

Читайте
в следующем
номере:

Её богатство -
семья

"Родник"

Памяти павших
будьте достойны

«Майские новости» - в  Telegram

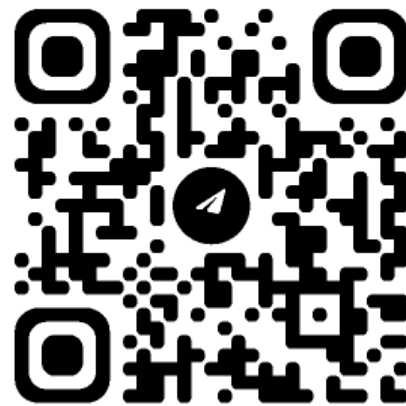
Общественно-политическая

газета Майского муниципального района

МАЙСКИЕ НОВОСТИ

№ 149-150 (13646-13647)

СРЕДА
18 декабря
2024



@MNGAZETA

Газета учреждена решением РК ВКП(б), первый секретарь райкома партии Медведев Афанасий Федорович

Мы единый многонациональный народ!

12 декабря в Майском районе состоялось торжественное мероприятие,
посвящённое Дню Конституции Российской Федерации

Этот день стал особым для юных граждан - Ислама Ансокова, Данила Кузьмина, Макара Рязанова из школы № 3, Амилии Дышековой, Данила Кафоева, Аслана Османова, которые учатся в школе № 4, а также Кирилла Федотова, учащегося школы № 6 с. Октябрьского, которые получили паспорта граждан Российской Федерации.

Главный документ им вручили глава местной администрации Майского муниципального района Татьяна Саенко и заместитель начальника отделения по вопросам миграции ОМВД России по Майскому району, специалист-эксперт Мурат Гучаков.

В своем приветственном слове руководитель администрации района отметила, что на первый взгляд такие простые слова, заключенные в Основном законе страны, содержат в себе мощь и несокрушимую силу нашей Родины, потому что мы единый многонациональный народ.

Вручая паспорта, Татьяна Викторовна отметила, что этот документ дает юным гражданам не только определенные права, но и дополнительные обязанности.

- Сейчас ваша главная обязанность: хорошо учиться, помогать младшим, заботиться о старших. Будьте всег-



да активными и запомните этот замечательный день, когда вы стали полноправными гражданами России, - сказала Т. В. Саенко.

Татьяна Березгова, представитель местного отделения партии «Единая Россия», зачитала наказ ребятам и

вручила каждому экземпляр Конституции Российской Федерации, а также обложки на паспорта от общероссийского объединения детей и молодежи «Движение первых».

2 стр.



Татьяна Саенко, Анастасия Синицина



Сергей Хиврич



Уважаемые майчане! Заканчивается подписка на районную газету на I полугодие 2025 г.

МАЙСКИЕ
НОВОСТИ

Индекс «МН» - 51547

подписка в отделениях связи
и у почтальонов (с доставкой на дом):
на 6 месяцев - 819,42 руб.
на 3 месяца - 409,71 руб.
на 1 месяц - 136,57 руб.

подписка в редакции «МН»
(с получением
газет непосредственно
в редакции):
на 6 месяцев - 396 руб.

электронная версия газеты в
формате PDF на 6 мес. - 396 руб.

подписка ведомственная:
на 6 мес. - 450 руб.

Мы единый многонациональный народ!

Начало на 1 стр.

В рамках мероприятия состоялось награждение членов участковых избирательных комиссий по итогам выборов Президента Российской Федерации и Парламента Кабардино-Балкарской Республики, которые состоялись в 2024 году.

Председатель Территориальной избирательной комиссии Наталья Канаева поблагодарила коллективы избирательных комиссий района, которые были задействованы в подготовке и проведении выборной кампании, а также тех, кто сыграл ключевую роль в обеспечении прозрачного хода избирательного процесса и его безопасности.

Глава местной администрации Майского муниципального района Татьяна Саенко и председатель Майской ТИК Наталья Канаева вручили благодарности и почётные грамоты ЦИК РФ и ЦИК КБР, отметив вклад каждого в проведение выборов.

Благодарностью председателя Центральной избирательной комиссии Российской Федерации по итогам проведенных выборов Президента Российской Федерации награждены Анастасия Синицина, председатель участковой избирательной комиссии № 79, и

Сергей Хиврич, председатель участковой избирательной комиссии № 96.

Среди активных граждан, которые всегда готовы прийти на помощь району - председатель СХПК «Ленинцы» Владислав Русс, Светлана Чепцова, Наталья Любашина, руководитель турецкой общины Майского района Мавлюд Даврушев, ИП Радина Тхашигуова, ИП Давид Хачатрян, Джамисаф Шайбов, Нусратдин Мадатов. Им вручены Благодарности местной администрации Майского района.

Праздничную атмосферу создавали солисты и творческие коллективы Дома культуры «Россия» и школы искусств имени З. Н. Контер. Их творчество стало достойным украшением мероприятия.

День Конституции - это не только праздник законодательной системы, но и напоминание о том, что каждый гражданин вносит свою лепту в развитие нашего государства. Мы желаем молодежи с гордостью носить звание гражданина Российской Федерации и помнить, что будущее страны зависит от их инициатив и дел.

Пресс-служба местной администрации
Майского муниципального района



Наталья Канаева, Геннадий Милокост

Волонтеры подводят итоги

В Майском районе состоялось торжественное мероприятие, посвященное пятилетию филиала Ресурсного центра развития волонтерства (добровольчества) КБР

С момента основания в 2019 году филиал привлёк более 270 активистов в возрасте от 14 до 55 лет. Волонтеры активно участвуют в различных мероприятиях, в том числе в поддержке участников СВО.

В рамках празднования юбилея глава администрации Майского района Татьяна Саенко выразила благодарность активистам. Грамотами местной администрации района были награждены Саида Куштаева (на снимке справа), активистка движения «Вера сильнее огня», Ку-

листана Горбулинская, основатель волонтерской группы «Казачий покров», и Элеонора Атамурзаева, активистка данной группы.

Особое внимание участников мероприятия привлекла «Школа будущего волонтера», где работали три тематические площадки. Молодые люди могли принять участие в мастер-классе по изготовлению окопных свечей или в формировании посылок с гуманитарной помощью для участников специальной военной операции. Каждая посылка сопровождалась открыткой с пожеланиями, что придавало ей особую душевность и теплоту.

В честь юбилея была оформлена стена с логотипом ресурсного центра, на которой каждый мог оставить свой символический след. Это стало наглядным подтверждением единства и солидарности всех участников движения.

Празднование первого юбилея филиала стало значимым событием, объединившим волонтеров и вдохновившим многих молодых людей на дальнейшую активную социальную деятельность.

Наш корр.



■ КОНКУРС

В Кабардино-Балкарии будет ежегодная премия для талантливой молодежи

Цель конкурса «Гордость КБР» – выявление и поощрение молодежи, внесшей вклад в развитие региона. Кандидатами премии могут стать молодые люди Кабардино-Балкарии в возрасте от 18 до 35 лет, которые проживают, обучаются в республике, а также выходцы из региона, реализующие себя за её пределами.

Конкурс проходит в девяти номинациях - «Мастер своего дела», «Молодой учёный», «Волонтер года», «Спортсмен года», «Друзья КБР», «Хранитель культуры», «Лидер сообщества», «Артист года», «Выбор молодежи».

Подать заявку на участие можно на сайте: <https://gordostkbr.bitrix24site.ru/>.

ДОБРЫЕ
СОВЕТЫ

почитаем
на досуге

Здоровье Красота
Кухня Сад - огород
Ответы на вопросы читателей

Астрологический прогноз
23-29 декабря

Крупные покупки, сделки с недвижимостью и новые проекты будут удачны. В личной жизни может наступить период кризиса. Не нужно идти на поводу у эмоций, лучше постарайтесь найти способ вернуть былые чувства. Старайтесь не вмешиваться в чужие разговоры, иначе наживёте врагов.

ОВЕН. Звёзды говорят: «Держитесь нейтральной тактики. Действие напролом или неспешное планирование предстоящих шагов одинаково неблагоприятны». Опасайтесь мелочности и нерешительности. Не стоит проявлять отвагу и безрассудную решительность.

ТЕЛЕЦ. Ваши текущие дела могут в корне измениться по вине обстоятельств или недоброжелателей. Период крайне неблагоприятен для высокой профессиональной активности. Вероятно, что новое деловое знакомство или встреча с противоположным полом не принесут вам ничего, кроме разочарования и сожалений.

БЛИЗНЕЦЫ. Возможно получение лёгких денег, которые не задержатся в вашем кошельке надолго. Период хорош для выполнения поручений руководителя, деловых поездок. В семейных отношениях звёзды рекомендуют обратить ваше внимание на партнёра, возможно, ему не хватает вашего внимания.

РАК. Будет благоприятна учёба и изучение новой профессии. Также хорошо заниматься активным спортом. Неожиданно вам сейчас предложат поддержку или окажут одобрение вашим действиям. Если вам нужна финансовая помощь, смело просите.

ЛЕВ. Доведите начатое дело до конца, какой бы невыполнимой ни казалась задача. Сейчас ваших сил хватит не только на это. Вы можете заключить выгодный контракт, тем самым улучшив ваше финансовое положение. Вас может попросить о помощи кто-то из родственников.

ДЕВА. Благоприятный период для совершения сделок и заключения контрактов. Но, принимая решение, полагайтесь только на своё чутьё. Советы окружающих могут сбить вас с толку. Если вы находитесь в ссоре с близким вам человеком, самое время сделать первый шаг. Оставьте обиды и недопонимания в прошлом.

ВЕСЫ. Любовь к развлечениям и легкомысленное отношение к жизни уже сейчас стоит пересмотреть - и то, чем вы занимаетесь, и своё отношение к близким людям. Возможно, им хотелось бы от вас большего участия в решении совместных проблем. Если вы не поменяете своё отношение, ваш любимый человек может просто уйти, не попрощавшись.

СКОРПИОН. На этой неделе лучше остаться дома и отложить все дела. Если у вас нет такой возможности, постарайтесь не принимать важных решений и не вступать ни с кем в конфликт. На работе вам стоит быть более внимательным, чем обычно. Будьте осторожны при занятиях спортом.

СТРЕЛЕЦ. В воздухе царит напряжение. Очень важно сдерживаться, противостоять соблазнам и не поддаваться вредным привычкам. В работу нужно будет вложить все свои силы и взглянуть под другим углом на привычные обязанности. Выходные звёзды рекомендуют провести на природе.

КОЗЕРОГ. Период неблагоприятен для вас. Слишком резкие суждения в разговоре могут оттолкнуть людей, в которых вы нуждаетесь. А излишняя требовательность к близким может привести к ссоре. Вас может посетить чувство ревности.

ВОДОЛЕЙ. Любое дело, к которому вы приложите руку, за вершится успешно. В любовных отношениях царят гармония и любовь. В работе вы сможете преодолеть все трудности и решить все проблемы. В выходные возможна поездка за город.

РЫБЫ. Возможно разрешение трудового спора, или проблем с имуществом. У вас появится новый источник заработка. Вряд ли эта работа окажется стабильной, но ваше финансовое положение может заметно улучшиться. Благоприятный период для получения знаний и профессиональных навыков.

Боковое движение лошади

План затрат на предстоящее мероприятие

Автодеяние в духе Деточкина

Паукообразное ядовитое животное

Итог логичных рассуждений

Титул Монте-Кристо

Народное собрание на Руси

Царь, наказанный богами (мифол)

Автобус, троллейбус, поезд

Мастер, ас, профессионал

Они решают все

Плавник водоплавающей птицы

Красный раздвоенный язык

Сыщики Ниро и Арчи Гудвин

Прекращение названия рок-групп

Внезапная полицейская проверка

Японская настольная игра

Абориген Ади-Абеби

Микроавтобус из Египта

Неразлучная подружка Европы

Из него - твердые обложки

И каскадер и ловкий мошенник

Лишнее расстояние в пути

Тригонометрическая функция

Французское «гудбай»

И Аллах и Зевс и Велес

Первый советский телевизор

Высокая зимняя и ботинная обувь

Знаменитый шведский квартет

Небольшое литературное произведение

Парламент США

Лидер на скачках

Мистер с варшавских улиц

Ядовитый змея Рикки-Тикки-Тави

Рыболов

УЛЫБНИТЕСЬ

Житейские истины женщины

Мне бы колечко... А то пальчики мёрзнут.

Худею на трёх диетах — двумя не наедаюсь.

Я как кабриолет, такая классная, а крыши нет!

Мы бабы сильные: и мусор вынесем, и мозг, если нужно!

Женская народная забава: сама придумала, сама обиделась.

Я как шампанское, могу быть игривой, а могу и в голову дать...

Иногда мужа от меня трясёт — все-таки я потрясающая женщина!

Когда уже научатся проводить свет в женские сумки? Очень надо!

Сегодня утром, пока красилась, 5 раз в обморок падала от своей красоты...

Так хочется быть слабой женщиной, но, как назло, то кони скачут, то избы горят...

В принципе, женщина может и промолчать, но дело в том, что у женщины нет такого принципа.

Женщина должна быть любимой, счастливой, красивой! А больше она никому ничего не должна.

Он ест — я готовлю, он носит — я стираю, он разбирается — я убираю. И что бы я без него делала-то...

Женщина должна принадлежать тому мужчине, который решит все её проблемы, а не создаст новые.

Погода в Майском

Ср 18 Чт 19 Пт 20 Сб 21 Вс 22 Пн 23 Вт 24

ТЕМПЕРАТУРА ВОЗДУХА, °C

НАПРАВЛЕНИЕ ВЕТРА

ОСАДКИ В ЖИДКОМ ЭКВИВАLENTE, мм

ОТНОСИТЕЛЬНАЯ ВЛАЖНОСТЬ, %

Страницы подготовлены по материалам центральной прессы и интернета

Известный астролог и телеведущая Василиса Володина составила гороскоп на 2025 год для представителей всех знаков Зодиака

Согласно ее прогнозу, нас ждет год, полный перемен и новых возможностей.

