуты. Чтобы не запускать умственную жвачку, требующую новых порций информации, нужно перевести внимание на тело. В думскроллинге или внутреннем бормотании нам нужна только голова. А живём мы всем организмом. Сначала таких пауз, «прерывателей» (даже если это бормотание почти скрыто от вашего внутреннего взора), понадобится много. Когда вы учились водить автомобиль, навыки координации тоже пришли не сразу.

4. Вам нужны регулярные паузы, при которых вы нарушаете сложившуюся умственную активность — инерцию, пробиваемую тревогой. Нужен контакт с природой, неформальная болтовня, отключение от экранов. Планируйте эти отключения регулярно. Можно — по 30 секунд 30 раз в день или как вам больше нравится.

Какая сегодня погода? Чего бы вам сейчас хотелось, кроме победы добра над злом? Прямо сейчас, для себя?

Если вы привыкли к таким паузам, ваш мозг «совершит перезагрузку», станет яснее и свежее для принятия решений. Вероятно, после этого станут возможными и другие способы прерывания: три минуты чтения (даже если внимание скачет), воспоминания. Мы мобилизуем возможности наших воли и ума, делаем их более управляемыми.

5. Когда ваш ум перестанет прыгать в тревожную воронку суеты и оцепенения, вы сможете дозировать новости и переживания, этику и сочувствие, стресс и юмор, воображение и соображения. Вы сумеете отделить одно от другого, сможете сопереживать и быть критичными.

6. Что делать с неопределённостью в её приёмные часы? Некоторые пытаются решить проблему радикально: просто перестать читать новости. Это неправильно. Избегая негативного опыта (столкновения с известиями о смерти людей, своим страхом и печалью), человек начинает думать, что он вообще не в состоянии выдерживать тяжёлые эмоции. Кроме того, источником хаосаывают не только новости, но и окружающая жизнь, от которой никуда не скроешься. Мы же не хотим становиться страусами? Лучше оставаться информированным, но при этом контролировать процесс взаимодействия с ужасным.

Для этого я советую вам выпускать собственную «газету чувств». Взаимодействуя с факторами неопределённости (своими мыслями, текущими событиями или новостями из интернета), держите наготове ручку и блокнот. Время от времени коротко записывайте в него фразу о том, что вы увидели или услыхали. Обязательно выражайте личное отношение к происходящему! Страйтесь заметить и почувствовать свой страх, тревогу, волнение, горе, радость. Лучше заплакать, увидев или вспомнив нечто ужасное, или сильно испугаться, подумав о страшных сценариях, чем сидеть в оцепенении, пытаясь справиться со своей тревогой.

В процессе контакта с неопределённостью не забывайте о себе. Шевелитесь, вставайте, отвлекайтесь, дышите. Напейте себе чая.

Храните блокнот и перед следующей порцией новостей перечитывайте предыдущую страницу. Это поможет вам переживать чувства по порядку, не отговаря их и не «кидая следующие на предыдущие», как это делала Валя.

Вы не знаете, что будет завтра. Но точно знаете, что именно вы пережили.

Вы укроете внутреннюю панику — и внешняя неопределённость не в силах отнять у вас жизнь и чувства.

7. Тренируйте переключаемость. Я предлагаю своим клиентам культивировать переключения между разными состояниями: пассивностью и возбуждением, концентрацией и расслабленностью. Это делается всё с той же целью: владеть своим внутренним пейзажем, а не покоряться неопределённости, не цепенеть перед ней.

Тренировка переключаемости помогает восстановить связь между словом, образом, ощущением и переживанием. Когда вы точно знаете, что:минуту назад сидели расслабленно, а теперь встали и потянулись;

- утром потратили пятнадцать минут на горевание и оплакивание несбытий возможностей, а в полдень планируете конкретные шаги-ступени по выходу из ситуации;

- провели за просмотром новостей семь минут и больше времени на это тратить не собираетесь;

- даёте себе возможность активно отчаяваться до кофе, во время кофе переключаетесь с отчаяния на наблюдение за белками в парке, а после кофе — на рассылку резюме потенциальным работодателям, вы на верном пути.

Вы не укроете опасность, это невозможно. Но вы можете посадить свою тревогу «на длинный поводок». Тревога претендует на то, чтобы всецело захватывать ваше сознание, разрушая все границы: работая, а сам мысленно переживаю о том, что работы скоро не будет, радуюсь с оглядкой, отчиваюсь украдкой, но не даю себе возможности оплакивать потери (ведь надо работать, выбираться и «не расплеваться»). Всё в кучу и никогда ничего не до конца, всё время нечто неоформленное, сбивчивое и спешащее — вот что такое тревога в ситуации неопределённости.

Упражнения, которые я предлагаю, дают вам управляемость и в итоге помогают оставаться живыми и чувствующими, не впадать в оцепенение, наблюдать за неопределённостью более осознанно, ненадолго оставаться в стороне от неё.

Движение в неопределённости

Теперь перейдём ко второй задаче: активные решения.

Если вам удалось хотя бы немножко продвинуться в сторону гибкости и адаптации, можете считать, что вы уже начали решать и эту задачу. Вы создали верную почву для хороших решений, которые будете принимать вы сами, а не ваша тревога.

Но что делать дальше? Горизонт в тумане. Результаты усилий то ли будут, то ли нет. Куда двигаться, что изобретать, на основе каких критерии делать выбор? Даже если вы руководствуетесь здравым смыслом и полагаетесь на интуицию, в таких условиях действовать очень трудно. А жизнь требует активности, иногда шевелиться приходится быстро. Постоянно делаешь ошибки, винишь себя, теряешь внутреннее равновесие.

Проблема в том, что внешние критерии принятия решения не работают. Мы не можем ничего предсказать. Многие на этом и останавливаются и поступают так, как подсказывают им их привычные чувства. Например:

- цепенеют в безнадёжности, прячась за рациональными мотивами: «Всё равно ничего не известно, подождём». Хотя они вовсе не ждут, а просто замерли в растерянности, возможно, упуская время;
- мечутся и суетятся, объясняя это так: «Надо же что-то делать!»;
- принимают важные решения наобум: «Завтра будет поздно!»

Мы можем объяснять свои действия сколь угодно рационально, однако на самом деле выбор стратегии в хаосе в большей степе-

пени определяется нашим характером и настроением. Спокойные всегда считают, что время есть, беспокойные — что надо спешить. Когда нам грустно и тревожно, мы видим переди только пропасть, когда мы полны энергии и боевого задора — уверены, что стоит бороться и побеждать. И та и другая точка зрения может оказаться ошибочной или верной, и нет способа узнать будущее до того, как оно наступит. В этом суть неопределенности: события невозможно предсказать.

Срочно купили валюту, а назавтра она подскочила ещё вдвое. Срочно купили валюту, а через четыре месяца оказалось, что купили по максимальной цене.

Срочно собирали вещи, всё остальное бросили и рванули через границу. На следующий день никто уже не мог выехать из города. Срочно собирали вещи, всё остальное бросили и рванули через границу. Спустя время оказалось, что можно было собраться с гораздо большим комфортом или вообще не уезжать.

Знакомо?

Избежать неверных шагов не получится. Но можно в процессе принятия решений делать поправку на собственный характер, состояния, чувства, которые вам известны.

1. Вопросы об адаптации. Я не чувствую себя парализованным или скованным и одновременно мечущимся? Я могу расслабиться и выкинуть из головы «повестку паники»? Насколько сильна тревога? В моей голове только катастрофические сценарии или я допускаю возможность иных?

Ответы на эти вопросы показывают, кто сейчас принимает решение: вы или ваша тревога. Если пока тревога, попробуйте всё-таки хотя бы немного поладить с ней (как именно — я рассказывал выше). Решения, продиктованные внутренним хаосом, могут оказаться и верными, но высока вероятность серьёзных ошибок, о которых вы потом будете жалеть. Всё же лучше принимать решения самостоятельно, опираясь на свои ценности, своим умом и чувствами, а не плясать под дудку ситуативно высокой тревоги.

2. Вопросы о личных привычках при принятии решений. Как я обычно принимаю решения? То, как я ощущаю себя сейчас, похоже на какой-либо момент в моём прошлом? Когда я действовал похожим образом в прошлый раз, я потом жалел о своём выборе или хвалил себя за проявленное хладнокровие (быстро, проницательность, хитрость, благородство...)?

Ответы на эти вопросы показывают, насколько ваше решение сейчас похоже на те, которые вы принимаете обычно. Иными словами, насколько ваше решение — привычная ошибка, а насколько — интуиция.

Вероятно, у вас есть много примеров того, как вы принимали молниеносное решение и потом чаще всего оказывалось, что оно было верным или хотя бы неплохим. Значит, и в этот раз, если у вас на уме уже есть быстрый план действий, вы можете доверять своей интуиции.

Или наоборот: вы вспоминаете случаи, когда, поспешив, делали серьёзные ошибки, зато у вас есть примеры, когда вы хладнокровно выждали и совершили правильные действия в нужный момент. Это значит, что на этот раз вам лучше удержаться от поспешных решений: возможно, их вам диктует не интуиция, а тревога.

3. Вопросы о ценностях и приоритетах. Что для вас важнее всего в данной ситуации? Какие у вас есть приоритеты, ориентиры? Чего вы больше всего боитесь? На что хотели бы надеяться? Что обязательно должны сохранить, защитить? Чем готовы пожертвовать?

Ответы на эти вопросы дают вам единственные прочные и надёжные критерии принятия решения в хаосе. Это как вера у христиан, образ мощной крепости, которая устоит перед любым врагом. Однако человеческая натура такова, что ценности начинают работать внутри нас только после того, как нам удалось адаптироваться в хаосе. Никогда не бывает наоборот. Невозможно актуализировать ценности, когда внутри бушует тревога и/или когда вас сковало по рукам и ногам. Сначала гибкость, затем поиск привычных ошибок, затем ценности.

4. Вопросы о внешних обстоятельствах принятия решений. Сколько времени у вас есть? Каковы ваши ресурсы? Какие ошибки вы можете себе позволить, а какие нет? Как вы будете планировать ваши действия? Кто может вам помочь? Есть ли какие-то конкретные угрозы, вырисовывающиеся в ближайшем горизонте?

Только теперь, когда вы изучили все внутренние критерии принятия решений, вы можете начинать рассматривать внешние обстоятельства и наблюдать за тем «уголком» мира, который касается лично вас. Рациональная часть принятия решения так же нужна, как интуитивная, особенно если у вас есть время; ведь даже в самой большой неопределенности всегда можно найти информацию для анализа, которая поможет увидеть больше. Но анализировать нужно только конкретику, а не обобщения, что подсказывает тревога.

Задав себе все четыре вида вопросов, вы получаете некото-

рые основания для принятия решений в хаосе. Конечно, вас всё равно может постичь неудача, ведь риск не достичь своих целей в ситуации турбулентности очень высок. Но, по крайней мере, теперь вы знаете больше о том, что определить всё-таки можно, и увеличили вероятность успеха.

Экспресс-методы адаптации к неопределенности

Иногда нам нужно принимать решения действительно быстро. Неизбежно крупные: мелкие, бывает, принимать не проще, а от них тоже кое-что зависит. Выше мы уже отмечали, что попытки упорядочения жизни в неопределенности редко помогают по-настоящему. Гораздо больше могут дать практики «порядка и хаоса», которые я рекомендую своим клиентам. Эти практики оперативно снижают тревогу в краткосрочной перспективе и также работают на адаптацию в неопределенности.

1. Выделите 5–10 минут трижды в течение дня. Найдите время (после завтрака, перед тем как начать движение, если вы за рулём, за чашкой кофе...). Расслабьте мышцы, закройте глаза, успокойте дыхание. Теперь представьте себе один из следующих зрительных образов:

- прозрачный стакан с чаем, в котором поболтали ложкой (чайники взлетают вихрем со дна и начинают медленно оседать);
- стая чаек над морем;
- снежинки в метель в тёмном небе.

Вы можете использовать и свой образ (хоть броуновское движение частиц, если вы в силах его себе вообразить).

Итак, перед вами пространство, в котором роятся, мельтешат, сталкиваются и кувыркаются маленькие элементы. Теперь перейдите к следующему этапу. Пусть из них сам собой складывается узор. Что это: большая снежинка, колесо, волны, человеческое лицо? Попробуйте мысленно мешать «молекулы» руками и раскладывать, как будто создавая картины из песка. Чередуйте тревожные и успокаивающие образы. Видите? Вы управляете ими сами. Продолжайте создавать их, пока ваше внимание не устанет.

