

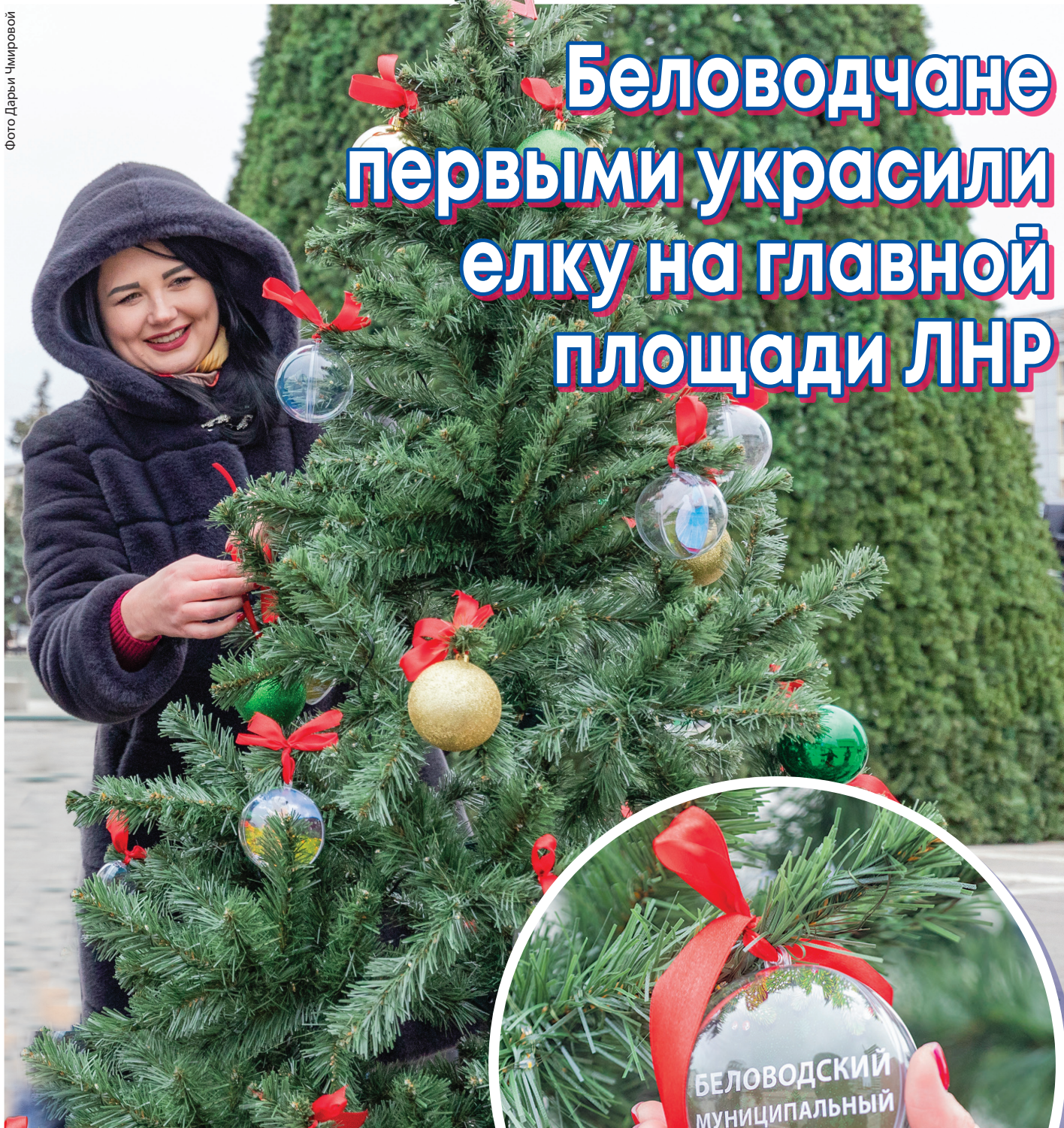
Беловодский

вестник

ЛУГАНЬ МЕДИА

№ 47 (77), 29 ноября 2024 г.