ОВЕН. 2025 год станет временем динамичных изменений. Вы будете полны энергии и решимости, что позволит вам добиться значительных успехов в карьере и личной жизни. Во второй половине года возможно повышение по службе или смена деятельности. В отношениях с близкими людьми возможны небольшие конфликты, но вы сможете найти компромиссы и укрепить связи.

ТЕЛЫЦЫ в 2025 году смогут сосредоточиться на своих внутренних ресурсах и раскрыть свои скрытые таланты. Вы будете склонны к глубокому самоанализу, который поможет вам лучше понять себя и свои потребности. В финансовой сфере возможны неожиданные поступления, но также и непредвиденные расходы. Важно проявлять осторожность и не совершать необдуманных трат.

БЛИЗНЕЦЫ. Год станет периодом активного общения и новых знакомств. Вы будете много путешествовать и находить интересные связи. Возможны выгодные деловые предложения и перспективное сотрудничество. В личной жизни возможны, как яркие романы, так и серьезные отношения, которые приведут к созданию семьи.

РАКОВ в 2025 году ожидает стабильный и спокойный период. Вы сможете уделить больше времени домашним



делам и близким людям. Возможны перемены в жилье или улучшение финансового положения. В профессиональной сфере вас ждут успех и признание коллег. Однако стоит быть осторожнее с инвестициями и не принимать рискованных решений.

ЛЕВ. 2025 год станет временем больших перемен и новых возможностей. Вы сможете проявить свои лидерские качества и добиться значительных высот в карьере. Возможны новые проекты и смена деятельности. В личной жизни возможны романы и страстные увлечения, которые принесут яркие эмоции и вдохновение.

ДЕВЫ будут сосредоточены на практических вопросах и решении повседневных задач. Вы будете склонны к тщательному планированию и анализу, что поможет вам достичь своих целей. Возможны небольшие финансовые трудности, но вы сможете преодолеть их благодаря своим трудолюбию и упорству. В отношениях с близкими людьми

возможны недопонимания, но вы сможете найти компромиссы и сохранить гармонию.

ВЕСЫ. 2025 год станет периодом гармонии и равновесия. Вы будете полны оптимизма и ощущения внутреннего спокойствия. Возможны новые романтические знакомства и укрепление существующих отношений. В профессиональной сфере вас ждут удачи и признание заслуг. Однако стоит быть осторожнее с финансовыми вложениями и не совершать необдуманных трат.

СКОРПИОНОВ ожидает трансформация и духовный рост. Вы будете склонны к глубокому самоанализу и поиску ответов на важные вопросы. Возможны изменения в карьере или смена деятельности. В личной жизни возможны новые романы, а также серьезные отношения, которые приведут к созданию семьи.

СТРЕЛЕЦ. Год станет периодом приключений и новых впечатлений. Вы будете много путешествовать и заводить интересные знакомства. Мо-

гут поступить деловые предложения для перспективного сотрудничества. В личной жизни возможны, как страстные романы, так и стабильные отношения, которые проверят вас на прочность.

КОЗЕРОГИ смогут сосредоточиться на своих карьерных целях и добиться значительных успехов. Вы будете полны энергии и решимости, что позволит вам преодолеть все препятствия на пути к вашим амбициям. Возможны новые проекты и смена деятельности. В личной жизни возможны небольшие конфликты, но вы сможете найти компромиссы.

ВОДОЛЕЙ. 2025 год станет периодом творчества и самовыражения. Вы сможете раскрыть свои таланты и найти новые способы проявить себя. Возможны новые интересные знакомства и укрепление родственных отношений. В профессиональной сфере вас ждут успех и признание коллег. Однако стоит быть осторожнее с финансовыми вопросами и не совершать необдуманных действий.

РЫБЫ в 2025 году будут сосредоточены на духовном росте и поиске внутренней гармонии. Вы будете склонны к размышлениям и медитации. Возможны путешествия или встречи с интересными людьми, которые расширят ваш кругозор. В личной жизни возможны новые романы или продолжительные отношения, которые проверят вас на прочность.

Какой главный совет на 2025 год могут дать звезды?

«Развивайте решимость, самостоятельность, не бойтесь брать на себя роль лидера и первопроходца.

«Реформируйте свой круг общения, заводите новые знакомства и связи, учитесь новому, будьте проактивны, подвижны и любознательны. Именно этого требуют огненно-воздушные энергии года.

«В то же время важно не забывать о своем внутреннем мире, душе, чувствах — своих и чужих. Юпитер в Раке — хорошее время изучить себя, погрузиться в глубину. И возможно отыскать там новые смыслы, которые подтолкнут вас к неожиданным и чудесным свершениям.

В 2025 году в свои владения вступает Зеленая Деревянная Змея



Это мудрое животное, способное уравновесить представителей излишне темпераментных знаков Зодиака и помочь определиться и активизироваться мечтательным и склонным к непостоянству натурам.

Каждый знак сможет взять от Деревянной Змеи каплю мудрости, пронизательности и деловитости. И, конечно, умение обходить острые моменты и находить выход в сложных

ситуациях.

Сама по себе Змея остается спокойной и расслабленной, напрягаясь только в случаях конкретной опасности. Именно поэтому от нее не стоит ждать подвоха или внезапности, если подходить к своим делам ответственно и добросовестно.

В немилости на первый взгляд миролюбивой и терпеливой Змеи окажутся недалековидные люди, действующие напролом. Грубая сила — это точно не про покровителя 2025 года. Чтобы не разозлить Змею, важно научиться выстраивать долгосрочные стратегии, проявлять мягкую силу и дипломатичность.

Испытанием, которое «змеиной нитью» будет идти через весь год, будет соблазн отдалиться простым решениям и спонтанным порывам. Такой выбор вряд ли приведет к хорошим

результатам. Чтобы сделать Змею своей союзницей, а не врагом, нужно действовать продуманно. Возможно, такой путь займет больше времени, но он с большой вероятностью приведет к желанным целям.

Также 2025 год может для многих стать периодом перемен: как внешних, так и внутренних. Все потому, что Зеленая Деревянная Змея будет подталкивать к поиску гармонии и ответам на вопросы, которые приведут к профессиональному и духовному росту. В процессе она научит нас адаптироваться к разным ситуациям: возможно, раскроет качества, потенциал которых был неочевиден. Так что настоящие сокровища «змеиного тайника» в 2025 году откроются тем, кто умеет играть в долгую, доверять своей интуиции и жизненному опыту.

■ ЗДОРОВЬЕ

Как приучить подростка питаться правильно

Полезные привычки

Улучшение питания ребенка должно начинаться с питания родителей. Если взрослые налегают на тортики, чипсы, фаст-фуд, тогда как ждать от их чада того, что оно будет любить овощи и цельно-зерновой хлеб? Поэтому нужно сначала наладить свой собственный рацион питания. Или хотя бы убрать нездоровую еду из дома, а в качестве перекусов применять овощи, фрукты, орехи, йогурты.

Избегайте противостояния

Подросток изъявил желание есть продукты руками? Хорошо, однажды вечером приготовьте ему полезный гамбургер с салатом. Ребенок любит пироги больше, чем овощи? Не заставляйте его есть овощи любой ценой. Постоянная борьба с желаниями детей - не лучший стиль родительского поведения. Подросток может дома бойкотировать употребление овощей, а через неделю с восторгом съест их в гостях у приятеля. Ваша задача - предлагать детям вкусные блюда, но уважать при этом их предпочтения. Принимая то, что любит ребенок, вы принимаете и его самого, такого, каков он есть.

Развивайте у подростков критическое мышление

Реклама, красивые упаковки... Нам доступны результаты самых разных научных исследований, доказывающие, как сильно могут влиять маркетинговые уловки на молодых потребителей. Для того, чтобы помочь подросткам дистанцироваться от достаточно агрессивного манипулирования продавцов и произво-

дителей, спросите у детей, как они воспринимают все эти рекламные послания? Читайте вместе с ними этикетки товаров и помогайте им расшифровывать надписи на них.

Будьте готовы выслушать

Ваш ребенок отказывается от завтрака или ужина, так как кажется себе слишком толстым, или ест только белковую пищу, потому что хочет развить мускулатуру... Проанализируйте поведение подростка за столом и постарайтесь проконсультироваться с психологом и врачом-диетологом.

Подросток часто придает большее значение разговору с чужими людьми, чем с членами своей семьи. Объясните ребенку, с чем связаны резкие изменения в теле и в поведении растущего организма. Если подросток слишком быстро набирает или теряет вес, обсудите это с ним, а затем предложите посоветоваться со специалистом.

Задумайтесь об ассортименте

Родители маленьких детей прекрасно знают о необходимости разнообразного питания в первые годы жизни ребенка. Но разнообразное питание не менее необходимо и для подростков, которые обычно предпочитают есть одно и то же, как правило - мучное: пирожки, пиццу, пирожные, булочки. Подобная «монодиета» ведет к дефициту витаминов, микроэлементов и многих необходимых для растущего организма питательных веществ.

Почему бы не устроить семейное соревнование: кто, вернувшись из магазина,



сможет удивить остальных членов семьи каким-то новым полезным продуктом (например, проросшими зернами овса или новым сортом йогурта без сахара)?

Что делать не нужно

Не нужно критиковать внешность подростка, придумывая, что если есть побольше овощей и каш, то пройдут прыщи. Это может усугубить подростковые комплексы.

Не нужно строго запрещать вредные продукты, иначе ребенок может накинуться на все сладкое, жирное и мучное, как только выйдет из-под родительского контроля.

**Алла Вашкевич, врач-педиатр
Майской ЦРБ**

Сколько раз в день надо проветривать квартиру осенью и зимой?

В холодное время года не стоит забывать проветривать жилые помещения, даже в морозную погоду. При этом делать это нужно регулярно. Об этом рассказала врач-терапевт Татьяна Тарадеева.

Почему это важно?

По словам врача, проветривание квартиры помогает предотвратить проблемы со здоровьем и сохранить работоспособность. Особенно это важно для спальни и детских комнат.

Как пояснила терапевт, свежий воздух требуется для энергии и жизнедеятельности всех клеток организма. В непроветриваемом пространстве уровень кислорода постепенно падает, а уровень углекислого газа — растет. Это может приводить к усталости, снижению работоспособности и недомоганию, в том числе к головным болям, нарушению мозгового кровообращения и повышению артериального давления, предупредила врач.

Кроме того, в закрытом помещении активнее идет процесс размножения бактерий, различных микроорганизмов и аллергенов. Это повышает риск вирусного заболевания, появления аллергических реакций и различных болезней органов дыхания.



Как часто следует проветривать помещения зимой и осенью?

Врач рекомендует в холодное время года проветривать квартиру каждые полтора-два часа.

Как это лучше делать?

Можно открывать окна в каждой комнате по очереди на пять-десять минут. Также рекомендуется оставлять их открытыми, пока никого нет в квартире — так никто из жильцов не переохладится.

Врач не советует использовать кондиционеры или увлажнители воздуха вместо проветривания, так как они не обеспечивают помещение свежим воздухом. Более эффективный прибор, позволяющий не открывать окна для проветривания — бризер. Это установка, которая подает в квартиру воздух с улицы и очищает его от аллергенов, пыли и выхлопных газов. Многие модели также имеют функцию подогрева воздуха.

Еще раз про питание

Известный российский доктор Александр Мясников опубликовал в своем телеграм-канале пост, посвященный питанию. В частности, он перечислил несколько компонентов, которые человеку нужно съедать каждый день — хоть по чуть-чуть.

Вы должны видеть, что едите. Не читать на упаковке гипотетическое содержимое, а именно видеть: картошка, хлеб, мясо, морковь, сало и т. д. Если перед вами что-то гомогенное с красивыми словами на этикетке — воздержитесь. (Вместо «фруктового» йогурта — кефир, мацони или даже сметану, вместо вареной колбасы — вареное или запеченное мясо или даже сало и так далее).

Каждый день вы должны съедать овощ, фрукт, стакан молока (кефир, йогурт, творог или кусочек сыра), порцию морской рыбы или курицы, порцию хлеба (хлопья, каша) из цельных зерен, фасоль, бобы или схожее (хоть 3-4 ложки),

немного орехов и кусочек черного шоколада. Мясо (баранину, говядину, свинину) не менее 3 раз в неделю. Обычно врачи говорят — не чаще 3 раз в неделю. Я подчеркиваю — и не менее! Незаменимый продукт по содержанию витаминов и микроэлементов и незаменимых аминокислот.

Масла — да, растительное, оливковое предпочтительно. Но и сливочное в небольшом количестве не повредит. Но никакого маргарина и подобного ему!

Яйца — обязательно. Минимум 1 раз в неделю, максимум до трех в день.

Напитки: вода, чай, кофе. 1 бокал вина, если вы не алкоголик в «завязке». Категорически нельзя все сладкие неалкогольные напитки.