2. Вы можете дополнить это упражнение созданием материальных картин. Для этого используется поднос, на который высывается стакан любой крупы или песка. Неизбежно создавать реалистичные изображения: просто водите по крупинкам пальцами, наблюдайте и ассоциируйте. На что это похоже? Какие образы предлагают вам воображение?

Если вам удастся полностью войти в ритм упражнения, картины будут разнообразными и не связанными. Тревожные и мирные образы будут сменять друг друга в пульсирующем ритме. Этим и отличается ритм внутренней жизни вашего воображения от навязанного порядка, который предлагает вам ваша тревога.

3. Вот вариант упражнения, который можно выполнять с карандашом и бумагой. Быстро, не отрывая карандаш от бумаги, нарисуйте на листе «каляки-маляки» (кривые линии, петли, круги и т. д.). Теперь тем же карандашом или цветными карандашами раскрасьте получившуюся «каляку-маляку». Закрашивайте замкнутые контуры медленно и вдумчиво, а некоторые оставляйте пустыми. У вас получится абстрактная картина. Помимо функции самодельной «антистресс-раскраски», процесс даёт вам контраст быстрого и медленного, хаотичного и аккуратного действия. Рисуемая вами линия возникает быстро, спонтанно и бесконтрольно; закрашивание, наоборот, требует произвольного внимания, точности и состояния «медитации». Кроме того, вы свободно ассоциируете (что напоминает картина, которую вы создали?). Постарайтесь в процессе выполнения упражнений не думать ни о чём целенаправленно. Дайте волю своим мыслям и ассоциациям. Наблюдайте за ними, «распутывая» и незаметно упорядочивая ваш внутренний хаос, собирая мир в единое целое.

4. Ещё один вариант упражнения, задействующий всё тело и потому особенно эффективный, — танцы. Встаньте ровно, несколько раз вдохните и выдохните, концентрируясь на дыхании.

Начните медленно двигаться: поворачивать голову, поднимать руки, вращать кистями. Смотрите на свои движения, осознавайте их, вы можете даже вслуш (как в игре с маленьким ребёнком) или про себя проговаривать их: «растопыриваю пальцы», «а теперь поднимаю руки вверх», «а теперь вращаю тазом». Делайте что вам хочется в любом порядке, но плавно, медленно и осознанно. Продолжайте так около двух минут (или сколько вам захочется).

А теперь начните двигаться быстро, резко, хаотично и неосознанно. Ваша цель — максимально «отпустить себя». Дёргайте и трясяте руками, ногами, подпрыгивайте, внезапно обрачивайтесь, приседайте, если позволяет обстановка — ложитесь и перекатывайтесь. Принимайте нелепые позы. Если у вас есть привычные зажимы в мышцах или ограничения движений из-за травм, болезней — выполните упражнение осторожно, и всё же пострайтесь максимально раскрепоститься. Получается нечто вроде «шаманской пляски»? Хорошо! Вам смешно думать, как это выглядит со стороны? Просто отлично. Продолжайте двигаться около двух минут (или сколько вам захочется).

Завершите упражнение несколькими плавными умиротворяю-

щими движениями. Поднимите и опустите руки. Постойте несколько секунд неподвижно. Снова успокойте дыхание.

Если упражнение было выполнено с полной отдачей, после него вы почувствуете телесную и умственную «перезагрузку». Смысл упражнения в том, что у нас есть последовательность простых, но не до конца запрограммированных физических действий. Эта последовательность — управляемая, но произвольная.

Диалоги в неопределенности

Ощущение неопределенности вокруг вызывает у многих людей желание, как говорят англичане, to explain it away — это выражение можно перевести как «с помощью объяснений убрать с глаз долой». Рационализировать, обобщить, концептуализировать проблему — и вот она уже как будто упорядочена, план решения намечен и так далее. Между тем наше внутреннее чувство, наша интуиция безошибочно говорит нам, что на самом деле мы столкнулись с чем-то неординарным, что наши способы решения здесь не работают (а может быть, не сработают вообще никакие). При этом «старые» причины повышения напряжённости также никуда не исчезли. По-прежнему существуют конфликты интересов, борьба мнений, у многих — желание взять верх, самоутвердиться.

Добавьте сюда нехватку времени, попытки найти виноватых, невозможность во многих случаях открыто выразить гнев — и станет более чем понятно, почему в трудные времена трудно разговаривать с другими и с собой.

Диалог получается непродуктивным, не плодотворным, а «иссушающим». Он не удовлетворяет, хуже того — может испортить сотрудничество и заставить выгорать.

Как не пересориться, если череда проблем длится непредсказуемо долго? Ответ: обратить внимание на важные параметры ваших диалогов.

1. В ситуации шторма ещё важнее, чем «в тихую погоду», обращать внимание на контекст и атмосферу разговора, а не только на суть дела. Иногда очень полезно вообще отложить «самое главное» в сторону и поговорить о процессе коммуникации, сосредоточиться на том, чтобы постоянно проверять качество беседы. Часть общения всегда должна быть направлена на то, как мы общаемся. В хаосе доля этого «как» существенно выше.

2. Обращайте особенное внимание на параметр напряжения как таковой. Скорее всего, вы заметите, что и вам, и собеседнику часто хочется что-то «продавить», «продать» на уровне интонации, фразы. Попробуйте сконцентрироваться на установке: важнее общаться, чем добиваться.

3. Если разговор становится «горячим», вернитесь назад и посмотрите, как именно это произошло — не на сущностном и смысловом, а на процессуальном уровне. Скорее всего, перед «всплеском» диалог превратился в обмен монологами. Велика вероятность того, что разговор был «подогрет» оценками, сравнениями, введением параметра вины.

4. Особенно повышает температуру и давление в «котле» любое абстрагирование и обобщение. Это происходит потому, что каждый участник может иметь свою конкурирующую концепцию, модель того, что происходит. Навязывание этой модели и есть скрытая борьба за власть в разговоре. Страйтесь не обобщать и переходить к деталям. Так вам удастся избежать этой борьбы.

5. Практикуйте случайные разговоры всё равно о чём (но спокойные и недолгие) — это лучше, чем длинные, напряжённые и проблемные беседы. Разговаривайте чаще и менее упорядочено, чем вы привыкли. Касайтесь трудных тем вскользь, держите с ними дистанцию.

6. Не бойтесь, что снижение напряжения и плотности разговора сделает вас «слабаком». Неизбежно давить, чтобы оставаться сильным. Гораздо важнее чувствовать свои границы и правильно рассчитывать время. Силовое решение никогда не даёт стратегического выигрыша, да и тактический часто остаётся под вопросом. В условиях повышенного напряжения труднее видеть конкретику реальности, а значит, проще наделать ошибок. Это наложение верно на всех уровнях принятия решений.

7. Смысль вежливости и такта не только в том, чтобы оказывать друг другу маленькие знаки уважения и внимания, но и в том, чтобы делать разговор менее плотным, «расставлять знаки препинания», впуская воздух между репликами и идеями. Улыбки, паузы, замедления и ускорения, смены тембра голоса — всё это возможно в любом разговоре, независимо от степени его важности или срочности.

Роль диалога в профилактике выгорания невозможно переоценить. Хороший разговор одновременно тонизирует (если энергии не хватает) и снижает внутреннее напряжение. Внутри каждой реплики такого диалога, даже малозначащей, есть интонация «я тебя вижу и понимаю», «я тебе симпатизирую». Чем лучше мы научимся быть вместе и не обрывать маленькие невербальные нити, которые завязываются между людьми в контакте, тем легче нам будет жить и работать в условиях высоких рисков.

Лайфхакер

Бисквит буше



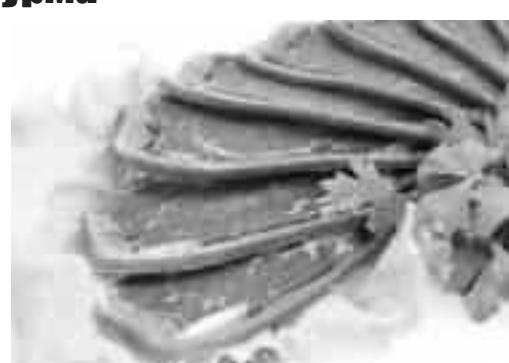
Яйцо - 10 шт.;
Сахар - 200 г;
Мука - 200 г;
Лимонная кислота на кончике ножа.

Отделить желтки от белков. Желтки взбить с сахаром до увеличения объема в 2 раза. Взбить яичные белки до увеличения объема в 5-6 раз и до устойчивой пены (сначала медленно, затем постепенно увеличивая скорость взбивания). Добавить лимонную кислоту для укрепления структуры взбитых белков. Ко взбитым желткам добавить четвертую часть взбитых белков. В тесто добавить муку, слегка перемешать. В тесто добавить муку, снова медленно перемешать. Затем аккуратно добавить остальные взбитые белки и еще раз медленно перемешать движениями

изнутри вверх до однородности. Противень застелить бумагой для выпечки. Выложить в кондитерский мешок с гладкой насадкой-трубочкой, отсадить пирожные на покрытый бумагой для выпечки противень. Поместить в разогретую до 180-190°C духовку и выпечь 10-15 минут.

Пирожные можно промазать кремом, вареной сгущёнкой или шоколадной пастой.

Бастурма



Говядина - 1 кг;
Соль - 2 ст. л.;
Чеснок сушёный - 1 ч. л.;
Кориander (зёрна) - 1 ч. л.;
Лавровый лист - 1 ч. л.;
Перец чёрный горошек - 1 ч. л.

Перец, лавровый лист, кориандр и сушёный чеснок измельчить в кофемолке.

Смешать специи с солью. Мясо помыть, просушить бумажными полотенцами, положить в удобную ёмкость и хорошо намазать смесью специй. Ёмкость, где будет солиться мясо, накрыть фольгой, оставить щель. Сложить мясо 3 дня в холодильнике. Каждые 12 часов (утром и вечером) сливать жидкость из помещения и оставить сушиться. В зависимости от температуры и влажности в помещении процесс сушки может занять от 3 до 5 дней. Готовую вяленую говядину хранить в холодильнике.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ. ГОРЛОВКА

ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
Снег	Снег	Снег	Снег	Снег	Снег	Снег
+1	+4	+5	+11	+13	+10	+12
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
13	14	15	16	17	18	19
+5	+10	+15	+8	+4	+4	+6
-2	-2	-4	-1	-2	-2	-1
20	21	22	23	24	25	26
+6	+11	+12	+10	+14	+11	+13
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
27	28	29	30	31	1 Апр.	2
+8	+6	+8	+8	+8	+9	+9
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
3	4	5	6	7	8	9
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-2	-2	-4	-4	-2	-4	-4
10	11	12	13	14	15	16
+15	+13	+14	+13	+12	+11	+13
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
17	18	19	20	21	22	23
+10	+11	+12	+10	+14	+13	+15
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
24	25	26	27	28	29	30
+5	+13	+13	+13	+13	+13	+13
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
31	1 Апр.	2	3	4	5	6
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
1	2	3	4	5	6	7
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
8	9	10	11	12	13	14
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
15	16	17	18	19	20	21
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
22	23	24	25	26	27	28
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
29	30	31	1 Апр.	2	3	4
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
5	6	7	8	9	10	11
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
12	13	14	15	16	17	18
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
19	20	21	22	23	24	25
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
26	27	28	29	30	1 Апр.	2
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
3	4	5	6	7	8	9
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
10	11	12	13	14	15	16
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
17	18	19	20	21	22	23
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
24	25	26	27	28	29	30
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
31	1 Апр.	2	3	4	5	6
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
8	9	10	11	12	13	14
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
15	16	17	18	19	20	21
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
22	23	24	25	26	27	28
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
29	30	1 Апр.	2	3	4	5
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
5	6	7	8	9	10	11
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
12	13	14	15	16	17	18
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
19	20	21	22	23	24	25
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
26	27	28	29	30	1 Апр.	2
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
3	4	5	6	7	8	9
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
10	11	12	13	14	15	16
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
17	18	19	20	21	22	23
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
24	25	26	27	28	29	30
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
31	1 Апр.	2	3	4	5	6
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
8	9	10	11	12	13	14
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
15	16	17	18	19	20	21
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
22	23	24	25	26	27	28
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
29	30	1 Апр.	2	3	4	5
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
5	6	7	8	9	10	11
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
12	13	14	15	16	17	18
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
19	20	21	22	23	24	25
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
26	27	28	29	30	1 Апр.	2
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
3	4	5	6	7	8	9
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
10	11	12	13	14	15	16
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
17	18	19	20	21	22	23
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
24	25	26	27	28	29	30
+10	+11	+12	+14	+14	+13	+14
-1	-1	-1	-1	-1	-1	-1
31	1 Апр.	2	3	4	5	6
+10	+11	+12	+14	+14		