Фото Дарьи Чмировой



Беловодчане первыми украсили елку на главной площади ЛНР

В этом году новогодняя кампания в столице республики стартовала раньше из-за масштабного проекта. Прямо сейчас вокруг главной елки ЛНР вырастают зеленые красотики – каждый округ устанавливает свое хвойное деревце и наряжает его шарами с изображением главных достопримечательностей. Приятно отметить, что жители района первыми украсили свою елочку на центральной площади Луганска. Теперь каждый беловодчанин может приехать в столицу региона и полюбоваться нашей красавицей.

Подробнее
читайте
на стр. 8-9

Расширены категории выплат

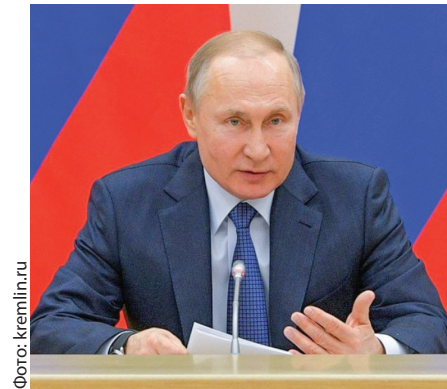


Фото: kremlin.ru

Сотрудники Росгвардии, которые заключают контракт для участия в спецоперации с 1 августа по 31 декабря, получат единовременную выплату в размере 400 тыс. рублей. Соответствующий указ подписал Президент РФ Владимир Путин.

Документ вносит изменения в действующий указ о единовременной выплате военным при заключении контракта на службу в зоне СВО на территориях ЛНР, ДНР, Запорожской, Херсонской областей и Украины. Теперь данная мера распространяется и на служащих войск Национальной гвардии РФ, которые впервые подписали контракт на год и более.

Указ вступает в силу со дня подписания. При этом выплату получают и те сотрудники Росгвардии, которые ранее заключили контракт с 1 августа.

Землякам – награды за волонтерство



Фото: главлнр.рф

Глава ЛНР Леонид Пасечник, руководитель регионального отделения Народного фронта Анна Еременко и военный корреспондент Николай Долгачев вручили 23 отличившимся жителям республики знак «Народный фронт. Все для Победы». Еще двое представителей региональной команды Народного фронта удостоены знака «За гуманитарную помощь».

– Волонтеров, медиков, предпринимателей, представителей органов власти объединяет общая цель – наша скорейшая Победа. Ради нее они иногда рискуют собственной жизнью, не считаются со временем и усталостью. В таких людях – сила России, – сказал Леонид Пасечник.

События недели

Представители четырех регионов подписали соглашение о создании содружества МФЦ.

Минприроды продолжает выдачу охотничьих билетов российского образца.

Представители Росреестра новых регионов подписали соглашение о реализации совместного проекта.

Хотите узнавать новости о важных событиях в республике из самого надежного источника?

Наведите камеру своего смартфона на QR-код – и подписывайтесь на официальную страницу Главы Луганской Народной Республики Леонида Пасечника в мессенджере Telegram и социальной сети «ВКонтакте».



- **Специалисты Россельхозцентра обследовали 1,34 млн га полей в ЛНР с начала года.**
- **Количество рабочих мест в угольной отрасли в республике вырастет более чем на 45%.**

Правительство РФ направит в ЛНР более 1 миллиарда рублей

Председатель Правительства России Михаил Мишустин подписал распоряжение, согласно которому ЛНР дополнительно получит почти 1,2 млрд рублей на поддержание сбалансированности регионального бюджета.

«Предоставить в 2024 году из федерального бюджета бюджету Луганской Народной Республики дотацию на поддержку мер по обеспечению сбалансированности бюджета ЛНР в размере 1 168 430,2 тыс. рублей», – сказано в постановлении.