"Все что не входит в этот список, должно присутствовать только, если вам этого очень хочется, но в качестве праздника, а не на регулярной основе", — написал Мясников.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 23 декабря**ПЕРВЫЙ**

05.00 Доброе утро 0+
09.00 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00,
18.30 Информацион-
ный канал 16+
13.30 Антифейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Комбинация" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное
время
09.55 О самом главном 12+
11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55, 02.30, 03.30 Т/с "Рай-
ский" 16+
17.30 Малахов 16+
21.30 Т/с "Последний бога-
тырь. Наследие" 6+
23.50 Вечер с Владимиром
Соловьёвым 12+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Глебако" 16+
22.30, 00.00 Т/с "Морские
дьяволы" 16+
01.05 Т/с "Каспий 24" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00,
00.00 Известия 16+
05.40, 04.25 Т/с "Три капита-
на" 16+
07.15, 09.30 Т/с "Наш спец-
наз-2" 16+
08.20 Фирменный рецепт
12+
08.55 Знание-сила 0+
13.30, 17.30, 02.45, 03.20,
04.00 Т/с "След" 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное
время
09.55 О самом главном 12+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное
время
09.55 О самом главном 12+

21.25, 00.30, 01.15, 02.05 Х/ф
"Великолепная пятёрка"
16+

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 02.45 Самые
шокирующие гипотезы
16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфор-
мационная программа
112 16+
13.00 Загадки человечества
16+
14.00 Невероятно интерес-
ные истории 16+
15.00 Засекреченные списки
16+
17.00, 03.25 Тайны Чапман
16+
20.00 Х/ф "Без компромис-
сов" 16+
22.00 Знаете ли вы, что? 16+
23.30 Х/ф "Похищение" 18+
01.15 Х/ф "Взаперти" 18+

ТНТ

07.00 Однажды в России 16+
09.00 Звёзды в джунглях 16+
12.00 Т/с "СашаТаня" 16+
16.00 Т/с "Новые жуки" 16+
21.30 Комеди Клуб 16+
22.30 Большое переселение
16+
00.00 Х/ф "Валериан и город
тысячи планет" 16+
02.25 Х/ф "Ассасин. Битва
миров" 16+
04.30 Х/ф "Весёлые" канику-
лы" 16+
05.50 Однажды в России 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00 Х/ф "Ровно в полдень"
12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00,
13.00, 14.00, 15.00,
18.00, 20.00 Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир
12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05,
18.20 ОТражение 12+
11.00, 00.00 Т/с "Манекенщи-
ца" 16+
15.10 Коллеги 12+
15.50 Новости Совета Феде-
рации 12+
16.05 За дело! 12+

НТВ

11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55, 02.10, 03.30 Т/с "Рай-
ский" 16+
17.30 Малахов 16+
21.30 Т/с "Последний бога-
тырь. Наследие" 6+
23.30 Вечер с Владимиром
Соловьёвым 12+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Глебако" 16+
22.15, 00.00 Т/с "Морские
дьяволы" 16+
00.50 Х/ф "Дом на рельсах"
16+

16.45 Спецпроект ОТР "От-
чий дом". "Мужчина ре-
шил-мужчина сделал"
12+
17.00 Ректорат с Анатолием
Торкуновым 12+
17.40 Почитаем! 12+
20.40, 03.55 Т/с "Угрюм-река"
12+
22.00 Х/ф "Чужие письма"
12+
23.30 Х/ф "Рай" 18+
00.55 Свет и тени 16+
01.25 Большая страна 12+
02.20 Очень личное 12+
03.00 На приёме у главного
врача 12+
05.15 Преодоление 12+

МИР

05.00 Х/ф "Мэри Поппинс, до
свидания" 16+
07.30 Х/ф "Человек с бульва-
ра Капуцинов" 16+
09.30 Наше кино. Неувядаю-
щие 16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 Х/ф "Жених с того
света" 16+
11.15 Х/ф "Дети Дон Кихота"
16+
12.50, 16.20 Х/ф "Двенадцать
стульев" 16+
16.30 Х/ф "Берегись автомо-
биля" 16+
18.50 Игра в кино 16+
19.30 Игра в кино. Чемпионат
мира 16+
20.15 Х/ф "На Дерибасовской
хорошая погода, или На
Брайтон-Бич опять идут
дожди" 16+
22.10 Х/ф "Ва-банк" 16+
00.10 Х/ф "Ва-банк-2, или От-
ветный удар" 16+
01.45 Х/ф "Труффальдино из
Бергамо" 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Смех, дрожь и видео
16+
08.45 Х/ф "Семь вёрст до
небес" 16+
10.55 Городское собрание
12+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00
События
11.50, 02.50 Х/ф "Я знаю твои
секреты. Гладиятор" 12+
13.45, 05.00 Мой герой. Кри-
стина Бабушкина 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Х/ф "Женская логика"
12+
17.00 Д/ф "Не дошли до
ЗАГСа" 16+
18.20 Х/ф "Зовите Ермоло-
ва!" 16+

01.50 Т/с "Каспий 24" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00,
00.00 Известия 16+
05.25 Т/с "Три капитана" 16+
07.10, 09.30 Т/с "Наш спец-
наз-2" 16+
08.20 Страна советов 16+
08.55, 12.55 Знание-сила 0+
13.30, 17.30, 02.40, 03.20,
03.50, 04.25 Т/с "След" 16+
21.25, 00.30, 01.15, 02.05
Х/ф "Великолепная
пятёрка" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 03.00 Самые
шокирующие гипотезы
16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
10.00 Совбез 16+
11.00 Как устроен мир 16+

22.35 "События-2024". Спецре-
портаж 16+
23.10 Знак качества 16+
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 Д/ф "Смерш. Ловушка
для самурая" 16+
01.30 Прощание. Вячеслав
Добрынин 16+
02.10 Д/ф "Дорогие товарищи.
Бриллианты для Галины
Брежневой" 16+
04.15 Д/ф "Леонид Харитонов.
Отвергнутый кумир" 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового кино
16+
07.30 Черные дыры. Белые
пятна 16+
08.10 Невский ковчег. Теория
невозможного 16+
08.40 Х/ф "Люди и манекены"
0+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 23.55
Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 01.45 XX Век 16+
12.45 Новости. Подробно.
Арт 16+
13.00 Диалоги о животных.
Минский зоопарк 16+
13.40 Д/ф "Первые в мире" 16+
14.00 Русская классика. "Воз-
вращение" 16+
15.25 Агора. Ток-шоу 16+
16.45 Пряничный домик. "Дым-
ковская барыня" 16+
17.10 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+
17.40 Х/ф "Человек-амфибия".
Любовь с первого взгля-
да" 16+
18.20 Рассказы из русской
истории 16+
19.50 События 2024. "Живи в
веках, моя Россия!"
22.00 Д/ф "Стоп! Счито! Ко-
стюм в кино" 16+
22.25 Х/ф "Д'Артаньян и три
мушкетера" 0+
00.20 Х/ф "Тайна "Мулен Руж"
16+

ЗВЕЗДА

05.05 Х/ф "Высота 89" 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Ново-
сти дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир
16+
11.00 Т/с "Большая перемена"
12+
12.30, 18.50 Спецрепортаж 16+
12.45, 13.25, 15.05, 15.30,
17.15, 03.35 Т/с "Участок
лейтенанта Качурь" 16+
15.00 Военные новости 16+

12.00, 16.00, 19.00 Инфор-
мационная программа
112 16+
13.00, 22.15 Загадки челове-
чества 16+
14.00 Невероятно интерес-
ные истории 16+
15.00 Документальный спец-
проект 16+
17.00, 03.45 Тайны Чапман
16+
20.00 Х/ф "S.W.A.T. Спецназ
города ангелов" 16+
23.30 Х/ф "Затерянные во
льдах" 12+
01.20 Х/ф "На пределе" 18+

04.50, 05.15 Однажды в Рос-
сии 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00, 01.25 Большая страна
12+
06.50 Очень личное 12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00, 13.00,
14.00, 15.00, 18.00, 20.00
Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир 12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05, 18.20
ОТражение 12+
11.00, 00.00 Т/с "Манекенщи-
ца" 16+
15.10 Х/ф "Чужие письма" 12+
16.40 М/ф "Прежде мы были
птицами" 0+
17.00 Моя история 16+
17.40 Спецрепортаж 12+
20.40, 03.55 Т/с "Угрюм-река"
12+
22.00 Х/ф "Летние люди" 16+
23.30 Кино. Короткий метр.
Снегурочка 18+

ТНТ

07.00 Однажды в России 16+
08.00 Т/с "СашаТаня" 16+
18.30 Т/с "Новые жуки" 16+
21.00, 22.00 Комеди Клуб
16+
23.00 Х/ф "Достать Санту"
12+
01.05 Х/ф "Полицейская
история" 16+
03.00 Х/ф "Оружейный Бар-
рон" 16+

18.00 Д/ф "Военное об-
разование. С учетом
боевого опыта" 16+
19.55 По горячим следам
16+
20.10 Скрытые угрозы 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 СВО. Здесь живут
люди 12+
00.05, 01.15 Т/с "Рожденная
революцией" 12+
02.30 Д/ф "Военные миссии
особого назначения"
16+
03.10 Д/ф "Перелом. Хрони-
ка Победы" 16+

ДОМАШНИЙ

06.30, 04.35 6 кадров 16+
06.40, 05.40 Давай разве-
дёмся! 16+
07.40, 02.55 Тест на отцов-
ство 16+
09.55, 23.20 Т/с "Понять.
Простить" 16+
11.10, 00.35 Т/с "Порча" 16+
12.25, 01.35 Т/с "Знахарка"
16+
13.10, 02.05 Т/с "Верну лю-
бимого" 16+
13.45, 02.30 Т/с "Голоса
ушедших душ" 16+
14.20 Новый год по-
домашнему 16+
14.35, 04.50 Т/с "Кризисный
центр" 16+
19.00 Х/ф "Одиночества.
Net" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00, 15.20 Вопреки всему
12+
06.30 Всё о главном 12+
07.00, 15.55 Новости
07.05, 21.55, 01.00 Все на
Матч! 12+
10.00 Лыжные гонки. Фо-
сАгро Кубок России.
Спринт. Прямая транс-
ляция из Кировской
области
14.50 Что за спорт? 12+
16.00 Громко 12+
17.15 ЕвроФутбол. Обзор 6+
18.05 Д/ф "Килиан Мбаппе.
Восходящая звезда"
12+
19.00 Хоккей. Фонбет Чем-
пионат КХЛ. "Динамо"
(Москва)-"Ак Барс" (Ка-
зань). Прямая транс-
ляция
22.30 Игры без границ 16+
01.55 Баскетбол. Единая
лига ВТБ 6+
03.55 Новости 0+

ВТОРНИК, 24 декабря**ПЕРВЫЙ**

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00,
18.30 Информацион-
ный канал 16+
13.30 Антифейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Комбинация" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное
время
09.55 О самом главном 12+

11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55, 02.10, 03.30 Т/с "Рай-
ский" 16+
17.30 Малахов 16+
21.30 Т/с "Последний бога-
тырь. Наследие" 6+
23.30 Вечер с Владимиром
Соловьёвым 12+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Глебако" 16+
22.15, 00.00 Т/с "Морские
дьяволы" 16+
00.50 Х/ф "Дом на рельсах"
16+

01.50 Т/с "Каспий 24" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00,
00.00 Известия 16+
05.25 Т/с "Три капитана" 16+
07.10, 09.30 Т/с "Наш спец-
наз-2" 16+
08.20 Страна советов 16+
08.55, 12.55 Знание-сила 0+
13.30, 17.30, 02.40, 03.20,
03.50, 04.25 Т/с "След" 16+
21.25, 00.30, 01.15, 02.05
Х/ф "Великолепная
пятёрка" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 03.00 Самые
шокирующие гипотезы
16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Военная тайна 16+
10.00 Совбез 16+
11.00 Как устроен мир 16+

12.00, 16.00, 19.00 Инфор-
мационная программа
112 16+
13.00, 22.15 Загадки челове-
чества 16+
14.00 Невероятно интерес-
ные истории 16+
15.00 Документальный спец-
проект 16+
17.00, 03.45 Тайны Чапман
16+
20.00 Х/ф "S.W.A.T. Спецназ
города ангелов" 16+
23.30 Х/ф "Затерянные во
льдах" 12+
01.20 Х/ф "На пределе" 18+

ТНТ

07.00 Однажды в России 16+
08.00 Т/с "СашаТаня" 16+
18.30 Т/с "Новые жуки" 16+
21.00, 22.00 Комеди Клуб
16+
23.00 Х/ф "Достать Санту"
12+
01.05 Х/ф "Полицейская
история" 16+
03.00 Х/ф "Оружейный Бар-
рон" 16+

04.50, 05.15 Однажды в Рос-
сии 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00, 01.25 Большая страна
12+
06.50 Очень личное 12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00, 13.00,
14.00, 15.00, 18.00, 20.00
Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир 12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05, 18.20
ОТражение 12+
11.00, 00.00 Т/с "Манекенщи-
ца" 16+
15.10 Х/ф "Чужие письма" 12+
16.40 М/ф "Прежде мы были
птицами" 0+
17.00 Моя история 16+
17.40 Спецрепортаж 12+
20.40, 03.55 Т/с "Угрюм-река"
12+
22.00 Х/ф "Летние люди" 16+
23.30 Кино. Короткий метр.
Снегурочка 18+

ВТОРНИК, 24 декабря

00.55 Свет и тени 16+
02.20 За дело! 12+
03.00 На приеме у главного
врача 12+
05.15 Преодоление 12+

МИР

05.00, 03.40 М/ф 6+
05.15 Х/ф "Садко" 12+
06.40 Х/ф "Приключения
Буратино" 16+
09.30, 10.10 Т/с "Кортик" 16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
14.00, 16.15 Т/с "Бронзовая
птица" 16+
18.50 Игра в кино 16+
19.30 Игра в кино. Чемпио-
нат мира 16+
20.15 Х/ф "Карнавал" 16+
23.20 Х/ф "Мэри Поппинс, до
свидания" 16+
02.05 Д/ф "Тайны времени.
В начале было слово" 12+
02.50 Наше кино. История
большой любви 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.40 Х/ф "Отдам котят в
хорошие руки" 12+
10.40 Актёрские драмы 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00
События

11.50, 02.50 Х/ф "Я знаю
твои секреты. Гладиа-
тор" 12+
13.45, 04.55 Мой герой. Па-
вел Трубинер 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Х/ф "Женская логи-
ка-2" 12+
17.00 Д/ф "Звёздная пыль в
глаза" 16+
18.15 Х/ф "Зовите Ермола-
ва-2" 16+
22.40 Закон и порядок 16+
23.10 Д/ф "Предсказать судь-
бу" 16+
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 Русские тайны. Вещие
сны 16+
01.30 Д/ф "Школьница в
ЗАГСе" 16+
02.10 Мифы о оде 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового
кино 16+
07.35 Искатели 16+
08.40 Х/ф "Люди и манеке-
ны" 0+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30,
00.05 Новости культу-
ры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 01.50 XX Век 16+
12.45 Новости. Подробно.
Книги 16+

СРЕДА, 25 декабря

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00,
18.30 Информационный
канал 16+
13.30 АнтиФейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Комбинация" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.00 Шоу Вована и Лексуса
16+
01.00, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное
время
09.55 О самом главном 12+
11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55, 02.10, 03.30 Т/с "Рай-
ский" 16+
17.30 Малахов 16+
21.30 Т/с "Последний бога-
тырь. Наследие" 6+
23.30 Вечер с Владимиром
Соловьёвым 12+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых
фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное проис-
шествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Плевако" 16+
22.15, 00.00 Т/с "Морские
дьяволы" 16+
00.55 Х/ф "Хамелеон" 16+
04.20 Т/с "Агентство скрытых
камер" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00,
00.00 Известия 16+
05.25, 06.10, 06.55 Т/с "Три
капитана" 16+
07.55, 09.30 Т/с "Наш спец-
наз-2" 16+