07.45 X/f "На острие"
09.45 X/f "Высота 89"
11.40 X/f "Цой"
13.25 X/f "Русалка"
15.15 X/f "Любит не любит"
16.50 X/f "Бой с тенью 2: Реванш"
19.10 X/f "На море"
21.00 X/f "Свадьба по обмену"
22.35 X/f "М+К"

Наше любимое кино

06.00 X/f "Фантастика берет реванш"
07.50 X/f "Год золотой рыбки"
09.50 X/f "Матч-пойнт"
11.55 X/f "Ускользающий человек"
13.40 X/f "Красавчик Джонни"
15.15 X/f "Иллюзионист"
17.05 X/f "Колос чудес"
18.55 X/f "Трасса 60"
21.00 X/f "Дом, милья дон"
22.45 X/f "Ночная портвье"
00.20 X/f "Обитель теней"
02.10 X/f "Фокусима"
04.10 X/f "Шесть дней, семь ночей"

Родное кино

00.30 X/f "Не послать ли нам... гонца?"
02.40 X/f "Хочу в тюрьму"
04.25 X/f "Бабник"
05.45 X/f "Приквел пр. Флоризеля"
08.15 X/f "Мордаша"
10.05 X/f "Стрелец неприкасаемый"
11.50 X/f "Барышня-крестьянка"
14.00 T/c "Бандитский Петербург: Бары"17.05 X/f "Ва-Банк"
19.00 X/f "Ва-Банк II, или Ответный удар"
20.40 X/f "Сестры"
22.15 X/f "Горбун"

Мужское кино

01.20 X/f "Неудержимые"
03.05 X/f "Авария"
04.40 X/f "Призрак в доспехах"
06.25 X/f "Время возмездия"
08.40 X/f "Патруль времени"
10.30 X/f "Чужие"
13.05 X/f "Малышка с характером"
14.55 X/f "Дикий"
16.35 X/f "Вышибая долги"
18.25 X/f "Время ведьм"
20.00 X/f "Джанко освобожденный"
22.55 X/f "Чужой 4: Воскрешение"

VIP Megahit

04.15, 00.15 X/f "Отступники"
06.35 X/f "Храброе сердце"
09.20, 02.45 X/f "Бесславные убийцы"
11.45 X/f "Голодные игры"
13.55 X/f "Голодные игры: И вспыхнет пламя"
16.10 X/f "Голодные игры: Сойка-песченица. Часть I"
18.00 X/f "Хроники Нарнии: Лев, колдунья и волшебный шкаф"
20.10 X/f "Хроники Нарнии: Принц Каспий"
22.25 X/f "Хроники Нарнии: Покоритель Зари"

VIP Premiere

05.15 X/f "Старый Генри"
06.55 X/f "Белфаст"
08.30 M/d "Энканто"
10.00, 02.50 X/f "Девушка, подающая надежды"
11.45, 00.50 X/f "Круэлла"
13.50 X/f "Отец"
15.25 X/f "Tomb Raider: Лара Крофт"
17.15 X/f "Сплит"
19.05 X/f "Петрополис"
21.00 X/f "Боевой робот номер 4"
23.05 X/f "Рубикон"
04.40 X/f "Время между нами"

VIP Comedy

06.40, 03.05 X/f "Полицейская академия 4: Граждане в дозоре"
08.00, 04.25 X/f "Полицейская академия 5: Место назначения-Майами-Бич"
09.25, 05.50 X/f "Полицейская академия 6: Город в осаде"
10.45 X/f "Полицейская академия 7: Миссия в Москве"

Пятница, 17 марта

Первый канал
05.00 "Доброе утро"
09.00, 12.00, 15.00, 18.00 Новости
09.20 "АнтиФейк"
09.55 "Жить здорово!"
10.45, 12.15, 15.15, 16.50 Информационный канал
16.00 "Мужское / Женское"
18.40 "Человек и закон"
19.45 "Поле чудес"
21.00 "Время"
21.45 "Голос"
23.30 X/f "Мой кузен"
01.30 Подкаст. Лаб

Россия 1
05.00, 09.30 "Утро России"
09.00, 14.30, 21.25 Вести. Местное время
09.55 "О самом главном"
11.00, 14.00, 16.00, 20.00 Вести
11.30, 17.30 "60 минут"
14.55 "Кто против?"
16.30 "Прямой эфир"
21.30 "Моя мелодия"
23.45 "Улыбка на ночь" Евгения Петросяна
00.50 X/f "Сколько стоит счастье"
04.10 T/c "Личное дело"

Россия 24
05.04, 07.51 День в истории
05.09, 15.40, 03.10 Интервью
05.34, 18.35, 21.32 Вести. Дежурная часть
06.30, 07.18, 08.00, 08.57, 09.45, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 00.00, 01.00, 03.00 Новости
06.34, 07.32, 08.50, 09.35, 12.29, 16.21 Погода 24
10.46, 11.35, 12.46, 13.35, 00.33 Спец. репортаж
14.33 Типичная Новороссия
16.00, 16.33 Факты
19.00, 04.00 Сенат
20.02 Вести
22.07 Трагедия Венгерского еврейства
23.01, 02.01 Международное обозрение
01.37, 03.37 Индустрия кино

Россия К
06.30, 07.00, 07.30, 10.00, 15.00, 19.30, 23.40 Новости культуры
06.35 X/f "Пешком..."
07.05 Легенды мирового кино
07.35 D/f "Хранители жизни. Менихов"
08.20 "Жизнь и судьба"
08.45, 16.30 X/f "Дни и годы Николая Батыгина"
10.20 X/f "Остров скорпионов"
12.00 Открытая книга
12.30 "Восход Османской империи"
"Болтун-находка для шпионов"
13.20 D/c "Забытое ремесло"
13.35 D/f "Тонино Гуэрра. Amarcord

12.05 X/f "Магия лунного света"
13.40 X/f "Лети сексу не помеха!"
15.20 X/f "Типа крутые легавые"
17.15, 23.45 X/f "Эйр Америка"
19.00 X/f "Борглиантовый политический"
20.30 X/f "Шалун"
22.00 X/f "Пышка"
01.30 X/f "Детка"

TV1000

05.30 M/f "Буба"
05.55 M/c "Тоботы"
07.05 M/f "Дикие скричеры"
08.15 X/f "Эспен в королевстве троллей"

10.05 X/f "Эспен в поисках Золотого замка!"
11.55 X/f "Варкрафт"
14.00 X/f "Очтличница легкого поведения"
15.35 X/f "10 причин моей ненависти"

17.20 T/c "Мерлин"
19.00 X/f "Голубая лагуна"
20.55 X/f "Возвращение в Голубую лагуну"
22.45 X/f "Идеальный побег"
00.25 X/f "Интерстеллар"
03.20 X/f "Грибы"

ТВ1000 Русское кино

05.40 M/f "Смешарики"
06.45 M/f "3 кота"
07.45 M/f "Фиксики"
09.00 X/f "Завтрак у папы"
10.35 X/f "Дневник мамы первоклассника"
12.00 X/f "Внук космонавта"
13.25, 03.45 X/f "Все хорошо"
15.15 X/f "Папы"
17.05 T/c "Город"
19.00 X/f "Бабки"
20.05 X/f "Отчаянные дольщики"
21.50 X/f "Проклятый чиновник"
00.35 X/f "Королева"
02.00 X/f "14+"

TV1000 Action East

06.05, 00.45 X/f "4 пера"
08.10, 03.05 X/f "Удача Логана"
10.10 X/f "Наркоз"
11.35 X/f "экспер.: Зло"
13.15 X/f "Мидэй"

15.35 X/f "Коматозники"

17.25 X/f "Исходный код"

19.00 X/f "Пиджак"

20.40 X/f "12 обезьян"

22.55 X/f "Заложник"

Киносемья

01.35 X/f "Университет монстров"

03.40 X/f "Пираты Карийского моря: проклятие черной жемчужины"

05.50 X/f "Книга джунглей"

07.25 X/f "Маска Зорро"

09.35 X/f "Пираты Карийского моря: мертвые не рассказывают сказки"

11.35 X/f "Рататай"

13.15 X/f "Рагнарек"

15.20 X/f "Приключения Пиллы"

16.45 X/f "Пираты Карийского моря: на странных берегах"

18.50 X/f "Мими макс"

20.15 X/f "Зверополис"

21.50 X/f "Корпорация монстров"

23.15 X/f "Тор 2: Царство тьмы"

Кинокритик

01.10 X/f "Железная хватка"

02.50 X/f "Зилбандра на границе Эббинга, Миссисипи"

04.35 X/f "Хищник"

06.15 X/f "Хищник 2"

07.55 X/f "Эксплай"

10.05 X/f "Мистители"

12.15 X/f "Ford vs Ferrari"

14.40 X/f "Звездные войны: Эпизод 9"

16.40 X/f "Мистители: Война Бесконечности"

19.00 X/f "Мистители: Финал"

21.50 X/f "Ограбление на Бейкер-Стрит"

23.35 X/f "Ничего не вижу, ничего не слышу"

Киносвидание
00.45, 23.45 T/c "Под прикрытием"

05.15 X/f "Возвращение в Голубую лагуну"

07.05, 21.40 T/c "Крик совы"

14.20 T/c "Чисто английские убийства"

18.10 T/c "Ликвидация"

Киносерия

00.45, 23.45 T/c "Под прикрытием"

05.15 X/f "Возвращение в Голубую лагуну"

07.05, 21.40 T/c "Крик совы"

14.20 T/c "Чисто английские убийства"

18.10 T/c "Ликвидация"

Кинопоказ

01.00 X/f "Он Бак-2: Непревзойденный"

02.30 X/f "WTF! Какого черта?"

03.45 X/f "Экспирация"

05.00, 11.00, 17.00, 23.00 X/f "Беглецы"

06.25, 12.25, 18.25 X/f "Синьор Робинсон"

08.05, 14.05, 20.05 X/f "Ас"

09.35, 15.35, 21.35 X/f "Особые приметы: красавчик"