Средства пойдут на обеспечение первоочередных и

социально значимых расходов обязательств региона, что позволит решить ряд значимых задач для жизни граждан.

Финансирование будет направлено в рамках Государственной программы «Восстановление и социально-экономическое развитие Донецкой Народной Республики, Луганской Народной Республики, Запорожской области и

Правительство РФ направит новым регионам более 750 млн рублей на покупку медицинского оборудования. Приобретение передвижных и стационарных рентген-аппаратов, маммографов, компьютерных и магнитно-резонансных томографов позволит повысить качество и доступность медицинской помощи для жителей новых субъектов.



Фото: tass.ru

Херсонской области», которая была утверждена Правительством в конце 2023 года. В ней предусмотрены мероприятия по строительству жилья,

объектов коммунальной и транспортной инфраструктуры, развитию социальной сферы и созданию благоприятного инвестиционного климата.

О соцподдержке многодетных семей в регионе

Народный Совет ЛНР принял Закон «О предоставлении мер социальной поддержки многодетным семьям на территории Луганской Народной Республики».

В перечень региональных мер поддержки многодетных семей вошли ежемесячное пособие – три тыс. руб. на каждого ребенка; ежемесячная выплата на оплату проезда – одна тыс. руб. на каждого ребенка; компенсация затрат на учебную и спортивную форму (одежду) – 10 тыс. руб. на каждого ребенка, обучающегося в образовательном учреждении; ежемесячная компенсация квартплаты и ЖКУ – 50 % от платы; компенсация за приобретение бытового угля – от 12,5 до 25 тыс. руб.; бесплатное обеспечение детей до шести

лет лекарствами по рецептам; бесплатное питание детям, обучающимся в образовательных учреждениях; прием детей в дошкольные учреждения в первоочередном порядке; бесплатное посещение музеев, парков культуры и отдыха, выставок; бесплатное предоставление в собственности земельных участков, находящихся в собственности ЛНР или муниципальной собственности.

– Данные меры направлены на улучшение социального положения, а также обеспечение условий для полноценного

воспитания и развития детей из многодетных семей и улучшение демографической ситуации в Луганской Народной Республике, – пояснил зампреда комитета Парламента Валерий Галинкин.

Он уточнил, что под многодетной семьей понимается семья, в которой воспитываются трое и более детей в возрасте до 18 лет, и напомнил, что, согласно информации Министерства труда и социальной политики ЛНР, в регионе проживает 5 701 многодетная семья, в которых воспитываются 19 074 ребенка.

Детей участников СВО обеспечат бесплатным питанием

Более трех тысяч учащихся 5–11-х классов, родители которых участвовали или принимают участие в защите ЛНР, в ближайшее время начнут получать горячее питание в школах бесплатно.

Министр образования и науки Иван Кусов сообщил, что соответствующее постановление приняло Правительство ЛНР.

– На заседании Правительства принят важный документ – постановление, которое утверждает порядок организации бесплатного горячего питания в школах, детских садах, колледжах. Главное изменение в

том, что теперь появится новая льготная категория, которая будет получать горячее питание в школе бесплатно. Это дети участников СВО, действующих военнослужащих либо ветеранов боевых действий, которые имеют соответствующий статус и с 2014 года здесь, на территории республики, участвовали в защите нашей Родины, – сказал он.

Республика получила евроконтейнеры

Техника и оборудование приобретены публично-правовой компанией «Российский экологический оператор» и переданы в собственность республики в рамках Программы социально-экономического развития.



– Завершается второй этап поставки техники в этом году, – сообщил начальник отдела обращения с твердыми коммунальными отходами управления природопользования

Минприроды ЛНР Евгений Сердюк. – К нам поступили четыре бункеровоза, два мусоровоза с боковой загрузкой и один манипулятор. Эта спецтехника предназначена для обращения

с твердыми коммунальными отходами и замены устаревших машин, находящихся в плохом состоянии.