13.00 Диалоги о животных.
Зоопарк Нижнего Нов-
города "Лимпопо" 16+
13.45 Д/ф "Первые в мире"
16+
14.00 Х/ф "Алые паруса" 6+
15.45 Д/ф "Княгиня Дашкова.
Директор российской
науки" 16+
16.45 Пряничный домик 16+
17.15 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+
18.00 Х/ф "Свадьба в Мали-
новке" 16+
18.40 К 90-летию со дня рож-
дения Николая Сличен-
ко. "Театральная лето-
пись. Избранное" 16+
19.45 События 2024. "Влади-
мир Спиваков. Концерт
на бис"
21.00 Белая студия 16+
22.00 Д/ф "Стоп! Сшито!
Костюм в кино" 16+
22.30 Х/ф "Д'Артаньян и три
мушкетера" 0+
00.20 Х/ф "Тайна Эйфеле-
вой башни" 18+
ЗВЕЗДА
05.15, 12.45, 13.25, 15.05,
15.30, 17.15, 03.30 Т/с
"Участок лейтенанта
Качуры" 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00
Новости дня 16+

09.15, 21.00 Открытый эфир
16+
11.00 Т/с "Большая пере-
мена" 12+
12.30, 18.50 Спецрепортаж
16+
15.00 Военные новости 16+
18.00 Д/ф "Военное образо-
вание. С учетом боево-
го опыта" 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 Улика из прошлого 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 СВО. Здесь живут
люди 12+
00.05, 01.30 Т/с "Рожденная
революцией" 12+
03.00 Д/ф "Перелом. Хрони-
ка Победы" 16+

ДОМАШНИЙ

06.30, 05.40 Давай разведём-
ся! 16+
07.30, 03.05 Тест на отцов-
ство 16+
09.45, 23.30 Т/с "Понять.
Простить" 16+
11.00, 00.45 Т/с "Порча" 16+
12.05, 01.45 Т/с "Знахарка"
16+
12.50, 02.10 Т/с "Верну люби-
мого" 16+
13.25, 02.40 Т/с "Голоса
ушедших душ" 16+
14.00 Новый год по-
домашнему 16+
14.30, 04.50 Т/с "Кризисный
центр" 16+

19.00 Х/ф "Нечаянная лю-
бовь" 16+
04.45 6 кадров 16+
МАТЧ-ТВ
06.00, 15.20 Вопреки всему
12+
06.30 Формула-1. Гаснут
огни 12+
07.00, 10.05, 12.55, 15.55
Новости
07.05, 16.00, 18.45, 21.35,
00.35 Все на Матч! 12+
10.10 Лица страны. Дарья
Шмелева 12+
10.30 ЕвроФутбол. Обзор 6+
11.20 Профессиональный
бокс. Трансляция из
США 16+
12.35 Спецрепортаж 12+
13.00 Есть тема! 12+
14.50 Магия большого спор-
та. Кёрлинг 12+
16.55 Футзал. БЕТСИТИ Су-
перлига. Прямая транс-
ляция
19.25 Что за спорт? 12+
19.55 Гандбол. СЕНА-
Газпром Лига. Прямая
трансляция
22.30 Игры без границ 16+
01.25 Аквабайк. Чемпионат
мира по гонкам на вы-
носливость. Трансля-
ция из Индонезии 6+
01.55 Баскетбол. Фонбет
Чемпионат России-Пре-
мьер-лига 6+
03.55 Новости 0+

РЕН-ТВ

13.30, 17.30, 02.40, 03.20 Т/с
"След" 16+
21.25, 00.30, 01.15, 02.05
Х/ф "Великолепная пя-
терка" 16+
РОССИЯ К
05.00, 18.00, 02.20, 04.30
Самые шокирующие
гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Документальный
спецрепортаж 16+
10.00 Засекреченные списки
16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 Инфор-
мационная программа
112 16+
13.00 Загадки человечества
16+
14.00 Невероятно интерес-
ные истории 16+
15.00 Д/с "Легенды и мифы"
16+
17.00, 03.10 Тайны Чапман
16+
20.00 Х/ф "Эмпайр Стэйт"
16+
22.00 Безумные факты 16+
23.30 Концерт "Алиса.
XXXX" 16+

ТНТ

07.00 Однажды в России 16+
08.00 Т/с "СашаТаня" 16+
12.30, 13.30 Х/ф "СашаТа-
ня" 16+
13.00 Х/ф "СашаТаня". "Ма-
шина звезды" 16+
18.30, 19.00, 19.30, 20.00,
20.30 Т/с "Новые жуки"
16+
21.00, 22.00 Комеди Клуб
16+
23.00 Х/ф "Гномы. Ново-
годний беспредел" 18+
01.05 Х/ф "Полицейская
история-2" 16+
03.05 Х/ф "Поезд на Юму"
16+
04.55 Однажды в России 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00, 01.25 Большая стра-
на 12+
06.50 За дело! 12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00,
13.00, 14.00, 15.00,
18.00, 20.00 Новости

08.05, 08.35 Пёстрый мир
12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05,
18.20 ОТражение 12+
11.00, 00.00 Т/с "Манекенщи-
ца" 16+
15.10 Х/ф "Летние люди" 16+
16.40 М/ф "Ограбление по..."
16+
17.00 Коллеги 12+
17.40 Спецпроект ОТР "От-
чий дом". "Средство от
безысходности" 12+
20.40, 03.55 Т/с "Угрюм-река"
12+
21.45 Х/ф "Дворянское гнез-
до" 12+
23.35 Кино. Короткий метр.
Исповедь мизантропа
16+
00.55 Свет и тени 16+
02.20 Моя история 16+
03.00 На приеме у главного
врача 12+

МИР

05.00, 04.40 М/ф 6+
05.15 Х/ф "Коллеги" 16+
06.50 Х/ф "Неисправимый
лгун" 16+
08.25 Х/ф "Дети Дон-Кихота"
16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
10.20 Х/ф "Добро пожа-
ловать, или посторонним
вход воспрещен" 16+
12.00 Х/ф "Неуловимые
мстители" 16+
13.35 Х/ф "Новые приклю-
чения неуловимых" 16+
15.15, 16.20 Х/ф "Корона рос-
сийской империи, или
Снова неуловимые" 16+
18.50 Игра в кино 16+
19.30 Игра в кино. Чемпионат
мира 16+
20.15 Х/ф "Двенадцать сту-
льев" 16+
23.30 Х/ф "Знахарь" 16+
02.00 Х/ф "Мусульманин"
18+
03.50 Наше кино. История
большой любви 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.30 Доктор И... 16+
09.00 Х/ф "Праздник взапер-
ти" 16+
10.40 Актёрские драмы 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00
События
11.50, 02.50 Х/ф "Я знаю твои
секреты. Автоледи" 12+
13.45, 05.00 Мой герой. Игорь
Золотовицкий 12+

14.50 Город новостей 16+
15.00 Х/ф "Женская логи-
ка-3" 12+
17.00 Д/ф "Неузнаваемые
звёзды" 16+
18.15 Х/ф "Зовите Ермола-
ва-3" 16+
22.40 Хватит слухов! 16+
23.10 90-е. Знаменитые кли-
пы 16+
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 Следствие ведёт КГБ.
Роковая телефонная
книга 16+
01.30 Знак качества 16+
02.10 "Женщины разведки"
16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового
кино 16+
07.35 Искатели 16+
08.40 Х/ф "Люди и манеке-
ны" 0+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30,
23.45 Новости культу-
ры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 01.30 XX Век 16+
12.45 Новости. Подробно.
Кино 16+
13.00 Диалоги о животных.
Сафари Парк в Гелен-
джике 16+
13.40, 22.00 Д/ф "Стоп! Сши-
то! Костюм в кино" 16+
14.10 Х/ф "Каменный цветок.
Уральский сказ" 16+
15.35 Д/ф "Дмитрий Блохин-
цев. Человек эпохи" 16+
16.45 Пряничный домик 16+
17.15 Д/ф "Рассекреченная
история" 16+
17.55 Х/ф "Формула любви.
Уно momento!" 16+
18.35 Линия жизни 16+
19.45 События 2024. "Опер-
ный бал Елены Образ-
цовой"
22.30 Х/ф "Д'Артаньян и три
мушкетера" 0+
00.00 Х/ф "Тайна "Гранд-
опера" 16+

ЗВЕЗДА

05.10, 12.45, 13.25, 15.05,
15.25, 17.15, 03.30 Т/с
"Участок лейтенанта
Качуры" 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00
Новости дня 16+
09.15, 21.00 Открытый эфир
16+

11.00 Т/с "Большая пере-
мена" 12+
12.30, 18.50 Спецрепортаж
16+
15.00 Военные новости 16+
18.00 Д/ф "Военное образо-
вание" 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 Д/ф "Секретные мате-
риалы" 16+
22.45 Между тем 12+
23.15 Окопная правда 16+
00.05, 01.40 Т/с "Рожденная
революцией" 12+
03.10 Д/ф "Москва фронт"
16+

ДОМАШНИЙ

06.30, 05.40 Давай разведём-
ся! 16+
07.30, 03.05 Тест на отцов-
ство 16+
09.45, 23.30 Т/с "Понять. Про-
стить" 16+
11.00, 00.45 Т/с "Порча" 16+
12.05, 01.45 Т/с "Знахарка"
16+
12.50, 02.10 Т/с "Верну люби-
мого" 16+
13.25, 02.40 Т/с "Голоса
ушедших душ" 16+
14.00 Новый год по-
домашнему 16+
14.30, 04.50 Т/с "Кризисный
центр" 16+
19.00 Х/ф "Солнце, море и
любовь" 16+
04.45 6 кадров 16+
МАТЧ-ТВ
06.00, 15.20 Вопреки всему
12+
06.30 Что за спорт? 12+
07.00, 10.05, 12.55, 15.55
Новости
07.05, 16.00, 21.55, 00.35 Все
на Матч! 12+
10.10 Спецрепортаж 12+
10.30 Лыжные гонки. ФосА-
гро Чемпионат России.
Прямая трансляция из
Кировской области
13.00 Есть тема! 12+
14.50 Вид сверху 12+
16.55 Гандбол. Прямая
трансляция
18.35 Вы это видели 12+
19.00 Хоккей. Фонбет Чемпио-
нат КХЛ. Прямая
трансляция
22.30 Игры без границ 16+
01.25 Аквабайк. Трансляция
из Индонезии 6+
01.55 Баскетбол. Единая лига
ВТБ 6+
03.55 Новости 0+

ЧЕТВЕРГ, 26 декабря

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00,
18.30 Информационный канал 16+
13.30 АнтиФейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
19.50 Пусть говорят 16+
21.00 Время
22.00 Т/с "Комбинация" 16+
23.00 Большая игра 16+
00.10, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00, 03.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55, 02.10, 03.30 Т/с "Райский" 16+
17.30 Малахов 16+
21.30 Т/с "Последний богатырь. Наследие" 6+
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым 12+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 23.35 Сегодня
08.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Плевако" 16+
22.15, 00.00 Т/с "Морские дьяволы" 16+
00.55 Поздняков 16+
01.05 Мы и наука. Наука и мы 12+
02.05 Х/ф "Чужое" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00,
00.00 Известия 16+
05.25, 06.10 Т/с "Три капитана" 16+

07.00, 07.55, 09.30, 10.15,
11.10, 12.05 Т/с "Наш спецназ-2" 16+
08.00 Ваше здоровье! 12+
08.35 День ангела 0+
13.30, 17.30, 03.20, 04.00 Т/с "След" 16+
21.25, 00.30, 01.20, 02.05,
02.45 Х/ф "Великолепная пятёрка" 16+
04.40 Х/ф "Отставник" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 03.15 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
15.00 Неизвестная история 16+
17.00, 04.00 Тайны Чапман 16+
20.00 Х/ф "Всевидающее око" 16+
22.00 Наука и техника 16+
23.30 Х/ф "В эфире" 18+
01.30 Х/ф "Французский вестник" 18+

ТНТ

07.00 Однажды в России 16+
08.00 Звёздные танцы 16+
09.30 Х/ф "СашаТаня" 16+
12.30 Т/с "Новые жуки" 16+
21.00, 22.00 Комеди Клуб 16+
23.00 Х/ф "Достать ножи" 16+
01.30 Х/ф "Полицейская история-3" 16+
03.05 Х/ф "Последний легион" 16+
04.35 Однажды в России 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00, 01.25 Большая страна 12+
06.50 Моя история 16+
07.30, 20.10 Календарь 6+

08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00, 13.00,
14.00, 15.00, 18.00, 20.00
Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир 12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05, 18.20
ОТРажение 12+
11.00, 00.00 Т/с "Манекенщица" 16+
15.10 Х/ф "Дворянское гнездо" 12+
17.00 Спецпроект ОТР "Конструкторы будущего". "Рождение гибрида" 12+
17.15 Родительское собрание 16+
20.40, 03.55 Т/с "Угрюм-река" 12+
21.55 Х/ф "Без свидетелей" 12+
23.30 Кино. Короткий метр. Так надежнее 16+
00.55 Свет и тени 16+
02.20 Коллеги 12+
03.00 На приёме у главного врача 12+
05.20 Преодоление 12+

МИР

05.00, 03.35 М/ф 6+
06.05 Х/ф "Сватовство гусака" 16+
07.15 Х/ф "Собака на сене" 16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
10.10 Х/ф "Человек с бульвара Капуцинов" 16+
12.10, 16.10 Т/с "Гардемарины, вперед!" 16+
18.50 Муз/ф "Д'Артаньян и три мушкетера" 16+
00.10 Игра в кино. Чемпионат мира 16+
00.55 Наше кино. Неувядающие 16+
01.20 Х/ф "Дон Сезар де Базан" 16+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Доктор И... 16+
08.40 Х/ф "Новогодний детектив" 12+
10.40 Актерские драмы 16+
11.30, 14.30, 17.50, 22.00 События
11.50, 02.50 Х/ф "Я знаю твои секреты. Автоледи" 12+
13.45, 05.00 Мой герой. Ольга Науменко 12+
14.50 Город новостей 16+
15.05 Х/ф "Женская логика-4" 12+
17.00 Д/ф "Звёздные семьи. Предел терпения" 16+