Кинопремьера

00.20 X/f "Он тебя не отпустит"

02.05 X/f "Глубокий"

03.15 X/f "Проклятие матери: Прятки на выживание"

05.25 X/f "Будь моими глазами"

06.55 X/f "Буки"

08.40 X/f "Ненастящий папа"

10.30 X/f "Пламенное сердце"

12.05 X/f "Лавстори"

13.35 X/f "В западне"

15.05 X/f "Тернер и Хуу"

19.30 X/f "Семейка Аддams"

21.20 X/f "Ценности семейства"

23.00 X/f "Лестный вор"

Киномикс

00.00 X/f "Иллюзия обмана"

02.00 X/f "Эон Флакс"

03.40 X/f "Трансформеры: Эпоха истребления"

06.30 X/f "Похищенная"

08.20 X/f "Очень страшное кино 2"

23.10 X/f "Париж, когда там жара"	скачки"	11.55 X/f "Хроники Нарнии: Лев, колдунья и волшебный шкаф"	ниями"	09.25 "Тест на отцовство"	12.00 "Лица страны. Екатерина Лобышева"	17.05 Лига Европы. "Арсенал"- "Спорти"
01.10 "Золотая рыба"	14.30 T/c "Святы"	14.05 X/f "Хроники Нарнии: Принц Каспий"	22.20 X/f "Охотники за привидениями 2"	11.25, 04.25 Докудрама "Понять. Простить"	12.25 Футбол. Еврокубки. Обзор	19.05 Лига Европы. "Фенербахче"- "Севилья"
03.00 "Мой район. Энциклопедия"	22.00 T/c "Балабол-6"	16.20 X/f "Хроники Нарнии: Покоритель Зари"	Киномикс	12.30, 03.25 Докудрама "Порча"	13.45 "Оазис футбола" Прямой эфир	21.05 Лига Европы. "Ференцварош"- "Байер"
Ностальгия	01.45 M/f "Жили-были"	18.05 X/f "Красавица и чудовище"	00.40 X/f "Иллюзия обмана 2"	13.00, 03.00 Докудрама "Знажарка"	14.50 "География спорта. Омск"	23.05 Лига конференций. "Сивас-спорт" "Фиорентина"
06.00 "Сломаем, друль!"	03.10 X/f "Бедные родственники"	20.00 X/f "Облачный атлас"	03.00 X/f "Трансформеры: Последний рыцарь"	13.35, 03.25 Докудрама "Верну любимого!"	14.65 Хоккей. Фонбет Чемп. КХЛ конференции	01.05 Лига конференций. АЗ."Лацио"
07.00 X/f "Волшебник страны Оз"	05.00 X/f "Завтрак у папы"	22.40 X/f "Путешествия Гулливера"	05.40 X/f "Война миров Z"	14.10, 03.55 Докудрама "Голоса ушедших душ"	22.00 C/e. АСА. Вахаев vs Гончарова	04.00 Лига конференций. "Истанбул"- "Гент"
08.40, 09.40, 11.35, 14.05, 15.40, 17.40, 19.00, 20.50, 21.40, 23.30, 01.00, 02.35, 03.40, 05.35 Музикал. Ностальгия	10.25 X/f "Ковбои vs пришельцев"	12.25 X/f "Викинги vs пришельцев"	07.50 X/f "Эффект бабочки"	14.45 X/f "Одиночки"	01.00 Бокс. ЧМ. Жен. из Индии	Футбол-3
09.00, 15.00, 21.00, 03.00 "Прошедшее ВРЕМЯ"	14.25 X/f "Киллеры"	11.05 X/f "Вождание варваров"	09.50 X/f "Очень страшное кино 3"	19.00 X/f "За каменной стенной"	02.00 Баскетбол. Winline Кубок России. Муж. Финал 4-х. "Зенит"-МВА (Москва)	06.00, 08.00, 10.00, 12.00, 14.00, 16.00, 17.55, 19.50, 02.00, 04.00 Новости футбола
10.00, 16.00, 22.00, 04.00 "Рожденные в СССР"	17.55 X/f "Шпион по соседству"	12.50 X/f "Рубикон"	11.15 X/f "Знакомство с Факерами"	23.00 X/f "Семейная тайна"	03.00 Бокс. Варе Кнаппель FC. Мартин Нгуен vs Даниэля Страуса	04.30 "РецепТура"
11.00, 17.00, 23.00, 05.00 "Блек-клуб"	19.30 X/f "Васаби"	14.35 X/f "Петрополис"	04.20 "6 кадров"	04.20 "Третий тайм"	10.05 Лига Европы. "Фрайбург"- "Ювентус"	05.00 Бокс. Варе Кнаппель FC. Мартин Нгуен vs Даниэля Страуса
12.00 X/f "Грозьба гнева"	21.00 X/f "Без чувств"	16.30 X/f "Боевой робот номер 4"	15.15 X/f "Троя"	06.00, 13.00, 18.00, 01.00 М/f "Фиксики"	07.05, 12.35, 19.05, 00.35 М/f "Смешарики"	08.05 Лига Европы. "Реал Сосьедад"- "Рома"
18.00 "До и после..."	22.35 X/f "Особенности национ. охоты!"	18.40 X/f "Вечные"	18.10 X/f "Легионер"	06.25, 11.55, 18.25, 23.55 М/f "Горимити"	07.30, 19.30 М/f "Ювик с планеты Ю"	10.05 Лига Европы. "Бетис"- "Манчестер Юнайтед"
19.20 X/f "Красота дьявола"	00.15 X/f "Особенности национ. рыбаки!"	21.00 X/f "King's Man: Начало"	20.00 X/f "Пятый элемент"	07.40, 14.30, 19.40, 01.30 М/f "Долина муми-троллей"	07.40, 14.30, 19.40, 01.30 М/f "Долина муми-троллей"	12.05 Лига Европы. "Арсенал"- "Спартинг"
00.00 "Выбыл времена"	01.50 X/f "Бумер" 1-2	23.00 X/f "Он тебя не отпустит"	22.20 X/f "Зов волка"	08.25, 15.55, 20.25, 03.55 М/f "Роботы-поезда"	08.35, 16.25, 20.55, 04.25 М/f "Металлоны"	14.05 Лига Европы. "Фенербахче"- "Севилья"
01.20 X/f "Женщина с рыхкими волосами!"	03.45 X/f "Ундини"	03.45 X/f "Ундини"	15.15 X/f "Одной левой"	08.40 X/f "Канакуны строгого режима"	09.30, 17.00, 21.30, 05.00 М/f "Консунги"	09.05 Лига Европы. "Ференцварош"- "Байер"
Ретро	05.20 M/f "Иван Цар. и Сер. Волк"	03.45 X/f "Ундини"	10.05 X/f "Троя"	09.40 X/f "Одной левой"	10.00, 17.30, 05.30 М/f "Чуч-Мяуч"	18.00 Лига конференций. "Сивас-спорт" "Фиорентина"
06.00, 17.15, 02.10 X/f "Улица младшего сына"	Мир сериала	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	10.35 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	19.55, 01.30 Чемп. Герм. Перед туром 20.25 2-я Бундеслига. "Хайденхайм"- "Карлсруэ"
07.35 X/f "Наши соседи"	06.00, 14.00, 22.00 T/c "Крестьянский"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	10.45 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	23.30 Лига конференций. "Хайденхайм"- "Карлсруэ"
09.00 X/f "Этот негорячий Сидоров"	08.00 T/c "Фальшивомонетчики"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	22.20 X/f "Зов волка"	10.50 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	04.05 Лига конференций. "Слован"- "Базель"
10.10 X/f "Воля вселенной"	10.00, 18.00, 02.00 T/c "Отряд"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	15.15 X/f "Троя"	10.55 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	Первый Республиканский
11.20, 23.25 X/f "И никто другой"	12.00, 20.00, 04.00 T/c "Черные волки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	10.60 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.05, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00, 06.02 Темы дня
12.45, 00.45 X/f "Чужое имя"	12.45 T/c "Желтый глаз тигра"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	10.65 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	07.30 Парламентский вестник
14.15, 21.45 X/f "Война под крыш."	14.20 X/f "Баскетбол"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	22.20 X/f "Зов волка"	10.70 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.20, 18.45, 20.21, 01.45, 06.40 Точка зрения
16.00 X/f "Дожди по всей террит."	14.25 T/c "Черные волки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	15.15 X/f "Троя"	10.75 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.30, 14.30, 19.21, 21.45 Новости международного спорта
19.00, 03.45 X/f "Могила льва"	14.25 T/c "Черные волки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	10.80 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.50, 10.31, 13.27, 19.35, 20.35, 22.30, 02.30, 06.23 За Донбасс
20.20 X/f "Через кладбище"	14.25 T/c "Черные волки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	10.85 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	09.21, 11.30, 12.21, 15.30, 16.40, 21.21, 01.30, 01.21, 01.23, 01.24, 01.25, 03.00, 04.00, 05.00, 06.02 Темы дня
05.00 X/f "Про дракона на балконе, про ребят и самокат"	14.25 T/c "Черные волки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	22.20 X/f "Зов волка"	10.90 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	07.30 Парламентский вестник
Сарафан ТВ	Русский роман	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	15.15 X/f "Троя"	10.95 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.20, 18.45, 20.21, 01.45, 06.40 Точка зрения
06.25, 22.30 "Городок"	07.30, 23.20 "6 кадров"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	11.00 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.30, 14.30, 19.21, 21.45 Новости международного спорта
07.50 "Петрсон-шоу"	07.50 "Петрсон-шоу"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	11.05 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.50, 10.31, 13.27, 19.35, 20.35, 22.30, 02.30, 06.23 За Донбасс
09.45 "Даешь молодежь," 8 Сез.	13.55 X/f "Я его сплели"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	22.20 X/f "Зов волка"	11.10 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	09.21, 11.30, 12.21, 15.30, 16.40, 21.21, 01.30, 01.21, 01.23, 01.24, 01.25, 03.00, 04.00, 05.00, 06.02 Темы дня
10.10 X/f "Юморина 2019": 7-й Вып."	15.55 X/f "Москва-Полушки"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	15.15 X/f "Троя"	11.15 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	07.30 Парламентский вестник
12.40, 04.20 "Сам себе режиссер"	17.20 X/f "Лабиринт иллюзий"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	11.20 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.20, 18.45, 20.21, 01.45, 06.40 Точка зрения
13.30 "Смех с доставкой на дом"	21.00 X/f "Выбирая себя"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	11.25 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.30, 14.30, 19.21, 21.45 Новости международного спорта
14.40 "Полюбовки"	03.25 X/f "Страна раздается: 260"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	22.20 X/f "Зов волка"	11.30 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.50, 10.31, 13.27, 19.35, 20.35, 22.30, 02.30, 06.23 За Донбасс
15.10 "Юмор! Юмор!! Юмор!!!: 12-й"	17.25 X/f "Смеха раздается: 260"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	15.15 X/f "Троя"	11.35 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	09.21, 11.30, 12.21, 15.30, 16.40, 21.21, 01.30, 01.21, 01.23, 01.24, 01.25, 03.00, 04.00, 05.00, 06.02 Темы дня
17.15 "Одна за всех"	23.50 X/f "Смеха раздается: 260"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	18.10 X/f "Легионер"	11.40 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	07.30 Парламентский вестник
17.45 "Смехонапорома"	17.45 T/c "Экипаж"	06.00, 00.40 X/f "Астрал 4: Последний клоч"	20.00 X/f "Пятый элемент"	11.45 X/f "Одной левой"	10.30, 22.00, 04.25 М/f "Консунги"	08.20, 18.45, 20.21, 01.45, 06.40 Точка зрения
18.15 "100янов: 8-й Вып."	17.4					

11.00, 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство
12.00, 16.00 Удачный день
19.00 Удачный вечер
22.00 Удачная ночь
03.05 Уже Еди
03.30 За кулисами
04.10 Открытый разговор
05.10 Разрушители мифов

Че!

06.00 "Утилизатор 4"
06.30, 08.00 "Утилизатор"
07.00 "Утилизатор 2"
08.30 "Утилизатор 6"
09.20, 03.00 Т/с "80-е"
20.00 "100500"
23.00 "100500"
23.30 "Итопчик 2"
01.30 "Рюзак"

ОТР

06.00, 14.05 "Большая страна"
06.55, 17.00 Д/ф "В поисках утраченного искусства"
07.20 "Человек и судьба"
07.45 М/ф
09.00 ОТРажение. Детям
09.30, 15.05 "Календарь"
10.00, 11.45, 15.00, 19.00 Новости
10.05 ОТРажение. Суббота
11.50 "Коллеги"
12.30, 16.00 "Конструкторы будущего"
12.45 Т/ф "Баядерка"
15.30 Д/ф "Мрия"
16.15 "Свет и тени"
16.45 Д/ф "Диалоги без грима"
17.25, 04.30 Т/ф "Хоккунты"
19.05 "Очень личное"
19.45 "Преодоление". Андрей Туполов
20.25 X/ф "Дежа вю"
22.15 Д/ф "Кина эпохи перемен"
23.15 X/ф "Рассказы"
01.05 X/ф "Мертвый"
03.10 X/ф "Арвентур"

Мир

05.00, 06.15, 03.50 М/ф
06.00 "Все, как у людей"
07.20 X/ф "Добро пожаловать, или посторонним вход воспрещен!"
08.40 "Исторический детектив"
09.05 "Слабов звено"
10.00 Погода в мире
10.10 X/ф "Сказка о потерянном времени"
11.35 Т/с "Убийство на троих"
15.30, 16.15, 18.45 Т/с "Марафон для трех грядущих"
16.00, 18.30 Новости
19.30 Т/с "Погоня за тремя зайцами"
23.00 X/ф "Яды, или всевременная история отравлений"
00.45 "Наше кино. История большой любви"
01.10 X/ф "Частная жизнь Петра Виноградова"
02.35 Муз/ф "Антон Иванович сердится"

ТВ3

06.00 М/ф
08.00, 08.45 Т/с "Гадалка"
08.30 "Секреты здоровья"
09.30 "Вкусно с Ляйсан"
10.00 X/ф "Руфус: Хроники волшебной страны"
11.45 X/ф "Макс Стил"
13.45 X/ф "Дальний космос"
16.00 X/ф "Скайлайн"
18.00 X/ф "Пункт назначения 2"
19.45 X/ф "Пункт назначения 3"
21.30 X/ф "Пункт назначения 4"
23.00 X/ф "Факультет"
01.15 X/ф "Дитя тымы: 1-я жертва"
02.45 "Далеко и еще дальше". "Лаос 3"