Поступившая техника предназначена для территорий Луганской Народной Республики и будет распределена между муниципальными образованиями в соответствии с их заявками, которые были заранее предоставлены Министерству природных ресурсов и экологии ЛНР.

– Существующий парк машин уже сильно устарел. Особенно с учетом того, что большинство спецтехники нам досталось еще с украинских времен, и на нее даже порой невозможно найти запчасти! Нам очень необходимы новые машины, и мы рады, что получаем их, – отметил Евгений Сердюк.

Артем Дудкин,
фото Дарьи Чмировой

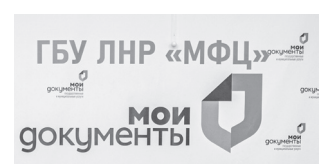
Открыто 38 офисов МФЦ

Глава Минцифры ЛНР Андрей Ершов сообщил о том, что с 2023 года в республике открыты 38 офисов МФЦ, включая два территориально обособленных структурных подразделения.

Как отметил министр, все отделения были отремонтированы и оборудованы регионами-шефами.

– Сегодня наши отделения МФЦ оказывают 62 государственных и муниципальных услуги, всего работают 375 окон. При этом продолжаем расширять перечень услуг и внедрять современные сервисы, которые позволяют ускорить обслуживание посетителей и сделать визит в МФЦ максимально комфортным, – рассказал Андрей Ершов.

В отделениях МФЦ республики можно воспользоваться приложением «Госкан», дав согласие на отправку персональных данных в МФЦ для автоматического формирования учетной карточки в системе.



Существуют электронная очередь на прием (запись онлайн) и СМС-информирование о готовности дел.

Кроме того, в отделениях оформляют сертификат усиленной квалифицированной электронной подписи, который можно использовать в приложении «Госключ» для электронного подписания документов.

Отделения МФЦ ЛНР оказывают 62 государственных и муниципальных услуги!

Выпускники школ ЛНР напишут итоговое сочинение 4 декабря

– Минобрнауки ЛНР утвердило порядок проведения итогового сочинения (изложения). Итоговое сочинение (изложение – для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов) одиннадцатиклассники будут писать 4 декабря – в первую среду декабря последнего года обучения. Продолжительность работы над сочинением или изложением составит 3 часа 55 минут, – проинформировали в Правительстве республики.

Если обучающийся получит неудовлетворительный результат за работу (незачет), он сможет попробовать свои силы еще раз в дополнительные даты, установленные порядком государственной итоговой аттестации, – 5 февраля и 9 апреля 2025 года.

Итоговое сочинение (изложение) является условием допуска к государственной итоговой аттестации.

Как отметил министр образования и науки ЛНР Иван Кусов, в этом году к выполнению задания в основную дату приступят 6 211 учеников.

Муниципалитет посетили депутаты Народного Совета республики

Депутаты Народного Совета ЛНР Алексей Белецкий от фракции «Единая Россия», председатель Комитета НС по бюджету, налогам и собственности, и Галина Дуброва от фракции ЛДПР, заместитель председателя Комитета НС по бюджету, налогам и собственности, с рабочим визитом посетили Беловодщину.

Первый заместитель главы Администрации Беловодского муниципального округа Николай Вербицкий провел с депутатами Народного Совета рабочее совещание, на котором были рассмотрены проблемные вопросы жизнедеятельности района и пути их решения. В заключе-



ние встречи он подчеркнул значимость системного и конструктивного взаимодействия между законодательной и муниципальной властями для совместного выполнения обязательств перед гражданами округа.

В свою очередь депутаты выразили готовность к дальнейшему диалогу и тесному сотрудничеству с Администрацией муниципалитета.

Материал и фото Администрации Беловодского м. о.