13.30 Т/с "След" 16+
23.10 Светская хроника 16+
00.10 Они потрясли мир 16+
01.50 Т/с "Условный мент-5" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 18.00, 03.45 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30, 16.30, 19.30,
23.00 Новости 16+
09.00 Документальный спецпроект 16+
10.00, 15.00 Засекреченные списки 16+
11.00 Как устроен мир 16+
12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112 16+
13.00 Загадки человечества 16+
14.00 Невероятно интересные истории 16+
17.00 Главные тайны мира 16+
20.00 Х/ф "Бомбардировка" 16+
22.30 Смотреть всем! 16+
23.30 Х/ф "Уцелевшая" 18+
01.20 Х/ф "Вестсайдская история" 18+

ТНТ

07.00, 20.00 Однажды в России 16+
08.00 Х/ф "СашаТаня" 16+
21.00 Комеди Клуб 16+
00.00 Миллион вопросов 16+

18.15 Х/ф "Зовите Ермолова!" 16+
22.40 10 самых... Громкие разводы 16+
23.10 Легенды эстрады 16+
00.00 События. 25-й час
00.30 Петровка, 38 16+
00.45 Следствие ведёт КГБ 16+
01.30 Хроники московского быта 12+
02.10 Женщины разведки. Дорога домой 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового кино 16+
07.35 Искатели 16+
08.35 Х/ф "Люди и манекены" 0+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30,
23.50 Новости культуры 16+
10.15 Наблюдатель 16+
11.10, 01.40 XX Век. "Золотой шлягер. Песни прошлых лет" 16+
12.45 Новости. Подробно. Театр 16+
13.00 Диалоги о животных. Лоро Парк. Тенерифе 16+
13.40, 22.00 Д/ф "Стоп! Сшит! Костюм в кино" 16+
14.10 Х/ф "Д'Артаньян и три мушкетера" 0+
15.40 Д/ф "Николай Боголюбов. Два храма" 16+
16.45 Пряничный домик 16+
17.10 Д/ф "Рассекреченная история" 16+
17.40 Х/ф "Человек с бульвара Капуцинов" 16+
18.20 75 ЛЕТ МИХАИЛУ БОЯРСКОМУ. 2 Верник 2 16+
19.45 Х/ф "Старший сын" молодого драматурга" 16+
20.30 События 2024. "Юбилейный концерт. Сергей Скрипка-75. 100 лет оркестру"
22.30 Х/ф "Я шагаю по Москве" 12+
00.05 Х/ф "Тайна Вандомской площади" 16+

ЗВЕЗДА

05.10, 12.45, 13.25, 15.05,
15.25, 17.15, 04.45 Т/с "Участок лейтенанта Качуры" 16+
07.00 Сегодня утром 12+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00
Новости дня 16+

01.00, 01.50, 02.40 Шоу "Студия Союз" 16+
03.25, 04.15 Импровизация 16+
04.55 М/ф "UglyDolls. Куклы с характером" 6+
06.15 Однажды в России 16+

ОТВР

06.00 Большая страна 12+
06.50 Коллеги 12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30,
10.00, 10.30, 12.00,
13.00, 14.00, 15.00,
18.00, 20.00 Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир 12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35,
12.05, 13.10, 14.05,
18.20 ОТРажение 12+
11.00 Д/ф "Дети Коминтерна" 12+
11.30 Академики 12+
15.10 Х/ф "Без свидетелей" 12+
16.45 Почитаем! 12+
17.00 На приёме у главного врача 12+
20.40 Д/ф "Закулисье. МЧС" 12+
21.20, 03.50 Х/ф "Приходи на меня посмотреть..." 12+
23.05 Х/ф "Находка" 16+
00.40 Х/ф "Лицо" 18+
02.10 Х/ф "Любовь под прикрытием" 16+
05.30 Свет и тени 16+

09.15, 21.00 Открытый эфир 16+
11.00 Т/с "Большая перемена" 12+
12.30, 18.50 Спецрепортаж 16+
15.00 Военные новости 16+
18.00 Д/ф "Военное образование" 16+
19.55 По горячим следам 16+
20.10 Код доступа 12+
22.45 Между тем 12+
23.15 Окопная правда 16+
00.05, 01.30 Т/с "Рожденная революцией" 12+
03.10 Х/ф "Морской охотник" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30, 06.00 Давай разведёмся! 16+
07.30, 02.55 Тест на отцовство 16+
09.45, 23.20 Т/с "Понять. Простить" 16+
11.00, 00.35 Т/с "Порча" 16+
12.05, 01.35 Т/с "Знахарка" 16+
12.50, 02.05 Т/с "Верну любимого" 16+
13.25, 02.30 Т/с "Голоса ушедших душ" 16+
14.00 Новый год по-домашнему 16+
14.30, 04.35 Т/с "Кризисный центр" 16+
19.00 Линия жизни 16+

МАТЧ-ТВ

06.00, 15.20 Вопреки всему 12+
06.30 Вид сверху 12+
07.00, 10.05, 13.20, 15.55
Новости
07.05, 16.00, 21.40 Все на Матч! 12+
10.10 Спецрепортаж 12+
10.30 Лыжные гонки. ФосАгро Чемпионат России. Прямая трансляция из Кировской области
13.25 Есть тема! 12+
14.50 Большой хоккей 12+
16.45 Хоккей. Фонбет Чемпионат КХЛ. Прямая трансляция
19.25 Х/ф "Пеле. Рождение легенды" 12+
22.30 Игры без границ 16+
00.35 Евротур 12+
01.25 Аквабайк. Трансляция из Индонезии 6+
01.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ 6+
03.55 Новости 0+

МИР

05.00 Х/ф "Зигзаг удачи" 16+
06.25 Х/ф "Сказка о потерянном времени" 16+
07.55, 10.10 Т/с "Кортик" 16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
12.35, 16.15 Т/с "Бронзовая птица" 16+
16.55 Х/ф "Добро пожаловать, или посторонним вход воспрещен" 16+
18.50 Игра в кино. Чемпионат мира 16+
19.35 Х/ф "Афоня" 16+
21.30 Х/ф "Белое солнце пустыни" 16+
23.15 Х/ф "Танцор диско" 12+
01.55 Х/ф "Табор уходит в небо" 16+
03.35 М/ф 6+

ТВЦ

06.00 Настроение 12+
08.10 Х/ф "Продается дача..." 12+
10.15, 11.50 Х/ф "Всё будет хорошо" 16+
11.30, 14.30, 17.50 События
14.50 Город новостей 16+
15.00 Х/ф "Женская логика-5" 16+
17.00 Актерские драмы 16+
18.10 Т/с "Восемь бусин на тонкой ниточке" 12+
20.05 Х/ф "Что он сказал?" 16+
22.00 В центре событий 16+
23.05 Приют комедиантов 12+

ПЯТНИЦА, 27 декабря

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00, 03.00
Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жить здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00
Информационный канал 16+
13.30 АнтиФейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.40 Человек и закон 16+
19.45 Поле чудес 16+
21.00 Время
22.00 Фантастика. Следующий уровень 12+
23.55 Спецпроект. "30 лет вместе" 16+
01.45, 03.05 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
09.00, 11.00, 14.00, 17.00,
20.00 Вести
09.30, 14.30, 21.10 Местное время
09.55 О самом главном 12+
11.30, 18.30 60 минут 12+
13.00 Наши 12+
14.55 Т/с "Райский" 16+
17.30 Прямой эфир 16+
21.30 Х/ф "Последний богатырь" 6+
23.30 Х/ф "Сказки Гофмана" 16+

01.20 Х/ф "Раз, два! Люблю тебя!" 16+

НТВ

04.50 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.30 Утро 16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00 Сегодня
08.25 Д/с "Мои университеты. Будущее за настоящими" 6+
09.25, 10.35 Т/с "Пёс" 16+
13.25 Чрезвычайное происшествие 16+
14.00 Место встречи 16+
16.45 За гранью 16+
17.50 ДНК 16+
20.00 Т/с "Плевако" 16+
22.15 Т/с "Морские дьяволы. Полярный конвой" 16+
00.20 Своя правда 16+
02.15 Инфошит 16+
02.55 Квартирный вопрос 0+
03.50 Х/ф "Муж по вызову" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия 16+
05.25 Х/ф "Отставник" 16+
06.30 Х/ф "Отставник-2. Своих не бросаю" 16+
08.15, 09.30 Х/ф "Отставник-3" 16+
08.30 Ваше здоровье! 12+
11.15 Х/ф "Перехват" 16+

ПЯТНИЦА, 27 декабря

00.25 Х/ф "Не хочу жениться!" 16+
01.50 Х/ф "Новогодний детектив" 12+
03.20 Петровка, 38 16+
03.40 Закон и порядок 16+
04.05 Д/ф "Личные маги советских вождей" 16+
04.45 Д/ф "Королевы комедий" 16+
05.30 Д/ф "Голубой огонёк. Битва за эфир" 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового кино 16+
07.35, 01.50 Искатели 16+
08.40 Х/ф "Я шагаю по Москве" 12+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 00.05 Новости культуры 16+
10.15 Д/ф "Катя и принц. История одного вымысла" 16+
10.55 Д/ф "Забываемое ремесло". "Стеклодув" 16+
11.10 Д/ф "Николай Сличенко" 16+

12.45 Диалоги о животных. Московский зоопарк 16+
13.25 Д/ф "Стоп! Счито! Костюм в кино" 16+
13.55 Х/ф "Д'Артаньян и три мушкетера" 0+
15.35 Д/ф "Михаил Мещеряков. Монумен" 16+
16.45 Пряничный домик. "Новогодняя игрушка" 16+
17.15 Д/ф "Рассекреченная история". "Мелодии и ритмы зарубежной эстрады" 16+
17.45 Царская ложа 16+
18.30, 21.30 Линия жизни 16+
19.45 Х/ф "Кавказская пленница". Это же вам не лезгинка, а твист! 16+
20.25 Всероссийский открытый телеконкурс юных талантов "Синяя Птица" 16+
22.25 Х/ф "Старшая сестра" 6+
00.20 Х/ф "Тайна Лувра" 16+
02.35 М/ф "Лев и 9 гген". "И смех и грех" 16+

СУББОТА, 28 декабря

ПЕРВЫЙ

05.00 Доброе утро 0+
09.00, 12.00, 15.00 Новости
09.20 Модный приговор 0+
10.10 Жизнь здорово! 16+
11.00, 12.15, 14.00, 17.00 Информационный канал 16+
13.30 АнтиФейк 16+
15.15 Давай поженимся! 16+
16.05 Мужское/Женское 16+
18.00 Вечерние новости
18.20 Народный ледниковый 0+
20.05 Эксклюзив 16+
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером 16+
23.35 Х/ф "Осьминог" 18+
02.35 Подкаст.Лаб 16+

РОССИЯ 1

05.00 Утро России 12+
08.00, 09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести
08.10 По секрету всему свету 12+
08.35 Формула еды 12+
09.20 Пятёрно на одного 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.50 Доктор Мясников 12+
12.55 Судьба человека 12+
14.30, 20.50 Местное время
14.50 Юмор! Юмор! Юмор!!! 16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 Х/ф "Пока брак не разлучит нас" 16+
00.40 Х/ф "Роковая женщина" 16+
03.55 Х/ф "Ясновидящая" 16+

НТВ

05.15 Т/с "Улицы разбитых фонарей" 16+
06.55, 08.20, 03.15 Х/ф "В зоне доступа любви" 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
09.20 Едим дома 0+
10.20 Д/ф "Путь к победам. Болид BR03" 12+
11.00 Живая еда с Сергеем Малозёновым 12+
12.00 Основано на реальных событиях 16+
14.00 Чудо 6+
16.20 Следствие вели... 16+
17.20, 20.20 Т/с "Морские дьяволы" 16+
19.00 Центральное телевидение 16+
23.00 Звёзды 18+

ЗВЕЗДА

06.30 Т/с "Участок лейтенанта Качуры" 16+
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня 16+
09.20 Ищу своих 12+
10.05 По горячим следам 16+
10.25 Х/ф "Жизнь и удивительные приключения Робинзона Крузо" 12+
12.25, 13.25, 15.05 Х/ф "Дело Румянцев" 12+
15.00 Военные новости 16+
15.10, 17.15 Д/ф "Военное образование. С учетом боевого опыта" 16+
19.40 Д/ф "Загадки века" 12+
20.30 Д/ф "Война миров". "Смерш против УПА. Битва с бандеровцами" 16+
21.20 Спецрепортаж. Что русскому смешно... 16+
22.00 Здравствуйте, товарищи! 16+
23.30 Музыка 12+
00.50 Т/с "Рожденная революцией" 12+

ОТВР

06.00 Большая страна 12+
06.50 Игра в классики 12+
07.30, 20.10 Календарь 6+
08.00, 08.30, 09.00, 09.30, 10.00, 10.30, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 18.00, 20.00 Новости
08.05, 08.35 Пёстрый мир 12+
09.05, 09.35, 10.05, 10.35, 12.05, 13.10, 14.05, 18.20 ОТражение 12+
11.00 Д/ф "Кино эпохи перемен" 12+
15.10 Х/ф "Находка" 16+
16.50 М/ф "Икар и мудрецы" 0+
17.00 Вспомнить всё 16+
17.30 Человек и судьба 12+
20.40 Х/ф "Иванов катер" 12+
22.15 Х/ф "Новый кинотеатр "Парадизо" 16+
00.15 Х/ф "Наше время" 18+
03.05 Х/ф "Семья Тоот" 16+
04.50 Х/ф "Любить..." 16+

МИР

05.00, 04.05 Мультфильм 6+
05.40 Х/ф "Собака на сене" 16+
08.05 Х/ф "Волшебная лампа Аладдина" 6+
09.50, 10.10 Х/ф "Неуловимые мстители" 16+
10.00, 16.00, 18.30 Новости
11.35 Х/ф "Новые приключения неуловимых" 16+
13.15 Х/ф "Корона российской империи, или Сноува неуловимые" 16+
16.15 Муз/ф "Д'Артаньян и три мушкетера" 16+
18.45 Т/с "Д'Артаньян и три мушкетера" 16+
21.55 Х/ф "Пираты XX века" 16+
23.40 Х/ф "Месть и закон" 16+
03.15 Наше кино. История большой любви 16+