Спас

05.00, 01.00 День патриарха
05.10 X/ф "Тяжелая вода"
06.45 Святые целипути
07.50, 08.45, 04.40 М/ф
08.30 "Тайны сказок"
09.25, 22.00, 02.45 Простые чудеса
10.15 В поисках Бога

10.50, 02.15 Расскажи мне о Боге
11.20, 00.30 Пилигрим. По местам царственных страстотерпцев
11.55, 19.55 Святыни России
13.00 Д/ф "Крым благословенный"
14.10 Д/ф "Византия. Жизнь после смерти. Богородица спасает империю. VI-VII века"

15.00 Д/ф "Византия. Жизнь после смерти. Полумесяц vs креста. VII век"
15.50 Д/ф "Византия. Жизнь после смерти. Иконоборчество. VIII-IX века"

16.40 Д/ф "Византия. Жизнь после смерти. Византийское возрождение и первое крещение Руси. IX-Х века"
17.30 X/ф "3 суток после бессмертия"

19.20 Д/ф "День Ангела. Равноапостольные Константин и Елена"
21.00 Русский мир
22.50, 03.25 Профессор Осипов

00.05 Война и Библия
01.15 Д/ф "Крест"
03.55 Д/ф "Лики Богородицы. Икона Божией Матери "Благодатное небо. Икона Божией Матери "Прибавление ума"

360 Подмосковье

05.00, 06.30 "Интервью 360"
05.30 "Музейон"
06.00 "Наставники"
06.10 "Быстрые деньги"
07.00, 12.30 "Внимание! Еда!"
08.00, 23.00 "Будни"
09.00 "Простая медицина"
10.00, 11.05, 14.05, 16.05 "Погода 360"

Воскресенье, 19 марта

Первый канал

06.00, 10.00, 12.00, 18.00 Новости
06.10 Подкаст. Лаб "Космические истории"
06.55 "Играй, гармонь любимая!"
07.40 "Часовой"
08.10 "Здоровье"
09.20 "Мечтаплион". Национальная лотерея
09.40 "Непутевые заметки"
10.15 "Кизнь своих"
11.10 "Повара на колесах"
12.15 "ВидеоВидео?"
14.00 X/ф "Белый снег"
16.25 "Век СССР". "Север"
19.00 "Закордка"
21.00 "Время"
22.35 "Что? Где? Когда?"
23.45 "На футболе с Денисом Казанским"
00.15 Подкаст. Лаб "Гори огнем"

10.05, 11.10 "Вкусно 360"
11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 20.00 "Новости 360"
13.30, 14.10, 15.05, 16.10 Д/ф "Тайная история еды"
16.30 "Атмосферная история"
19.00 "ЧП 360"
19.05 Д/ф "Бастионы России"
20.30 "Подмосковные игрушки"
21.20, 00.00 "Шестое чувство"

Москва Доверие
06.10, 06.40, 08.30, 09.10, 16.40, 21.15, 22.40, 00.30, 01.45, 03.15 "Мой район. Навигатор"
06.20 "Мой район. Энциклопедия. Москва в бронзе"
06.50 "Мой район. Энциклопедия. Большое московское путешествие"
07.20 "Мой район. Энциклопедия. Девушка без адреса"
07.40 "Мой район. Энциклопедия. Рекорды Москвы"

08.00 "Мой район. Энциклопедия. Белорусский вокзал"
08.40 "Тайны души"
09.20 М/ф "Сказка о потерянном времени"
10.40 X/ф "5 минут страха"
12.10, 03.25 "Раскрывай тайны звезд"
13.00 Т/с "Даша Васильева. Любительница частного сыска"
16.50 X/ф "Хозяин тайги"
18.10 X/ф "Пропажа свидетеля"
19.40 X/ф "Предварительное расследование"
21.25 X/ф "Расследование"
22.50 X/ф "Соучастье в убийстве"
00.40 X/ф "SOS" над тайкой"
01.55 X/ф "Дом свиданий"
04.10 "Мой район. Энциклопедия. МГУ"
04.40 "Мой район. Энциклопедия. Беседки-ротонды"
04.50 "Мой район. Энциклопедия. Москва. Береговая линия"
05.15 "Мой район. Энциклопедия. Москва О2"
05.40 "Мой район. Энциклопедия. Особняк Арсения Морозова"

Ностальгия
06.00 X/ф "Гордьи гнева"
08.05, 09.40, 11.40, 13.00, 14.50, 15.40, 17.30, 19.00, 20.45, 23.30, 02.40, 03.40, 05.35 Муз/ф. Ностальгия
09.00, 15.00, 03.00 "Прошедшее времена"
10.00, 16.00, 22.00, 04.00 "Рожденные в СССР"
11.00, 17.00, 23.00, 05.00 "Блеф-клуб"
12.00 "До и после..."
13.20 X/ф "Красота дьявола"
18.00 X/ф "Кащей Бессмертный"
19.20 X/ф "Монтана"
21.00 "Было ВРЕМЯ"
00.00 "Споемте, друзья!"
01.00 X/ф "Волшебник страны Оз"

Ретро
06.00, 17.20, 02.00 X/ф "Война под крышами"
07.35 X/ф "Сотвори бой"
08.55 X/ф "Дожди по всей территории"
10.10 X/ф "Давай поженимся"
11.35, 23.15 X/ф "Улица младшего сына"
13.20, 00.55 X/ф "Этот негодяй Сидоров"
14.30, 21.55 X/ф "Могила льва"
15.50 X/ф "Через кладбище"
19.00, 03.30 X/ф "Осенний подарок фей"
20.20 X/ф "Двое на острове слез"
04.45 X/ф "Облака"

Сарафан ТВ
08.50 "Дальние родственники"
09.20, 01.30 "Попкорн ТВ"
09.50, 02.00 "Смейтесь разрешается: 261-й Вып."
6 12.10, 03.50 "Городок"
13.00, 04.35 "Петросян-шоу"
6 15.25 "6 кадров"
15.55 "Юморина 2019": 8-й Вып."
18.40 "Сам себе режиссер"
19.30 "Смех с доставкой на дом"
20.40 "Ютюбинск"
21.05 "Юмор! Юмор!! Юмор!!!": 13-й Вып."
23.15 "Одна за всех"
23.45 "Смехопанорама"
00.10 "Улица Веселая: 1-й Вып."
01.00 "33 веселых буквы: 10-й Вып."

Мосфильм. Золотая коллекция
06.15 X/ф "Самогонщики"
06.35 X/ф "Внимание, черепаха!"
08.00 X/ф "Крейсерова соната"
10.55 Т/с "Мертвые души"
18.10 X/ф "Служебный роман"
21.00 X/ф "Кавказская пленница, или Удар!"
22.30 X/ф "Спортивто-82"
00.05 X/ф "У тихой пристани"
01.25 X/ф "Прики. принца Флори-зеля"
04.35 X/ф "Забытая мелодия для флейты"

БелРос
06.00 М/ф "Ми-ми-мишки"
08.00, 20.30 "Наши Люди"
08.30, 15.35 X/ф "Маринка, Янка и таинственное замки"

20.00 "Союзинформ. Итоги"

22.45 Т/с "Комиссар Мегрэ Сер. 18 ч. 1"

23.35 Т/с "Комиссар Мегрэ Сер. 18 ч. 2"

00.20 Т/с "Комиссар Мегрэ Сер. 19 ч. 1"

01.00 Т/с "Комиссар Мегрэ Сер. 19 ч. 2"

01.45 Т/с "Комиссар Мегрэ Сер. 20 часть 1"

02.55 X/ф "Масакра"

10.05 Подкаст. Лаб "Хоккей не футболь!"

01.35 Подкаст. Лаб "Неформат"

02.15 Подкаст. Лаб "Легкие деньги"

02.55 Подкаст. Лаб "20 лет спустя"

03.30 Подкаст. Лаб "Все хотят летать"

04.05 Подкаст. Лаб "Письма"

Россия 1

06.00, 03.10 X/ф "Эта женщина ко мне"

08.35 "Когда все дома"

09.25 "Утренняя почта с Николаем Басковым"

10.10 "Сто к одному". Телеграф

11.40 "Большие перемены"

12.45 Т/с "Впереди день"

18.00 "Песни от всей души"

20.00 Вести недели

22.00 Москва. Кремль. Путин

22.20 Москва. Кремль

22.40 "Поговори с Николаем Басковым"

22.55 X/ф "Масакра"

22.40 "Воскресный вечер"

01.30 X/ф "Хороший день"

Россия 24

05.00, 06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 13.00, 14.00, 16.00, 17.00, 20.00, 21.00, 04.00 Вести

05.27, 09.02, 16.05, 19.28 Спец. репортаж

06.20, 11.20 Вести. Дежурная часть (Итоги)

07.05 Расследование Эдуарда Петрова

08.35, 01.35 Мобильный репортер

13.10 Парламентский час

14.25 Неделя в городе

15.00 Территория смыслов

20.18 Вести. Наука

20.35 Церковь и мир

21.50 X/ф "Железный человек 3"

22.00 Москва. Кремль. Путин

22.20 Москва. Кремль

22.40 "Поговори с Николаем Басковым"

22.55 X/ф "Масакра"

22.40 "Поговори с Николаем Басковым"

22.55 X/ф "Масакра"

22.40 "Поговори с Николаем Басковым"

22.55 X/ф "Масакра"

22.40 "Поговори с Николаем Басковым"

11.30 "Неизвестная история" 13.00 X/f "Викинги vs пришельцев" 15.20 X/f "Дом странных детей мисс Перегрин" 17.50 X/f "Доктор Стрэнд" 20.00 X/f "Мстители: война бесконечности" 23.00 "Итоговая программа с Петром Марченко" **Время** 05.00 "На ночь глядя" 05.40 "Наедине со всеми" 06.30 "Кизнь как в кино" 07.00 T/c "Ул. разб. фон." 01.00 Д/Ф "Надежда Бабкина. Если омут, то с головой!" 01.55 "Порядок вещей" 02.50 "По волне моей памяти" 03.25 Д/С "Настоящий ХХ век" 04.20 "Роли исполняют..." **ТВ Центр** 06.05 X/f "Дело № 306" 07.20 X/f "Воспитание и выгул собак и мухчин" 09.10 "Здоровый смысл" 09.40 X/f "Опасный круиз" 11.30... 00.35 События 11.45 X/f "Лекарство vs страха" 13.35 "Москва, резиновая" 14.30... 05.30 Московская неделя 15.00 "В гостях у схемы". Юмористический концерт 16.55 X/f "Жила-была любовь" 18.50 X/f "Племяшка" 22.15... 00.50 X/f "Непалимый Феникс" 01.40 X/f "Забытый ангел" 04.35 "Алексей Смирнов. Клоун с разбитым сердцем" 05.55 Перерыв в вещании **RTVi** 09.00... 03.00 Однажды в Америке 10.00 М/ф 12.00 Израиль за неделю 13.00... 04.00 Вы держитесь 14.00... 05.00 Хроники нового мира 15.00... 02.00 Редакция 16.00 Что это было? 17.00 Фальшивомонетчики 21.00 Новости итоги 22.30... 00.30 Спец. репортаж 23.00 Дилетант 00.00... 06.00 Редакция news 00.45 Легенда 01.30 Американские истории 06.30 Наука vs 07.00 Час speak 07.45 900 секунд 08.00 Респиратор бабушкина **РТР-Планета (СНГ)** 05.00 X/f "Муж счастливо. Жен." 06.30... 03.10 X/f "Мой папа-идеалист" 08.00 Местное время. Воскресенье 08.35 "Когда все дома" 09.25 "Странныя почта с Николаем Басковым" 10.10 "Сто к одному". Телеигра 11.00... 17.00 Вести 11.55 "Большие перемены" 12.55 T/c "Впереди день" 18.00 "Песни от всей души" 20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 22.35 "Воскресный вечер" 01.30 X/f "Хороший день" **СТС** 06.00... 05.50 "Ералаш" 07.00 М/с "З кота" 07.30 М/с "Царевны" 07.55 "Шоу Уральских пельменей" 09.00 "Рогов в деле" 10.00 X/f "Стол-кран" 11.55 X/f "Зип и зап на острове капитана" 14.00 X/f "Принц Персии. Песни времени" 16.20 X/f "Пираты Карибского моря. Мертвые не рассказывают сказки" 18.55 М/ф "Райя и последний дракон" 21.00 X/f "Золушка" 23.05 X/f "З орешка для Золушки" 00.50 X/f "Без тормозов" 02.25 T/c "Молодежка" 04.40 "6 кадров" 05.00 М/ф **Ю** 05.30 М/ф "Маша и медведь" 10.25 "Беременна в 16" 15.00 "Беременна в 45" 16.35 "Худли" 17.40 "Я стесняюсь своего тела" 22.00 "Дом. Новая жизнь" 00.05 "Измены" 02.55 "Дорогая, я забил" **ТНТ** 07.00... 06.25 "Однажды в России. Спецдайджест" 10.00 "Хочу перемен" 10.30 T/c "Саша Таня" 13.35 X/f "Батя" 15.15 X/f "Родители строгого режима" 17.00 X/f "Пара из будущего" 19.00 "Новые Звезды в Африке" 21.00 X/f "Вышка" 00.00 "Конфетка" 01.00 X/f "Жара" 02.35 "Импровизация" 04.10 "Comedy Баттл. Сез. 2019" 05.40 "Открытый микрофон" **Пятница!** 00.00 X/f "Вне игры" 02.10... 04.30... 05.40, 02.10, 04.30 "Пятница News" 02.30... 02.30 "Инсайдеры" 05.00 М/ф "Ну, погоди! Каникулы" 06.05 T/c "Тайны медовой долины" 06.45... 07.40, 08.15 T/c "Простоквашино" 07.25... 07.55 T/c "Простоквашино" 08.30 "Мамы Пятыни 5" 09.00 "На ножах" 00.00 X/f "Избави нас от лукавого" **Пятый канал** 05.00 T/c "Прокурорская проверка" 06.15 X/f "Турист" 07.45 T/c "Наш спецназ" 18.25 T/c "След" 00.15 T/c "Непокорная" 03.30 T/c "Чужой район" **8 канал** 06.10... 00.10 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **10 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **11 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **12 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **13 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **14 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **15 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **16 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **17 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **18 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **19 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **20 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **21 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **22 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **23 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **24 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **25 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **26 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **27 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **28 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **29 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **30 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **31 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже Еду 03.30 За кулисами 04.10 Открытый разговор **32 канал** 06.00... 00.00 T/c "Даша Васильева. Любительница частного съска: Дантисты тоже плачут" 07.10... 01.10 Джо Дассен. История одного пророчества 07.50... 01.50 X/f "Рябиновые ночи" 09.00 Лучшие покупки 11.00... 15.00, 18.00, 21.00 Восьмое чувство 12.00, 16.00 Удачный день 19.00 Удачный вечер 22.00 Удачная ночь 03.05 Уже