ТВЦ

06.10 Х/ф "Зовите Ермолова!" 16+
09.25, 11.45 Х/ф "Ищите женщину" 12+
11.30, 14.30 События
12.50, 14.45 Х/ф "За пять минут до января" 12+
17.15 Т/с "Почти семейный детектив" 12+
21.00 Постскрипtum 16+

03.45 Х/ф "По данным уголовного розыска..." 12+

ДОМАШНИЙ

06.30, 05.00 Давай разведёмся! 16+
07.55, 03.20 Тест на отцовство 16+
10.10, 00.00 Т/с "Понять. Простить" 16+
11.15, 14.30, 01.00 Т/с "Порча" 16+
12.20, 02.00 Т/с "Знахарка" 16+
13.05, 02.25 Т/с "Верну любимого" 16+
13.40, 02.55 Т/с "Голоса ушедших душ" 16+
14.15 Новый год по домашнему 16+
19.00 Х/ф "Далёкая и близкая" 16+
23.30 Уютное утро 16+
05.50 Т/с "Кризисный центр" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00, 15.20 Вопреки всему 12+
06.30 Большой Хоккей 12+
07.00, 09.30, 12.55, 15.55 Новости

22.15 Тайная комната. Детки из золотой клетки 16+
23.00 Д/ф "Гром" над Кабулом" 16+
23.50 Русские тайны. Правда о водке 16+
00.35 90-е. Бандитское кино 16+
01.10 "События-2024". Спецрепортаж 16+
01.40 Хватит слухов! 16+
02.05 Д/ф "Не дошли до ЗАГСа" 16+
02.45 Д/ф "Звёздная пыль в глаза" 16+
03.25 Д/ф "Неузнаваемые звёзды" 16+
04.05 Д/ф "Звёздные семьи. Предел терпения" 16+
04.45 Хроники московского быта 12+
05.25 Петровка, 38 16+

РОССИЯ К

06.30 Пешком... 16+
07.05 Легенды мирового кино 16+
07.35, 19.45 Искатели 16+
08.20 Х/ф "Старшая сестра" 6+
10.00, 12.30, 16.30, 19.30, 23.55 Новости культуры 16+
10.15 Д/ф "Сюжеты зимней Тарусы" 16+
11.15, 01.45 Вокруг смеха 16+
12.45 Диалоги о животных. Ташкентский зоопарк 16+
13.25 Д/ф "Стоп! Счито! Костюм в кино" 16+
13.55 Х/ф "Д'Артаньян и три мушкетера" 0+
15.10 Д/ф "Ярославль. Замок Никиты Понизовкина" 16+
15.40 Д/ф "Атомный директор. Лев Рябев" 16+
16.45 Д/ф "Забываемое ремесло". "Кондуктор" 16+
17.05 Х/ф "Здравствуй, Москва!" 16+
18.45 Д/ф "Завтра не умрет никогда". "Прорыв в будущее" 16+
20.35 Х/ф "Страсти по Андрею" 16+
00.15 Х/ф "Тайна Сорбонны" 16+

ЗВЕЗДА

05.10 Х/ф "Медовый месяц" 12+
06.45 Х/ф "Ледяная внучка" 6+
08.05, 09.15, 01.35 Х/ф "Гость с Кубани" 12+

07.05, 10.35, 16.00, 21.40, 00.45 Все на Матч! 12+
09.35 Небесная грация 0+
09.55, 10.45 Хоккей. КХЛ. Чемпионат 3х3. Прямая трансляция
11.25 Бокс. Трансляция из США 16+
12.35 Лица страны. Андрей Корешков 12+
13.00 Есть тема! 12+
14.50 Формула-1. Гаснут огни 12+
16.45 Д/ф "Лев Яшин-номер один" 6+
18.00 Церемония вручения премии "Globe Soccer-2024". Прямая трансляция из ОАЭ
20.15 Смешанные единоборства. АСА. Олег Борисов против Павла Витрука. Трансляция из Санкт-Петербурга 16+
22.30 Игры без границ 16+
01.30 Центральный круг 12+
02.00 Церемония вручения премии "Globe Soccer-2024". Трансляция из ОАЭ 12+
03.55 Новости 0+

09.00, 13.00, 19.00 Новости дня 16+
09.45 Легенды музыки 12+
10.15 Легенды кино 12+
11.05 СССР. Знак качества 12+
11.55 Не факт 12+
12.30 Родная 16+
13.20 Д/ф "Точно в цель! Авиационное вооружение" 16+
16.50, 19.25 Т/с "Назад в СССР" 16+
21.15 Галерея Звезд 12+
23.00 Фетисов. Ток-шоу 12+
23.45 Х/ф "Дело Румянцев" 12+
02.50 Х/ф "Внимание! Всем постам..." 12+
04.10 Х/ф "Беспокойное хозяйство" 12+

ДОМАШНИЙ

06.30 Т/с "Кризисный центр" 16+
06.35 Х/ф "Горная болезнь" 16+
10.10 Х/ф "Нам не жить друг без друга" 16+
14.40 Х/ф "Родные и близкие" 16+
19.00 Х/ф "Двое на краю" 16+
23.20, 05.55 Х/ф "Беги, не оглядываясь!" 16+
03.05 Линия жизни 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Вопреки всему 12+
06.30 Центральный круг 12+
07.00, 14.55, 18.55 Новости
07.05, 10.35, 11.25, 12.15, 21.45, 00.45 Все на Матч! 12+
09.55, 10.45, 11.35, 12.25 Хоккей. КХЛ. Чемпионат 3х3. Прямая трансляция
13.00 Есть тема! 12+
15.00, 16.50 Игры без границ 16+
19.00 Волейбол. Кубок России. Мужчины. Финал. "Динамо" (Москва) - "Зенит-Казань". Прямая трансляция из Москвы
22.35 Футбол. Чемпионат Италии. "Лацио" - "Аталанта". Прямая трансляция
01.30 Бильярд. BetBoom Кубок мира. 1/2 финала. Трансляция из Москвы 0+
03.55 Новости 0+

ПЕРВЫЙ

06.00, 10.00, 12.00 Новости
06.10, 00.45 Подкаст. Лаб 16+
06.55 Играй, гармонь любимая! 12+
07.40 Часовой 12+
08.10 Здоровье 16+
09.20 Непутевые заметки 12+
10.15 К юбилею Михаила Боярского. "Много лет я не сплю по ночам" 12+
11.05 Играем свадьбу! 12+
12.15 Поехали! Новогодний Киров 12+
13.10 Наше всё. Новогодний выпуск 12+
14.00 ПроУют. Новогодний выпуск 0+
14.50 Х/ф "Ёлки-иголки" 12+
16.55 Кто хочет стать миллионером? 12+
18.00 Вечерние новости
19.00 Точь-в-Точь 16+
21.00 Время
23.00 Что? Где? Когда? 16+

РОССИЯ 1

05.40, 03.15 Х/ф "Китайский Новый год" 12+
07.20 В кругу друзей 12+
08.00 Местное время
08.35 Когда все дома 12+
09.25 Утренняя почта 12+
10.10 Сто к одному 12+
11.00, 16.00 Вести 12+
11.30 Большие перемены 12+
12.30 Х/ф "Призрачное счастье" 12+
16.30, 19.00 Песни от всей души 12+
17.30 Всероссийский открытый телеконкурс юных талантов "Синяя Птица". Финал 12+
20.00 Вести недели
22.30 Москва. Кремль. Путин 12+
23.00 Воскресный вечер 12+
01.35 Х/ф "Сильная слабая женщина" 16+

НТВ

04.50 Х/ф "Зимний круиз" 16+
06.30 Центральное телевидение 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня
08.20, 10.20, 03.20 Х/ф "Ноль" 16+
11.00 Чудо техники 12+

12.00 Основано на реальных событиях 16+
14.00 Чудо 6+
16.20 Следствие вели... 16+
19.00 Итоги недели
20.20 Шоу Аватар. Финал 12+
00.00 Х/ф "Кино про бандитов" 16+

ПЯТЫЙ

05.00, 09.30 Т/с "Наш спецназ-3" 16+
09.00 Фирменный рецепт 12+
23.45 Т/с "48 часов" 16+
01.25 Т/с "Последний мент-2" 16+

РЕН-ТВ

05.00, 23.55 Самые шокирующие гипотезы 16+
06.00 С бодрым утром! 16+
08.30, 12.30 Новости 16+
09.00 Самая народная программа 16+
09.25 Знаете ли вы, что? 16+
10.30 Наука и техника 16+
11.30 Купи-продай 16+
13.00 Д/с "Легенды и мифы" 16+
14.00 Неизвестная история 16+
15.00, 16.40, 18.10, 19.40, 21.25 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк" 6+
23.00 Итоговая программа 16+

ТНТ

07.00, 04.50 Однажды в России 16+
09.30 Большое переселение 16+
11.00, 13.15 Экстрасенсы. Битва сильнейших 16+
15.50 Экстрасенсы. Реванш 16+
18.30 Звёзды в джунглях 16+
21.30 Х/ф "Тур с Иванушкой-ми" 12+
23.50 Шоу Воли 16+
01.00 Ярче звёзд 16+
02.35 Звёздные танцы 16+
04.05 Шоу "Студия Союз" 16+
06.00 Утро ТНТ 16+

ОТВР

06.00 Х/ф "Жены оркестрантов" 12+

07.40 М/ф 0+
07.50 От прав к возможным 12+
08.05, 14.05 Большая страна 12+
09.00, 16.05 Календарь 6+
09.30 Всё по-взрослому 12+
10.30 На приёме у главного врача 12+
11.25 Моя история 16+
12.10, 15.00, 19.00 Новости 12+
12.15, 04.30 Х/ф "Веселые ребята" 12+
13.45 Спецпроект ОТР "Конструкторы будущего". "Солнечная жатва" 12+
15.05 Интервью Константина Симонова с маршалом г. К. Жуковым 12+
16.30 Свет и тени 16+
17.00 М/ф "Олимпиадики" 6+;
"Дарю тебе звезду" 12+
17.30 Х/ф "Ч/Б" 16+
19.05 Клуб главных редакторов 12+
19.45 Х/ф "Дни Турбиных" 12+
23.25 Х/ф "Вики Кристина Барселона" 18+
00.55 Х/ф "Мамынькины сыны" 12+
02.40 Х/ф "Яр" 16+

МИР

05.00, 03.30 Мультфильм 6+
08.15 Х/ф "Зигзаг удачи" 16+
10.00, 16.00 Новости
10.10 Х/ф "Снежная королева" 6+
11.55 Х/ф "Волшебная лампа Аладдина" 6+
13.35 Х/ф "Старик Хоттабыч" 16+
15.20, 16.15 Х/ф "Сказка о потерянном времени" 16+
17.15 Х/ф "Игрушка" 16+
19.00 Т/с "Гардемарины, вперед!" 16+
00.45 Х/ф "Эта веселая планета" 16+
02.15 Наше кино. История большой любви 16+

ТВЦ

05.40 Х/ф "Зовите Ермолова" 16+
08.55 Х/ф "У людей так бывает" 12+
10.55 Просто & вкусно 6+
11.30 События
11.45 "Людам на смех". Юмористический концерт 12+

12.45 Х/ф "Не хочу жениться!" 16+
14.30, 05.25 Московская неделя 12+
15.00, 04.05 Назад в СССР. Самая читающая страна 16+
15.55 Х/ф "Ночь одинокого филина" 12+
17.45 Х/ф "Земное притяжение" 16+
21.25 Х/ф "Ковчег марка" 12+
00.50 Х/ф "Снег на голову" 16+
02.20 Х/ф "Продается дача..." 12+
03.55 Петровка, 38 16+

РОССИЯ К

06.30, 02.30 М/ф 16+
08.00, 16.45 Х/ф "Гори, гори, моя звезда" 12+
09.35 Д/ф "Запечатленное время" 16+
10.05 Х/ф "Благочестивая мarta" 0+
12.25 Исторические курорты России. "Тинаки. Курорт-призрак" 16+
13.00, 01.40 Д/ф "Как выжить в дикой природе" 16+
13.55 Игра в бисер 16+
14.35 Х/ф "Гараж" 0+
16.15 Пешком... 16+
18.20 Романтика романса 16+
19.30, 19.45 Новости культуры 16+
20.25 Х/ф "Неоконченная пьеса для механического пианино". Пропала жизнь! 16+
21.10 Х/ф "Неоконченная пьеса для механического пианино" 12+
22.50 Игорь Бриль. Юбилейный концерт 16+
00.10 Х/ф "Тайна Елисейского дворца" 16+

ЗВЕЗДА

05.35 Х/ф "Правда лейтенанта Климова" 12+
07.20, 00.40 Х/ф "Мерседес" уходит от погони" 12+
09.00 Новости недели 12+
09.25 Служу России 12+
09.55 Военная приемка 12+
10.40 Легенды армии 12+
11.30 Д/ф "Легенды госбезопасности" 16+
12.20 Д/ф "Война миров" 16+
13.10 Код доступа 12+

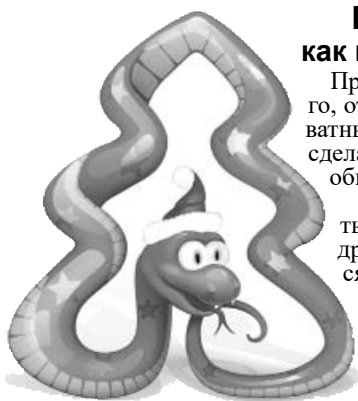
14.00 Улика из прошлого 16+
14.50 Скрытые угрозы 16+
15.40 Д/ф "Секретные материалы" 16+
16.30 Д/ф "Загадки века" 12+
17.20 Спецрепортаж. Что русскому смешно... 16+
18.00 Главное 16+
19.40 Д/ф "Легенды советского сыска" 16+
22.10 Легендарные матчи 12+
02.00 Д/ф "Фронтные истории любимых актеров" 16+
02.40 Т/с "Новогодний переполох" 16+