Помощь Украине привела Великобританию к неспособности защитить саму себя

Несспособность пополнить свои запасы вооружения ставит под сомнение не только поставки оружия Украине, но и отражение любой угрозы собственной безопасности в Великобритании. Об этом говорится в опубликованном отчете комитета по обороне палаты общин страны.

«В то время как Россия также стала сокращением своих запасов, другие соперники могут поддерживать и потенциально увеличивать свои собственные. Таким образом, неспособность пополнить запасы Британии ставит под угрозу не только нашу способность пополнять запасы Украины, но и противостоять любой угрозе нашей собственной безопасности», — приводят текст сообщения РИА Новости.

Отмечается, что власти страны признали также нехватку кадров для обеспечения безопасности цепочек поставок Лондону. Также авторы отчета рекомендовали Министерству обороны Великобритании разработать план действий по наращиванию оборонно-промышленного потенциала и сократить время на восполнение запасов. Ранее в Министерстве обороны ФРГ заявили, что их армия не готова к обороне в случае нападения. По мнению некоторых экспертов, заявления о нехватке вооружений и техники на Западе делаются исключительно с целью выделения дополнительного финансирования военным ведомствам и военным компаниям стран НАТО.

newsua.ru

В Госдуме предложили отменить ответственность за проживание вне места регистрации

Депутаты Госдумы от фракции «Новые люди» разработали и направили на заключение в правительство РФ законопроект, которым предлагается отменить ответственность за проживание граждан вне места постоянной регистрации.

Об этом сообщает ТАСС со ссылкой на

Официально объявлено, когда в 2023 году начнется частичная мобилизация

В сентябре 2022 года, к большой неожиданности для всех, российский президент Владимир Путин подписал указ о проведении частичной мобилизации на территории России.

В ходе такой, согласно данным от Министерства обороны РФ, на службу в ряды российской армии оказалось призвано порядка 300 тысяч человек.

Все они теперь проходят службы в ВС РФ и выполняют задачи, поставленные властями.

При этом в октябре 2022 года российский президент устно объявил о том, что мобилизация завершена и более мобилизационные мероприятия проводиться не будут.

Однако, между тем, с тех самых пор не утихают разговоры о грядущем скором возобновлении мобилизации. Эти самые разговоры ведутся уже почти целых три месяца, с начала ноября. И вот, относительно всей этой ситуации появилась официальная информация.

Было официально объявлено, когда в 2023 году начнется частичная мобилизация.

Разного рода источники публикуют в интернете информацию о том, что призыв в российскую армию начнется вот-вот, то есть в ближайшие дни, недели или месяцы, но

все такие заявления являются не более чем предположениями или просто фантазиями отдельных людей.

При этом разного рода представители власти уже неоднократно заявляли о том, что мобилизация в России продолжается и все в таком духе, что создает определенное напряжение в обществе.

И вот, представители администрации президента РФ посчитали необходимым дать официальный ответ по этой теме и тем самым ее закрыть, чтобы в будущем ее более не потребовалось поднимать вновь.

Согласно решению российского президента Владимира Путина, частичная мобилизация в России завершилась в конце октября, и с тех самых пор призывные мероприятия не производятся.

Пресс-секретарь президента РФ, который комментирует и объясняет решения главы государства, заявил о том что никаких мобилизационных мероприятий военкоматы не производят, а сама мобилизация была завершена.

Проще говоря, частичная мобилизация в 2023 году проводиться не будет.

Связано это с тем, что всех тех граждан, которых требовалось призвать для службы в ВС РФ, уже удалось мобили-

зовать, а потребности в большем числе людей для армии нет. Но также администрация президента России отметила, что все это не касается призыва в армию на срочную службу.

Как и всегда, уже с 1 апреля 2023 года на территории России начнутся призывные мероприятия в отношении лиц мужского пола в возрасте от 18 до 27 лет.

В ходе таких на службу в армию окажутся призваны все мужчины, которые должны служить по закону в течение одного года, чтобы получить необходимую военную подготовку.

Таким образом, исходя из этого, частичная мобилизация на российской территории завершена, а грядущий призыв затронет только тех, кого он всегда затрагивал вот уже как более чем тридцать лет.

Также власти РФ заявляют о том, что никакой второй волны мобилизации в стране не будет, как и возобновления частичной мобилизации, которая уже завершилась.

Таким образом, вероятно, россиянам не стоит беспокоиться на этот счет, либо подготавливаться к такого рода событиям в будущем.

newsua.ru

Эксперт: уход западных компаний с российского рынка выгден России и Китаю

Заместитель руководителя Института экономики и делового администрирования при Педагогическом университете Центрального Китая (город Ухань) Чжоу Вэйди заявил, что компании Китая и России могут извлечь взаимную выгоду после ухода многих западных компаний из РФ и на фоне закрытия рынков ряда стран Запада для российского бизнеса.

«Что касается западных брендов и нынешней ситуации в РФ, китайские компании могут продолжить инвестировать в российскую экономику после ухода западных компаний и их брендов, — сказал он, комментируя перспективы продвижения экономического сотрудничества между двумя странами в условиях все более сложной международной обстановки.

— Можно однозначно утверждать, что для китайских компаний, как экспортующих товары, так и для тех, кто вкладывает в Россию инвестиции, это очень хороший шанс».

По мнению эксперта, сам процесс заполнения ниш, которые образовались после ухода западных компаний с рынка РФ, «соответствует целям китайско-российского стратегического сотрудничества».

«Это выгодно как Китаю, так и России, — подчеркнул Чжоу Вэйди. — В сложившейся ситуации, думаю, «западные двери» захлопнулись, в том числе для энергоснабжающих компаний из РФ. На самом деле, России нужно увеличить долю рынка, нацеленного на поставки товаров в другие страны».

По поводу возможностей, касающихся привлечения российского капитала в китайские компании и бренды, он отметил, что это «выбор России и населения РФ».

«Что касается долгосрочных перспектив, я все-таки надеюсь, что будет наблюдаться приток инвестиций в Россию не только из Китая, но и из как можно большего числа других государств, включая западные страны», — добавил замдиректора института.

Вэйди также отметил, что качество продукции, производимой в КНР, в последние годы заметно повысилось, и это позволит удовлетворить запросы российского потребителя.

«Россияне смогут найти для себя в Китае товары лучшего качества либо продукцию с приемлемым качеством и привлекательной ценой», — подчеркнул он.

В 2022 году торговый представитель России в КНР Алексей Дахновский заявил, что замещение импорта из недружественных государств поставками из Китая обладает «достаточно серьезными перспективами». Он напомнил, что продукция многих китайских отраслей пользуется спросом во всем мире.

На прошлой неделе посол РФ в Пекине Игорь Моргулов указал на хорошие перспективы в увеличении экспорта из КНР в Россию, отметив рост поставок машинотехнической продукции и ряда товаров с высокой добавленной стоимостью. По его словам, «это и компьютеры, и мобильные телефоны, и автомобили».

В Пекине на этой неделе проходят сессии высшего совещательного и законодательного органов — Всекитайского Народного политического консультативного совета Китая и Всекитайского собрания народных представителей 14-го созыва.

На них обсуждаются ключевые вопросы, связанные с политикой и социально-экономическим развитием КНР, а также проблемы, которые касаются международного взаимодействия, в том числе затрагивающие перспективы сотрудничества с Россией.

newsua.ru

документ.

Авторы инициативы считают, что вместо института постоянной или временной регистрации нужно ввести добровольный уведомительный порядок информирования о месте проживания граждан.

«В настоящее время современная российская система государственного управления успешно осуществляет планирование на основе большого количества интегрированных данных без опоры на данные о регистрации граждан. Например, прикрепление к поликлинике, записи ребенка в сад или школу возможно в любом регионе России вне зависимости от места регистрации», — указано в пояснительной записке.

Также депутаты отмечают, что почти все государственные услуги возможно получить на портале «Госуслуги», указав там фактический адрес проживания. Предусмотренная текущим законодательством административная ответственность за проживание не по месту регистрации не отвечает современным задачам государственного управления, применяется избирательно и неэффективно, считают они.

newsua.ru

Россияне не могут усыновить детей из новых регионов, брать ребенка оттуда можно только под опеку

Детей из новых регионов России дают семьям только под опеку, а не на усыновление. Об этом заявила уполномоченный при президенте России по правам детей Мария Львова-Белова в эфире телеканала «Россия 1». По ее словам, западными СМИ активно обсуждается тема о вывозе детей из новых регионов России и их последующем усыновлении.

«У нас усыновления из новых регионов нет вообще, в принципе. У нас есть только опека или приемная семья для того, чтобы в случае появления там родственников, людей, которые могут претендовать на этого ребенка, это было проще сделать», — сказала она.

При этом усыновление ребенка не означает, что позже его нельзя будет вернуть

кровным родственникам, отметила омбудсмен.

newsua.ru

В России появятся паспорта семей мобилизованных

Владимир Путин 6 марта по видеосвязи провел рабочую встречу с губернатором Курганской области Вадимом Шумковым. Глава региона доложил российскому президенту о работе с родственниками мобилизованных. По его словам, местными властями был создан социальный портрет каждой семьи и установлен перечень вопросов, которые необходимо решить. После чего чиновники организовали работу с близкими защитников Родины.

«Все вопросы решаются своевременно. Мы помогаем семьям провести газификацию и ремонт квартир, оформить и получить материальную помощь», — отметил Шумков.

Владимир Путин поблагодарил губернатора за поддержку родственников мобилизованных и высоко оценил идею, связанную с паспортами семей призванных на СВО.

«Очень хорошая идея. Я думаю, что нужно будет ее распространить на всю страну», — отметил президент в эфире телеканала «Россия 24».

newsua.ru

Пентагон не исключает, что конфликт в Украине продлится еще три года

«Пентагон не исключает, что конфликт в Украине продлится еще три года». Такое заявление сделал заместитель министра обороны США по политическим делам Колин Каль, отвечая на вопрос о военной помощи режиму Зеленского, в ходе слушаний в Конгрессе США.