ДОМАШНИЙ

06.30 Х/ф "Беги, не оглядывайся!" 16+
09.45 Пять ужинов 16+
10.00 Х/ф "Пока все дома" 16+
14.35 Х/ф "Блондинка и брюнетка" 16+
19.00 Х/ф "Белая Лилия" 16+
23.30 Х/ф "Горная болезнь" 16+
02.45 Х/ф "Далёкая и близкая" 16+
06.05 6 кадров 16+
06.20 Х/ф "Завтра будет всегда" 16+

МАТЧ-ТВ

06.00 Смешанные единоборства. Трансляция из США 16+
07.00, 14.30, 18.55 Новости
07.05, 10.35, 11.25, 21.45, 00.45 Все на Матч! 12+
09.55, 10.45 Хоккей. КХЛ. Чемпионат ЗХЗ. Прямая трансляция
11.35 Хоккей. КХЛ. Чемпионат ЗХЗ. Суперигра. Прямая трансляция
12.15 Х/ф "Пеле. Рождение легенды" 12+
14.35, 16.45 Игры без границ 16+
19.00 Волейбол. Кубок России. Прямая трансляция из Казани
22.35 Футбол. Чемпионат Италии. Прямая трансляция
01.30 Бильярд. BetBoom Кубок мира. 1/2 финала. Трансляция из Москвы 0+
03.55 Новости 0+



Приметы 2025 года: как подготовиться к году Змеи

Примет для встречи Нового года много, отобрали, на наш взгляд, самые адекватные. Вот, что рекомендуют суеверные сделать перед 31 декабря, чтобы «змея не обиделась», и год сложился, как надо:

- отдать долги — ипотеки и кредиты не в счёт, а вот, если вы должны друзьям и близким, лучше расплатиться с ними до боя курантов;
 - помыть машину — суеверные автомобилисты считают, что встретить год нужно с чистой машиной и полным баком, тогда снизится риск ДТП в наступающем году, и на автосервис надо будет реже заезжать;
 - помириться с тем, с кем в ссоре — по возможности решите все рабочие и личные конфликты в уходящем году.
- Расскажем ещё про пять примет на удачу. Не даём гарантий, что они сработают, но проверить можно.
- В новогоднюю ночь положите в карман или под пятку монетку.
 - Перед боем курантов на подоконник поставьте свечу и блюдечко с молоком.
 - В центр новогоднего стола поместите небольшую открытку с символом наступающего года.
 - Напишите на листочке заветное желание, сожгите этот листок дотла, высыпьте пепел в шампанское и выпейте его до дна.
 - Под каждый удар курантов произнесите про себя двенадцать пожеланий, обращённых к своей семье, любимым, друзьям и себе самому. Например: здоровья, успеха, радости, любви, благополучия, везения, прибыли, мира, стабильности, удачи, верности, понимания.

Что можно делать в год Змеи

В 2025 году многие из нас получают шанс кардинально изменить свою жизнь. Год Зеленой Деревянной Змеи — отличное время для переезда, смены работы, вступления в брак или рождения детей.

Чтобы привлечь удачу, астрологи советуют поставить дома статуэтку змеи или носить украшения в виде символа года — это усилит вашу проницательность и внутреннее чутье.

А чтобы привлечь финансовое благополучие, можно выполнить особый ритуал: «закопайте клад» с монетками и другими символами богатства в укромном месте дома.

Чего нельзя делать в год Змеи

В год Зеленой Деревянной Змеи следует избегать ссор и конфликтов с близкими. Символ 2025 года ценит гармонию, и порой лучше подождать, чем вступать в споры. Ожидание и спокойствие могут принести гораздо больше пользы, чем резкие реакции.

Традиции на Новый год Змеи — 2025

Перед наступлением года Зеленой Деревянной Змеи важно завершить старые дела, расплатиться с долгами и помириться с близкими, чтобы не нести нерешенные проблемы в новый год. В новогоднюю ночь старайтесь избегать ссор и не давать пустых обещаний.

Змея — существо неприхотливое, но требующее внимания и обладающее сложным характером. Поэтому перед встречей Нового года стоит убрать все символы предыдущих лет с видных мест, так как Змея может проявить ревность к старым знакам.

Зеленый цвет, символизирующий финансовое благополучие, настоятельно советует быть внимательнее к деньгам в 2025 году. Избегайте ненужных расходов и рискованных вложений, чтобы сохранить стабильность.

■ МЕЖДУНАРОДНЫЙ КОНКУРС

«Школьный патент»

Ученики средней общеобразовательной школы № 3 впервые приняли участие в мероприятиях международного конкурса «Школьный патент». Одно из направлений конкурса - интервью с ученым. Вячеслав Нагоев, генеральный директор Кабардино-Балкарского научного центра Российской академии наук, пригласил учителей и учащихся на экскурсию в лаборатории и выставочные залы центра.

Учитель истории и обществознания Г. М. Павлова и учитель химии О. Ю. Яковлева с учениками отправились в удивительное путешествие в мир науки. Сначала старшеклассники увидели новейшие разработки ученых республики. Особый интерес вызвали роботы: робот-сапер и робот-разведчик, робот-парковщик и робот-рейтер. Интересно было узнать, как применяются в сельском хозяйстве коптеры, какие приборы используются для определения качества продукции.

Затем экскурсанты попали в виртуальный исторический музей, окунулись в мир археологии. Экскурсию провела О. З. Загазежева - талантливый, креативный молодой ученый, а М. И. Анчиков, заместитель генерального директора КБНЦ РАН, рассказал молодежи о самых передовых разработках и планах на будущее, в том числе и в направлении разработок для космической отрасли. Столько удивительного узнали ребята!

А экскурсия продолжалась! Начальник медиацентра Ф. М. Магомедова показала ребятам возможности специальных принтеров для производства комплектующих деталей для уникального оборудования ученых.

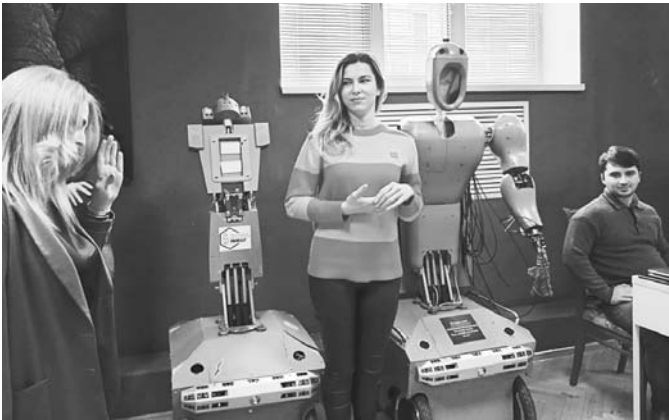
Медицина, космос, математика, робототехника, информатика, сельское хозяйство, история, археология – по всем направлениям ведется работа учеными нашей республики! А в одном из залов старшеклассники увидели собрание картин.

В лаборатории молекулярной селекции и биотехнологии заведующий Ж. Х. Курашев рассказал о работах, которые идут сегодня, и предложил попробовать сделать опыт вместе с учителем химии по выделению нуклеиновых кислот из образцов крови коров СХПК «Ленинцы». Как сказал ученый, лаборатория тесно сотрудничает с администрацией «Ленинцев», председателем В. Г. Русс, потому что очень важно проводить исследования, связанные с животноводством.

«Прикоснуться к ДНК – фантастично! Мурашки по коже», - комментирует учитель химии Оксана Юрьевна Яковлева. Преподавателя истории Галину Михайловну Павлову поразил тот факт, сколько ученых трудятся в нашей республике, и то, что интерес к науке проявляют молодые люди, делая открытия международного уровня.

А каковы отзывы самих ребят? Валентину Алексееву не оставил равнодушным робот-парковщик, обеспечивающий максимально быструю и безопасную парковку. А виртуальный музей произвел неизгладимое впечатление! Эксперимент по выделению нуклеиновой кислоты заставил девушку дома поискать дополнительную информацию по данному вопросу.

- Современные изобретения наших ученых помогают солдатам: робот-разведчик и робот-сапер призваны не только помогать бойцам выполнять боевые задачи, но и способствуют их безопасности. Я горжусь учеными



своей республики и тем, что именно у нас, в Нальчике, есть такой научный центр! - поделилась своими впечатлениями Алина Петрухина.

Алина Бирсова называет разработки ученых крутыми и своевременными. В XXI веке подобные разработки актуальны и способны сделать мир лучше, считает девушка.

Александр Серовой выделяет среди всех разработок робота-археолога, позволяющего без поражения земельного пласта сканировать и просматривать залежи веков.

- Меня очень заинтересовал коптер с модификацией распыления специального раствора над полями, что облегчает труд человека и позволяет эффективно бороться с вредителями и болезнями растений. Я хотел бы пожелать нашим талантливым ученым, чтобы каждый их проект был реализован, несмотря на все трудности, - сказал учащийся Михаил Ладонов.

Милена Хапова изъявила желание вернуться в центр еще раз, так как уверена, что увидела лишь небольшую

часть. Ей вторит София Вдовенко:

- Мне и ребятам из нашей школы посчастливилось побывать на экскурсии в КБНЦ РАН. Время, проведенное в центре, пролетело незаметно. Каждую минуту общения с учеными нашей республики мы открывали для себя что-то новое и интересное!

Почти вся территория центра разбита на тематические выставки и зоны, везде нас ждали, были приветливы и готовы отвечать на наши вопросы. Труд ученых важен, необходим. Они постоянно в научном поиске, исследованиях, их напряженная и ответственная работа направлена на улучшение качества жизни людей, на сохранение, на развитие всех направлений жизнедеятельности.

Мы очень благодарны В. З. Нагоеву и сотрудникам научного центра за возможность прикоснуться к живой науке, за общение с учеными, за ту атмосферу, в которую мы окунулись, побывав в стенах федерального научного центра.

Г. В. Храмушина, Г. М. Павлова, О. Ю. Яковлева

■ ОФИЦИАЛЬНО

РАСПОРЯЖЕНИЕ № 317
12.12.2024 г.

О мерах по организации в Майском муниципальном районе первоначальной постановки граждан Российской Федерации на воинский учет в 2025 году

В соответствии с Федеральным законом от 20.03.1998 № 53-ФЗ «О воинской обязанности и военной службе», в целях организации в Майском муниципальном районе первоначальной постановки граждан Российской Федерации на воинский учет в 2025 году:

1. Организовать с 1 января по 31 марта 2025 года работу комиссии Майского муниципального района по первоначальной постановке на воинский учет граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете (далее – комиссия).

2. Определить местом работы комиссии Майского муниципального района здание МУ ДО «ДШИ им. З. Н. Контер», расположенное по адресу: КБР, г. Майский, ул. Энгельса, № 69.

3. Директору МУ ДО «ДШИ им. З. Н. Контер» Куриловой А. П. обеспечить создание условий для работы комиссии Майского муниципального района.

4. Рекомендовать главному врачу ГБУЗ «Центральная районная больница Майского муниципального района» Саралпову Т. Х.:

определить порядок и сроки привлечения работников медицинских организаций для медицинского освидетельствования граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете;

обеспечить укомплектованность медицинской комиссии, задействованной для медицинского освидетельствования граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете, врачами-специалистами и медицинским персоналом, а также их доставку к месту работы комиссии;

обеспечить медицинских сотрудников, привлекаемых для медицинского освидетельствования граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете, средствами индивидуальной защиты органов дыхания (масками одноразовыми), тестами для выявления инфекций.

5. Рекомендовать главам местных администраций городского и сельских поселений Майского муниципального района обеспечить своевременную явку граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете, для первоначальной постановки на воинский учет.

6. Рекомендовать начальнику ОМВД России по Майскому району Кабардино-Балкарской Республики Белякову К. Е. в пределах своей компетенции оказывать содействие в розыске граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных со-

стоять на воинском учете, уклоняющихся от первоначальной постановки на воинский учет.

7. Главному редактору МУ «Редакция газеты «Майские новости» Герасимовой С. М. освещать работу комиссии Майского муниципального района по первоначальной постановке на воинский учет граждан мужского пола 2008 года рождения, а также старших возрастов, не состоящих, но обязанных состоять на воинском учете.

8. Настоящее распоряжение подлежит размещению на официальном сайте органа местного самоуправления Майского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

9. Контроль за исполнением настоящего распоряжения возложить на заместителя главы местной администрации Майского муниципального района по социальным вопросам Бездудную О. И.

Т. В. Саенко, глава местной администрации
Майского муниципального района

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 03

11 декабря 2024 г. г. Майский

О назначении и проведении публичных слушаний

В соответствии с требованиями Градостроительного кодекса Российской Федерации, Земельного кодекса Российской Федерации, Уставом городского поселения Майский, письма местной администрации городского поселения Майский Майского муниципального района, Совет местного самоуправления городского поселения Майский Майского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики постановляет:

1. Принять проект решения «О внесении изменений в решение Совета местного самоуправления городского поселения Майский от 30.12.2022 г. № 90 «Об утверждении Генерального плана городского поселения Майский и Правил землепользования и застройки городского поселения Майский Майского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики».

2. Для обсуждения проекта с участием жителей провести публичные слушания 25.12.2024 г., в 12.00 ч. в зале заседаний местной администрации городского поселения Майский по адресу: г. Майский, ул. Энгельса, 70.

3. Результаты публичных слушаний и о заседании Совета местного самоуправления городского поселения Майский Майского муниципального района, указанного в пункте 4 настоящего решения, подлежат обнародованию.

4. Провести сессию Совета местного самоуправления городского поселения Майский по вопросам:

- по рассмотрению утверждения схемы расположения земельного участка на кадастровом плане территории, подготовленную в связи с образованием земельного участка с условным кадастровым номером 07:03:0700066:3У, общей площадью 1 837 кв. м., расположенного по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, Майский район, г. Майский, ул. Ленина № 32/1, путем перераспределения земельного участка с кадастровым

номером 07:03:0700033:1905, площадью 1 912 кв. м., находящегося в муниципальной собственности, собственность на который не разграничена, и земель кадастрового квартала 07:03:0700066;

- по рассмотрению изменения зоны земельного участка с кадастровым номером 07:03:0700005:756, общей площадью 2 885 кв. м., с территориальной зоны ОД-1 «Зона общественного и коммерческого назначения» на территориальную зону Ж-2 «Зона среднеэтажной жилой застройки», расположенного по адресу: Кабардино-Балкарская Республика, Майский район, г. Майский, ул. Ленина, № 8/1, находящегося в частной собственности.