«Конфликт может закончиться через шесть месяцев, а может через два или три года», — сказал он.

Каль также выразил надежду, что Конгресс поддержит дальнейшее выделение средств на помощь действующим украинским властям.

Замминистра обороны вспомнил слова

Джо Байдена о том, что Вашингтон будет поддерживать режим Зеленского «столько, сколько потребуется».

Он также отметил зависимость ВСУ от американской военной помощи, тем самым в очередной раз подтвердив вовлеченность США в конфликт. Примечательно, что некоторые американские чиновники уже хотят, чтобы режим Зеленского сам начал платить за поставляемые ему оружия. Об этом, например, высказалась помощник министра обороны США по делам международной безопасности Селест Уолландер. Однако она подчеркнула, что «у них [нынешних украинских властей] нет такого масштаба возможностей сейчас».

«Нам нужно добиться того, чтобы они начали планировать собственные расходы на оборону», — добавила Уолландер.

Мало того, что посредством Украины и ее народа ведется прокси-война, еще и население заставляют платить за нее из собственных налогов.

newsua.ru

Госдолг Украины в январе вырос на 5 млрд долларов

Объем государственного и гарантированного государством долга Украины в январе превысил 116 млрд долларов. Об этом сообщили в Министерстве финансов страны.

«На протяжение января 2023 года сумма государственного и гарантированного государством долга Украины увеличилась в гривневом эквиваленте на 185,35 млрд гривен и в долларовом эквиваленте — на 5,06 млрд долларов США», — сказано в информационной справке, размещенной на сайте Минфина.

Отмечается, что по состоянию на 31 января долг составлял 116,44 млрд долларов. По данным, опубликованным депутатом Верховной рады Ярославом Железняком, в феврале расходы бюджета Украины оказались высокими, но не рекордными, и составили 226,4 млрд гривен. Отметим, что это примерно 6,14 млрд в американской валюте.

newsua.ru

Провальная теория "хорошей Украины"



Справедливо смеющиеся над попытками коллаборационистов стать для Запада "хорошими русскими" люди почему-то считают, что можно добиться появления "хороших украинцев".

Я могу понять, когда о необходимости создать новую ("хорошую") Украину говорят люди, ничего не умеющие, кроме как торговать "суворенными улыбками". Наверное любой из нас попытался бы сохранить курицу, несущую ему золотые яйца и отказывался бы признать обреченность пернатого.

Но среди русского населения и российских политиков, помимо одной крайности, заключающейся в утверждении "на Украине русских нет", достаточно распространена и другая крайность, выражаяющаяся в утверждении, что если некие люди считают себя украинцами, то мы должны обеспечить им право на собственное государство и начать с ними всеми силами дружить. Результат видится в возникновении неких "хороших украинцев" и "дружественной Украины".

Начнём с того, что при расколе любого народа (а попытка создания из русского православного сообщества вначале триединой нации, а затем и трёх разных, псевдо дружественных, наций и есть раскол русского единства) возникшие части априори оказываются в напряжённых отношениях. Трудно "по справедливости" разделить бывшее общее хозяйство, возникает чувство ревности к бывшим соплеменникам из-за территорий (поди разберись где какая новая "нация" живёт, если они ещё вчера были одним народом), да и сам факт раскола все стараются объяснить кознями соседей, вынося за скобки собственную беззабальность.

Если факт раздела произошёл, то никто уже никому ничего не должен: ни любви, ни дружбы, ни взаимопонимания, ни тем более помочи в создании на некогда общих территориях независимого государства. Тут уж начинает работать принцип "каждый за себя" и "хорошие украинцы" прекрасно это понимали, когда объясняли России почему она "должна" обеспечивать им экономические преференции, пока они будут вступать в ЕС и НАТО, ибо "наше место в Европе".

Если очень "хорошим" но совершенно "независимым" украинцам было настолько необходимо суворенное государство, то только они сами и никто другой должны были озабочиться его сохранением.

Но допустим на секунду, что в России возобладало традиционно покровительственное отношение к "братьям меньшим" и она решила заняться политической благотворительностью. Зададимся вопросом, а возможно ли воссоздание "новой дружественной Украины", под руководством "хороших украинцев"?

Я не сомневаюсь, что в Москве и окрестностях можно набрать несколько сотен желающих поруководить какой-нибудь Украиной и несколько тысяч желающих им помочь в освоении бюджетов, на выделение которых Россией "хорошие украинцы" рассчитывают. Однако наличие даже пары десятков тысяч политических инфантолов и авантюристов (инфантолы искренне верят в "Украину будущего", а для авантюристов это просто бизнес) не является основанием, достаточным для создания собственного государства.

На территории России проживают куда более многочисленные народы, с куда более богатой историей (в том числе и имевшие некогда самостоятельную государственность и до сих пор сохранившие отличную от русской национальную культуру), которые на собственную государственность не претендуют, хоть потенциально и могут её создать без посторонней помощи. Просто им в "своём" национальном государстве будет жить хуже и беднее, чем в России, способной не только эффективно осваивать природные богатства и развивать экономику, но и (что гораздо важнее в современных условиях) эффективно защищать всё наработанное поколений.

По логике "хороших украинцев" получается, что если

допустим в Твери местная элита объявит себя "хорошими тверичами", которые даже собственное государство имели, когда об Украине никто ещё не слышал и теперь хотят жить с Россией в дружбе, но в отдельном государстве, то Москва будет обязана восстановить для них Великое княжество Тверское и обеспечить ему экономические преференции, гарантирующие безбедное существование. Причём остальных жителей потенциально суверенной Твери и спрашивать не надо нужен ли им такой подарок.

Конечно, "хорошие украинцы" сошлются на то, что на Украине-то как раз проживают десятки миллионов людей, давно сделавших свой выбор в пользу суверенной государственности. Но это будет либо добросовестным заблуждением, либо целенаправленной ложью (в зависимости от того совестливый инфантол с нами будет беседовать или бессовестный авантюрист).

Не будем вспоминать о том, что второй украинский референдум, на котором большинство якобы проголосовало за независимость, подавался организаторами, как предпосылка к заключению нового союзного договора на основе перераспределения прав и полномочий в пользу союзных республик. В конце концов, это было давно, многие голосовавшие тогда за независимость уже и не помнят на чём основывался их выбор, да и значительная часть населения современной Украины в силу возраста не могла участвовать в том референдуме: либо ещё не родились, либо были слишком молоды.

Примем ситуацию такой, как она есть. Независимое украинское государство просуществовало больше тридцати лет. К чему оно пришло? Чем собственно собираются управлять "хорошие украинцы"?

Во-первых, при всех правительствах русофobia развивалась по нарастающей, что свидетельствует о её имманентности системе – не народной традиции, потому, что народ довольно долго сопротивлялся этой тенденции, его удалось сломать только вырастив новые поколения, воспитанные в идеологии политического украинства, а именно системе, которая всеми силами навязывала народу русофобскую государственность. Не европейскую, поскольку европеизм не обязательно означает русофобию, а именно русофобскую, для которой стремление "в Европу" было лишь прикрытием желания уничтожить Россию.

Сразу оговоримся, что ситуацию с "ядерной ничьей" мы в этом материале рассматривать не будем. Это такой же форс-мажор, как падение на Землю астероида, размером с половину Луны, не оставляющее человечеству шансов на выживание.

Поскольку "хорошие украинцы" на смогли (да и не особенно пытались) сломать эту тенденцию тогда, есть веские сомнения, что они смогут сделать это сейчас. Тем более, что люди, принадлежащим к разным политическим ответвлениям "хорошего украинства" не скрывали, а наоборот многократно публично утверждали, что с украинскими националистами (даже самыми радикальными) они общий язык будут искать и найти, а вот не захотевшие "перековываться" в украинцев русские, веками живущие в южно-русских землях, для них если не враги, то уж точно не союзники. Более того, курс на союз с националистами являлся не теорией, но практикой всех украинских правительств. Она не всегда афишировалась, но всегда последовательно реализовывалась.

Таким образом, есть основания считать, что через некоторое время, укрепив свою власть, "хорошие украинцы" возобновят курс на мягкую русофобию, которая с годами будет становиться всё более жёсткой. Они и сейчас не желают формально признавать даже утрату Крыма и Севастополя, заявляя, что в случае прихода к власти будут "вести на эту тему переговоры".

Во-вторых, Украина, управляемая по лекалам "хороших украинцев" (а до 2014 года Киев поддерживал с Москвой нормальные экономические отношения и, за исключением периода ющенковского правления вёл себя более-менее прилично в политическом плане, живя по принципу: "газ, конечно, воруем, но зато 9-е мая празднуем") за тридцать лет пришла в состояние несостоявшегося государства, переживая крупнейшую в истории политическую, экономическую, финансовую, демографическую и военную катастрофы. "Хорошие украинцы" могут сказать, что это результат последнего десятилетия, когда страной правили "плохие украинцы", но это будет неправдой. Все тенденции наметились и стали развиваться уже в средине 90-х.

Просто катастрофа нарастила постепенно, но на Украине потому и не проводили с начала нулевых годов перепись населения, что прекрасно знали о том, что уже тогда не менее десяти миллионов номинальных граждан Украины постоянно жили за рубежом, имея российское, польское, итальянское, германское и т.д. гражданство или находясь в процессе его получения. Украина потому и имела законодательство, не признающее двойное гражданство и делающее практически невозможным выход из украинского, что это позволяло манипулировать статистикой, зачисляя в свои граждане миллионы людей, давно разорвавших с ней всякие отношения.

Фальсификации не ограничивались демографией, распространяясь на все социальные, экономические и прочие процессы.

На данный момент на территориях, подконтрольных киевскому режиму по оценке российских и западных экспертов осталось миллионов 15-17 населения (причём это оптимистичная оценка). К окончанию войны численность

населения потенциальной "новой Украины", территории, которые Россия и Польша теоретически могут оставить неразделёнными (хотя зачем?) составит не более десяти миллионов.

Остальные либо убегут на Запад, спасаясь от наступающих российских войск, либо верят украинской пропаганде и считают, что в России давно доели последнего ежа, а последний унитаз выставлен в качестве музеяного экспоната, причём мало кто точно помнит его назначение. Либо передут в Россию или в Европу? потому что в ходе боевых действий будут разрушены их города и выживание за пределами сельской местности станет проблематичным.

Конечно, десять миллионов – тоже немалое по европейским меркам население – прибалтов всех вместе в два-три раза меньше (их тоже сложно считать), но живут и не пыхтят. Но надо иметь в виду, что его состав критически изменится. Доля старииков и инвалидов превысит 60% - все, способные найти работу в нормальной стране покинут эту зону перманентного бедствия. Резко упадёт количество мужчин детородного возраста по отношению к количеству женщин. Мужчины помимо эмиграции ещё и массово утилизируются на фронте и ближайшие месяцы эта тенденция будет только нарастать.

То есть, дальнейшее обвальное падение численности населения "хорошей Украины" неизбежно, демографический кризис будет нарастать, а с запустением территории говорить о каком-то их экономическом возрождении просто не приходится.

Так чем, кроме более, чем стомиллиардного внешнего долга, собираются управлять "хорошие украинцы"? Страной без населения? А где же тогда нация, ради которой "Россия должна" помочь в реставрации нежизнеспособного лимитрофа?

"Нация", если даже допустить, что она была, хоть как по мне, просто не успела сложиться, продемонстрировала полную неспособность к государственному строительству. Все концепции украинской государственности, взятые на вооружение местной элитой (как "хорошими", так и "плохими" украинцами) вели к нынешнему закономерному итогу.

Я ещё в средине 90-х говорил, что если Украина добьётся своего, если сбудется "мечта идиота", то она превратится в поле боя между Россией и США, после чего кто бы ни победил (а скорее всего Вашингтон с Москвой рано или поздно договорятся) от Украины не останется камня на камне, а выживших украинцев будет так мало, что право демонстрировать их чучела после смерти будут оспаривать друг у друга кунсткамеры всего мира, дорого выкупая тела ещё при жизни их обладателей.

Это было настолько очевидно, что ситуация не нуждалась в сколько-нибудь глубоком анализе. Ведь если вы связываете свою судьбу с борьбой за чужие интересы, в расчёте на то, что потом вам воздастся, то пепелище на месте собственного дома вам обеспечено, ибо чужим вас не жалко.

Вот и сейчас, когда поражение Украины в военном конфликте стало реальностью, отложенной на некоторое непродолжительное время, что признают даже американские военные и политики, Вашингтон не стремится сохранить популяцию своих верных слуг, вовремя прекратив бесмыслистную бойню, что всецело в его власти, так как ни воевать, ни существовать без западной поддержки Украины не может. Наоборот, американцы пытаются добиться физического уничтожения как можно большего числа граждан Украины, поощряя тотальную мобилизацию и затыкание дыр на фронте необученным пушечным мясом, а также разрушения как можно большего количества городов, по американской наводке превращаемых режимом Зеленского в "крепости".

Фраза, вынесенная в заголовок является лозунгом партии Социалистов-революционеров (эсеров). Это самая массовая социалистическая партия предреволюционной России, опиравшаяся на стомиллионное крестьянство империи, чьи интересы защищала.

Подчеркну, "европейский выбор", предполагающий в конечном итоге службу американцам – не оспариваемый политический приоритет, как "хороших", так и "плохих" украинцев. Они лишь незначительно различаются в видах путей его реализации. То есть, свою судьбу несостыдившаяся "нация" выбрала самостоятельно, когда с радостным повизгиванием стремилась в американское рабство.

Так что "Россия должна" воссоздать для "хороших украинцев"? Богадельню для политических неудачников? Ну если уж их так жалко, то можно выделить для этих целей один-два пансионата в Подмосковье, пусть там несчастные получат койку и трёхразовое питание. Но мне почему-то кажется, что эти, в большинстве своём весьма зажиточные люди не захотят менять квартиры в Москва-сити и дома в Крыму (или на Лазурном берегу, если кому-то удалось отбиться от конфискации западными друзьями) на койку у окна и компот из сухофруктов.

В общем, пора понять, что "хороших Украин" и "хороших украинцев" не бывает. Русский, переставший быть русским (а иначе невозможно стать украинцем) будет только анти-русским. Если, залив кровью разожжённый Украиной пожар, мы допустим сохранение на данной территории хотя бы собачьей будки с надписью "Украина", в ней обязательно выведется бешеный пёс, мечтающий нас загрызть.

Так что лучше не экспериментировать. Эксперимент провалился.

Американцы захотели Путина в президенты

Предвыборная гонка в США получила неожиданный поворот. Американцы устали спорить, кто хуже: Байден или Трамп. «Многим гражданам нашей страны, — констатирует издание The American Thinker, — захотелось видеть на месте лидера такого человека, как Путин».

Респектабельный интернет-ресурс отмечает, что популярность президента России растет среди простых американцев, вопреки всей русофобской пропаганде: «За всей его показной воинственностью американцы начинают видеть в Путине человека и лидера, который заботится о своей стране и своем народе гораздо усерднее, нежели наши власти заботятся о нас».

Ладно, American Thinker — это консервативное издание. Но и либеральнейшая британская Guardian вынужденно признает то же самое. На только что закончившейся Конференции консервативных политических действий американцы постоянно противопоставляли Путина Байдену, ругательски ругали «поджигателей войны» из демпартии и требовали прекратить поставки оружия и денежные вливания на Украину.

«Мне нравится Путин, — поделилась с The Guardian мнением участница конференции. — Я думаю, у него есть мужество и он заботится о своей стране».

Откуда у них вдруг такая любовь к российскому лидеру? Нашему человеку в этом сразу чудится какая-то засада. Мы слишком хорошо помним, как безбожно льстили советским руководителям американские СМИ в годы, когда те разваливали Советский Союз.

Однако сегодня все наоборот. В официальных англосаксонских СМИ Путин по-прежнему изображается как «Доктор Зло». А вот народные массы в США относятся к нему куда сложнее. Взрыв американской любви к российскому президенту спровоцирован, как ни парадоксально, его предельно жесткой позицией по отношению к врагам России.

Неделю назад до американских партнеров было официально доведено решение России о приостановке участия в договоре об ограничении стратегических ядерных

вооружений. Оно произвело впечатление разорвавшейся бомбы. У наших стратегических противников нет пока ответа на этот ход.

Зато они очень быстро поняли, что предостережения российского руководства — это отнюдь не блеф. Раньше некоторые «эксперты» утверждали, что обращать внимания на заявления России не следует. Сегодня таких «экспертов» клеймят за авантюризм их собственные коллеги.

И вот широкие народные массы США оказались перед интересной дилеммой. Руководитель страны — их стратегического противника откровенно предупреждает Белый дом не вмешиваться в украинский конфликт, иначе это может привести к ядерной войне. То есть Путин проявляет ответственность и заботу о судьбах миллионов людей.

В то же время их собственный лидер продолжает упорно лезть на Украину, наплевав на то, что за его авантюры предстоит расплачиваться миллионам простых американцев. Хозяин Белого дома готов бросить жителей США в радиоактивное пекло, а сам вместе с сыночком будет отсиживаться в бункере.

Да тут еще очень некстати высокочил Зеленский с обещанием, что американцам придется отправить своих сыновей и дочек «умирать за Украину». И Джо Байден его даже не одернул.

Простые американцы — те, у кого нет денег, чтобы купить себе бункер или уехать в Новую Зеландию, — видят, что об их будущем, как и о будущем всего мира, сегодня заботится только российский президент.

В то время как их собственные лидеры, непонятно как прорвавшиеся во власть, готовы спихнуть все человечество в жерло ядерной войны. Натурально, американцы высказываются в соцсетях в стиле «хотим такого, как Путин».

Есть и еще один важный фактор. Решение России о выходе из СНВ привело к резкому росту запросов в американских поисковиках на тему «сколько стратегических ракет есть у России» и «как быстро русские ракеты долетят до США». Вместе с этим к миллионам американцев пришло осознание



ние того, что они противостоят равной по силе державе.

До этого они воевали только с безъядерными странами с хилой армией и коррумпированными элитами. Жители этих стран ими вообще не воспринимались как люди — просто как колониальные зверушки, чего-то себе чирикающие.

К представителям страны, равной по силе, совсем другое отношение. Моментально кончились все колониальные заходы про «загадочность» России и тайну русской души. Американцы увидели в нас равных противников, а значит, сумели стать на наше место и признать, что у нас могут быть свои интересы.

Десятилетиями наши либералы ныли на тему того, что воинственность России может рассорить ее со всеми странами.

На самом деле это работает совершенно наоборот. Убедительная демонстрация силы вызывает уважение, вслед за уважением идет признание интересов, а дальше вполне могут возникнуть и «мир, дружба, жвачка». Только в таком порядке — никак иначе.

Самый радикальный пример такого перерождения ненависти в любовь изумлен-

ные наблюдатели видели в послевоенной Японии.

Бесчеловечное уничтожение Хиросимы, Нагасаки, Токио привело, как ни парадоксально, не к партизанской войне, а к истерическому преклонению перед Америкой. Очень яркие воспоминания об этом феномене есть у Константина Симонова — он был в Японии сразу после войны.

У России нет необходимости вести себя так же жестоко, как Америка. Нам было достаточно просто объявить о приостановке своего участия в СНВ.

И вот, вопреки всей лжи официальных СМИ, широкие американские массы проникаются теплыми чувствами к президенту Путину.

А телеканал Newsmax перепечатывает на своем сайте пост Дмитрия Медведева о приостановке российского участия в Договоре об ограничении стратегических наступательных вооружений (СНВ).

Никакой критики в этой публикации нет — журналисты просто приводят слова экс-президента России о том, что «у нас есть право защищать себя всеми видами вооружений, в том числе и ядерным».

РИА Новости

На вес золота. Россия начинает добывчу стратегического сырья



После 25-летнего перерыва в стране приступают к добыче лития. Этот металл — ключевой для изготовления аккумуляторов, комплектующих в атомной промышленности, космической и транспортной отраслей. Разработкой крупнейшего месторождения занялось совместное предприятие «Норникеля» и «Росатома». О том, почему это очень важно, — в нашем материале.

Отголоски прошлого

Россия занимает третье место в мире по запасам лития. С 1941-го его добывали рудным способом на Завитинском месторождении в Забайкалье. По объемам производства СССР уступал только Соединенным Штатам.

С 1970-х применяют более дешевую технологию — извлечение лития из природных рассолов с повышенной концентрацией минеральных веществ. Для этого в специальные резервуары собирали воду из соленых горных озер. Когда она испарялась, получался раствор с высоким содержанием редкоземельного металла. Эта методика хорошо подходила для жарких стран. Основными экспортёрами стали Аргентина, Чили и Боливия, а цены на карбонат лития

упали с восьми-девяты до трех-трех с половиной тысяч долларов за тонну.

По этой причине в 1997-м Россия свернула добычу, несмотря на то что забайкальское месторождение освоили только на 40 процентов. С тех пор Новосибирский завод химконцентратов, «Халмеком» и Красноярский химико-металлургический завод закупали сырье за границей — в Латинской Америке и Китае. Вопрос самостоятельной добычи остро встал после заморозки в прошлом году поставок из Аргентины и Чили.

В то же время некоторые страны — например, Австралия — сохранили отрасль. Это принесло им огромную выгоду: цены на металлы к концу 2022-го взлетели выше 80 тысяч долларов за тонну.

Полярный литий

Литий необходим для выпуска алюминиевых полупроцессоров, электроники, лазерной техники, используется в авиакосмической промышленности, атомной энергетике. Его независимая добыча — стратегическая задача.

С этого года совместное предприятие «Росатома» и «Норникеля» — «Полярный литий» — начинает разработку крупнейшего

месторождения Колмозерское в Мурманской области. Его обнаружили в 1947-м и до 1960-го вели геологоразведку. Но работы свернули: в те годы спрос на литий был невысок. Сейчас металл крайне востребован из-за 75-процентного роста производства электромобилей, последние два года цены на него обновляют исторические максимумы. Тенденция сохранится надолго, прогнозируют аналитики.

Импорт только карбоната лития обходится России как минимум почти в четыре миллиарда рублей в год. По мнению промышленного эксперта Леонида Хазанова, разработка Колмозерского месторождения сэкономит значительные средства, полностью обеспечит внутренний спрос и развитие экспорта.

«Благодаря совместному проекту «Норильского никеля» и «Росатома» будет сформирована единая технологическая цепочка — начиная от добычи сырья и его переработки в концентрат и заканчивая выпуском литий-ионных аккумуляторов и электромобилей. В результате Россия совершила настоящий прорыв на мировой рынок, разрушив доминирование на нем Чили, Австралии, Китая и Аргентины», — подчеркивает эксперт.

Объемы добычи составят до 45 тысяч тонн карбоната и гидроксида лития в год. Геологоразведочные работы планируют завершить через несколько лет, а выйти на проектную мощность — к 2030 году, сообщает Минпромторг.

Побочные эффекты

Помимо разработки карьера и строительства обогатительной фабрики, нужны дороги и линии электропередачи. «Норильский никель» обсуждает план инфраструктуры с коренным населением. Маршруты не должны проходить через культовые места, исторические погребения и хозяйственные земли — в районе два оленеводческих совхоза.

«Мы руководствуемся принципами свободного, предварительного и осознанного согласия, заложенными в уставе ООН. Каждый шаг согласовывается с коренными народами, проживающими поблизости», — заявляют в компании.

Для определения значимых мест предприниматели привлекают исследователей, изучают архивы и беседуют с местными жителями. «Еще прошлым летом провели консультации в поселках Ловозеро и Красноярье — они относительно недалеко от потенциального участка месторождения. Пообщались с людьми, которые здесь живут и ведут хозяйство, выслушали их мнение, опасения и рекомендации», — пояснил агентству представитель «Норникеля». Процесс согласования завершится в 2024-м.

Кроме того, компания оценивает воздействие работ на окружающую среду. Основной ущерб нанесет выемка земли. Технология производства не предполагает токсичных выбросов или отходов. Побочными продуктами завода по переработке концентратов будут гипс и алюмосиликаты, аналогичные белой глине. Сама продукция не токсична. Так, карбонат лития используют в фармацевтике в качестве успокоительного средства, а гидроксид лития — это слабая щелочь.

Леонид Хазанов отмечает, что имеющиеся технологии переработки литийсодержащих пегматитов позволяют обеспечить при производстве замкнутый водооборот и не допустить вредных выбросов в атмосферу. Влияние на окружающую среду сведется лишь к образованию карьера, а также к накоплению отвалов, состоящих из полевых шпатов и кварца. Их можно использовать в керамической и стекольной отраслях, например для изготовления облицовочных плиток, а песок и щебень — для строительства дорог.

РИА Новости