Т. В. Гусева, глава городского поселения Майский,
председатель Совета местного самоуправления
городского поселения Майский
Майского муниципального района
Кабардино-Балкарской Республики 415(1)

ЗАКЛЮЧЕНИЕ О РЕЗУЛЬТАТАХ
ПУБЛИЧНЫХ СЛУШАНИЙ № 4
6 декабря 2024 года г. Майский

Инициатор публичных слушаний: Совет местного самоуправления Майского муниципального района.

Публичные слушания назначены: постановлением главы Майского муниципального района от 8.11.2024 г. № 4.

Вопрос публичных слушаний: о местном бюджете Майского муниципального района на 2025 год и плановый период 2026 и 2027 годов.

Сведения об опубликовании или обнародовании информации о публичных слушаниях: газета «Майские новости» от 20.11.2024 г. № 136-138.

Уполномоченный по проведению публичных слушаний: глава Майского муниципального района.

Проект правового акта или вопросы, вынесенные на обсуждение		Предложения и рекомендации экспертов и участников		Предложения, рекомендации внесены (поддержаны)
№ п/п	Наименование проекта или формулировка вопроса	№ п/п	Текст предложения, рекомендации	Ф.И.О. эксперта, участника, название организации
1	О местном бюджете Майского муниципального района на 2025 год и на плановый период 2026 и 2027 годов	1.1	нет	нет

Предложения уполномоченного должностного лица: одобрить вопрос о местном бюджете Майского муниципального района на 2025 год и плановый период 2026 и 2027 годов.

В. В. Игнатев, председатель публичных слушаний

ПАМЯТИ ПЕДАГОГА

Человек живет столько, сколько хранится о нем память. Когда уходят в мир иной учителя, ученики душой сиротеют. 14 ноября 2024 года на 89-м году жизни ушла из жизни Дьякова Раиса Ивановна, ветеран педагогического труда, заслуженный учитель школ Кабардино-Балкарии, а также талантливая поэтесса. Всю свою жизнь отдала она педагогическому труду, работала в различных школах Майского района, а также объединила поэтов-любителей нашего города в далеком 1975 году в единую литературную группу с красивым названием «Родник» и долгие годы являлась ее руководителем.

Раиса Ивановна Дьякова родилась в г. п. Майский в многодетной семье потомственных казаков. Детство ее было очень трудное, так как пришлось на военные годы. Только после освобождения родного города от немецких оккупантов в 1944

году Рая пошла в школу, а после окончания 10 классов поступила в педагогический институт.

Она сплотила вокруг себя людей, организовав КИДовское движение в нашем районе - за мир и дружбу между народами. Много лет была его руководителем. Выпускники школы с теплом вспоминают фестивали, встречи и дружескую переписку с немецкоговорящими ровесниками.

«...И в сердце юном лучик вспыхнул золотой, вззошла судьбы ее счастливая заря...», - так писала Раиса Ивановна в одном из своих стихотворений. Эти строки являются автобиографическими, так как с юного возраста Рая, начав создавать свои произведения, на протяжении всего жизненного пути не прекращала делиться своими чувствами с ценителями ее творчества. Поэтический дар всегда озарял ее путь. Темы ее стихотворений

- детский сад и школа, родные края, мир и дружба - это самое простое, что окружает каждого из нас. Стихи и песни на ее слова звучат на всех школьных праздниках, в детских садах. Они зовут в светлый мир добра и любви.

За свою жизнь поэтесса написала более семисот стихотворений. Выпустила поэтические сборники: «Звенит над лугом колокольчик», «Здравствуй, Майский», «Пусть живет мечта твоя от А до Я», «Светланка», «Здравствуй, школа!».

Сборник стихов Раисы Ивановны «Наши имена» очень известен среди жителей города. Ведь имя человека - его судьба. В наше имя вложена любовь родителей, родных и близких людей в надежде на то, что оно принесет нам счастье в жизни. Наш долг - стремиться оправдать их надежды, быть достойными своего имени, и к этому призывают

ее именные стихи.

Саму Раису Ивановну можно считать счастливым человеком, и слова из ее стихотворения «Кто бывает счастлив?» - тому подтверждение.

Счастлив, кто сумеет
Так прожить свой век,
Чтоб о нем сказали:
- Светлый человек!

И это не удивительно, потому что такие стихи, которые ведут к светлому и прекрасному, несут чистоту, рассказывают о добре, поучают житейской мудрости, - мог писать только удивительно светлый человек.

Добрая и светлая память о замечательном педагоге, талантливой поэтессе, отзывчивом, надежном, мудром человеке навсегда останется в наших сердцах. Память об этой удивительной женщине будет жить вечно!

А. Наглева, председатель профсоюзного комитета школы № 2

Светлый родниковый талант

УВАЖАЕМЫЕ АБОНЕНТЫ - ПОТРЕБИТЕЛИ ПРИРОДНОГО ГАЗА!

В целях профилактики нарушений требований безопасности при использовании газа в быту и в связи с наступлением отопительного периода АО «Газпром газораспределение Нальчик» в очередной раз напоминает всем жителям Кабардино-Балкарской Республики о необходимости соблюдать правила безопасного пользования газом в быту!

Соблюдая простые требования безопасности, можно избежать взрыва бытового газа. Появление в помещении запаха газа - основной сигнал того, что может произойти взрыв или пожар. В такой ситуации необходимо немедленно прекратить пользование газовыми приборами, перекрыть газовые краны, не включать и не выключать электроосвещение и электроприборы, не пользоваться электрозвонок, проветрить помещение и вызвать аварийную службу по телефону 04 (с мобильного телефона 104, 112). До приезда аварийной бригады оповестить окружающих о мерах безопасности.

Одним из условий пользования газом в быту является ежегодное техническое обслуживание газовых приборов, которое включает следующие виды работ:

- визуальная проверка соответствия установки газоиспользующего оборудования и прокладки газопроводов в помещении нормативным требованиям;
- проверка герметичности соединений газопроводов, газового оборудования и арматуры приборным способом или мыльной эмульсией;
- проверка целостности и укомплектованности газоиспользующего оборудования;
- проверка работоспособности и смазка кранов газовых приборов и запорной арматуры, установленной на газопроводах, перенабивка сальниковых уплотнений (при необходимости);
- проверка наличия тяги в дымовых и вентиляционных каналах, состояния соединительных труб газоиспользующего оборудования с дымовым каналом, наличие притока воздуха для горения.

Уважаемые пользователи природного газа, проходя по улицам городов и сельских поселений, мимо люков колодцев, подвалов, по лестничным клеткам жилых и общественных зданий, не оставяйтесь равнодушными и не теряйте бдительность. Если почувствуете запах газа или обнаружите повреждение газопроводов, немедленно сообщите в аварийную газовую службу по телефону 04 (с сотового телефона 104, 112). Помните, что утечки газа могут привести к взрыву, пожару и гибели людей.

За информацией по вопросам газификации, оплаты за поставку и потребление природного газа и другим вопросам, обращаться по тел. горячей линии единого центра предоставления услуг 8-800-100-09-04.

Филиал АО «Газпром газораспределение Нальчик» в Майском районе. 422(1)

Что такое эскроу счёт



<https://mayskiy.kbr.ru/news/schet-eskrou-eto-spetsialnyy-schet-v-banke-na-kotorom-dengi-khranyatsya-do-vypolneniya-opredelennykh.html>

<https://t.me/mayadmin/10093>

<https://t.me/mngazeta/11321>

https://vk.com/wall-203297671_3028

Как это работает: вы заключаете договор с подрядчиком, выбирая расчёт через счёт эскроу, ваши деньги размещаются на специальном счёте в банке, недоступном подрядчику, оплата за выполненные работы подрядчику происходит только после завершения строительства и приемки дома. Чтобы выбрать проект и подрядчика, заходите на портал strim-dom.ru.

Добровольная сдача оружия

Право на выплату денежной компенсации за добровольную сдачу оружия имеют граждане Российской Федерации, достигшие 18-летнего возраста и имеющие регистрацию по месту жительства или месту пребывания на территории Кабардино-Балкарской Республики. Выплата осуществляется путем перечисления денежных средств на лицевые счета граждан, открытые в кредитных организациях, либо через предприятия почтовой связи.

Размеры денежной компенсации за добровольно сданное оружие, его основные части, боеприпасы, взрывчатые вещества и взрывные устройства.

Наименование оружия, боеприпасов и взрывчатых веществ	Размеры компенсации, рублей
Пистолет и револьвер	20 000
Автомат	35 000
Пулемет	40 000
Полствольные гранатометы ГП-25 и ГП-30	25 000
Гранатометы РПГ-7, 7В и 27	22 000
Одноразовые гранатометы РПГ-18, 22, 26, 27	20 000
Винтовка СВД	40 000
Пистолет-пулемет	25 000
Охотничий карабин	10 000
Охотничье гладкоствольное ружье	6 000
Газовые пистолеты и револьверы	2 000
Пистолеты и револьверы кустарного производства	10 000
Самодельное стреляющее устройство	1 000
Взрывчатое вещество (тротил, пластид, аммонит, аммонал и др.) за 1 грамм	10
Взрывное устройство (устройство, включающее в себя ВВ СВ)	7 000
Средство взрыва (электродетонатор, капсюль-детонатор, взрыватель - в шт., огнепроводные и электропроводные шнуры - в м.) за единицу	400
Штатный боеприпас (выстрелы к артиллерийскому вооружению)	4 000
Выстрел к РПГ	5 000
Огнемёт РПО-А	20 000
Выстрел к гранатомету (ВОГ-30, 25, 25П)	5 000
Граната (Ф-1, РГО, РГН, РКТ-ЗЕМ, РГ-42)	4 000
Мина инженерная (саперные мины)	2 000
Патроны и боеприпасы к стрелковому оружию за единицу	20

Военная служба по контракту - ТВОЙ ВЫБОР!

- ВОЗРАСТ ОТ 18 ДО 60 ЛЕТ

Единовременная выплата:
(при заключении контракта)

1 900 000
РУБЛЕЙ

Денежное довольствие:

от **210** тысяч рублей

Тел: **8 (866) 275-04-94**
г. Нальчик, ул. Идарова, д. 198



МАГНИТНЫЕ БУРИ

22-23 декабря волнения магнитного поля могут стать причиной головок и ухудшения когнитивных функций.

Завершит парад магнитных бурь вспышка на Солнце, которая произойдет 27-28 декабря. Она не окажет значительно влияния на Землю, но может повлиять на состояние некоторых людей.

Ремонт стиральных машин.
89604251857, Денис. 433(5)

Покупаем свежее перо утиное, гусиное. 8 903 425 19 31. 417(5)

Делаем откосы дверные, оконные. 89674221797. 429(2)

НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ.
8 964 033 57 54, Виталий. 431(1)

Требуется продавец в магазин "Майские расцветы" отдел "Интерьер и подарки". 89386930220. 432(2)

В морг требуется сотрудник. 89640309070. 420(5)

ООО «Майский ЗЖБИ» требуются сторожа, бетонщики, водители кат. С, Е. Оплата стабильная. 71-5-56. 434(1)

Услуги сиделки. 89969171156. 395(5)
Отдам молодую собачку, котят. 89034973890. 393(5)

ПРОДАЮ

или меняю на квартиру с доплатой 2-этажный дом. 89034268867. 397(5)

1-комнатную, 3 этаж, Гагарина, 18. 89637577820. 416(3)

2-комнатную, 2 этаж, напротив рынка. 89640413476. 406(5)

2-комнатную, 3 этаж, Энгельса, 58. 2 500 000 руб. 89389140906. 436(1)

3-комнатную улучшенной планировки, г. Терек. 89633912143. 394(5)

разную мебель. 89633938215. 398(5)

«Лаборатория слуха»

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

от 10500 руб. до 60000 руб.

(внутриканальные, карманные, заушные, костные, цифровые).

25 декабря с 13 до 15 ч.

в поликлинике

по адресу: ул. Ленина, 10,

консультация, аудиотест -

бесплатно!

Подбор слуховых аппаратов, настройка, комплектующие.

Справки и вызов специалиста

на дом (по району)

к инвалидам бесплатно.

МТС 8 918 915 95 05

Возможны противопоказания. Требуется консультация специалиста. Свидетельство 23

№ 009825123 выдано 5.08.2014 г. 430(1) Реклама

Учредитель - местная администрация Майского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики. Издатель: МУ «Редакция газеты «Майские новости». Адрес редакции-издателя - 361115, Кабардино-Балкарская Республика, г. Майский, ул. Энгельса, 72

Отпечатано в типографии: МУП «Моздокский информационно-издательский центр» Адрес: РСО - Алалия 363750, г. Моздок, ул. Шаумяна, 110, тел. 8(86736) 3-26-30 Заказ № 1820

МАЙСКИЕ
НОВОСТИ

издается с 1 августа 1939 года

<http://mnkbr.ru/>

Газета выходит

по средам

ТЕЛЕФОНЫ:
гл. редактора -
2-21-48,
приемной -
2-27-13.

АДРЕС РЕДАКЦИИ: 361115 КБР,
г. Майский, ул. Энгельса, 72,
факс 8 866 33 2-27-13,
(<https://mayskiy.kbr.ru/>)
mnkbr@mail.ru

Главный редактор
Герасимова С. М.

Редакция не вступает в переписку с авторами. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Ответственность за содержание и достоверность рекламных материалов и объявлений несут рекламодатели. Мнение авторов публикаций может не совпадать с точкой зрения редколлегии. Редакция не принимает от авторов материалы объемом свыше 300 строк. По вопросам доставки газет обращаться в Майский почтамт по тел. 2-28-32.

СМИ зарегистрировано Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи информационных технологий и массовых коммуникаций по Кабардино-Балкарской Республике. Регистрационный номер ПИ № ТУ07-00075 от 11 июня 2013 г. Индекс 51547. Тираж 1905. Цена свободная. Дата выхода в свет: 18.12.2024 г.