Лицейсты побывали в пожарно-спасательной части

Активисты Беловодского лицея «Лидер» приняли участие в проекте «Первые в профессии» и посетили с экскурсией 54-ю пожарно-спасательную часть 17-го пожарно-спасательного отряда ФПС ГПС Главного управления МЧС России по ЛНР.



Ребята ознакомились со всеми видами инструментов, которые используют специалисты, посетили мастер-классы по вязке двой-

ной спасательной петли, подаче ствола «Б», а также установке трехколенной лестницы в окно третьего этажа.

– Во время экскурсии нам подробно рассказали о повседневной жизни спасателей, их подготовке и сложностях, с которыми они сталкиваются. Мы узнали о многообразии специальных экипировок и искусстве быстрого реагирования в экстренных ситуациях. На практике увидели, как работает пожарный насос и как происходит тренировочное обучение, – поделился активист Ярослав Бабенко.

Материал Администрации Беловодского м. о., фото учащихся лицея

Гумпомощь для округа

Очередная партия гумпомощи отправлена в ЛНР, включая подшефный Беловодский муниципальный округ, из г. Барабинска Новосибирской области. С погрузкой помогли молодоговардейцы Барабинского района.

В составе груза продукты, средства гигиены, лекарства, медицинское оборудование, стройматериалы и бытовая техника. Доставка ожидается в течение недели для последующего распределения по территории.

Барабинский район на регулярной основе оказывает всестороннюю помощь по сбору и отправке гуманитарной помощи для нашей республики.

В Зелековке строится новый ФАП

В рамках Народной программы партии «ЕР» и при поддержке региона-шефа Новосибирской области в селе Зелековка ведется строительство пятого (последнего из запланированных) фельдшерско-акушерского пункта.



На строительной площадке побывали представители партии «Единая Россия» – секретарь первичного отделения Владимир Горбулич и депутат Беловодского муниципального округа Сергей Марченко. Они ознакомились с выполненными работами и обсудили текущий ход строительства с подрядчиками.

На сегодняшний день на объекте заложен фундамент, возведены наружные стены здания, установлены внутренние перегородки, проведены

монтаж канализационных колец и укладка труб. Кроме того, был осуществлен первый подвоз строительных материалов.

В ближайшее время ожидается доставка крыши, дверей и окон. После их установки начнутся отделочные работы внутри помещения. Также запланировано установить систему отопления, водоснабжения и электричества.

Материал и фото Администрации Беловодского м. о.

Работников культуры в селе станет больше

1 января 2025 года запустится программа «Земский работник культуры».

Реализация этого важнейшего проекта позволит привлечь новых специалистов в учреждения культуры, расположенные в сельских населенных пунктах, рабочих поселках, поселках городского типа и малых городах.

По данным проведенного мониторинга, потребность регионов страны в работниках культуры на селе составляет более 10 тысяч человек. Программа призвана поэтапно ре-

шить кадровый вопрос. Более 1 100 специалистов планируется привлечь на работу уже в 2025 году.

Единовременная выплата специалистам, переехавшим на работу в ЛНР, ДНР, Запорожскую и Херсонскую области, а также в регионы Дальневосточного федерального округа, составит 2 млн рублей. Для остальных участников проекта предусмотрена выплата в размере 1 млн рублей.

В Луганске начал работать фонд «Защитники Отечества»

Сотрудники Военно-социального центра Министерства обороны Российской Федерации (ВСЦ) начали работу в Луганском филиале фонда «Защитники Отечества».

Это станет значимым шагом в оказании помощи военнослужащим и членам их семей, участвующим в специальной военной операции. Сотрудники ВСЦ обеспечат оперативную обработку обращений и взаимодействие с Минобороны. Обращение будет обработано в информационной системе центра – и обратившийся получит необходимые сведения или документы.

– Работа сотрудников ВСЦ на базе нашего филиала позволит эффективнее помогать защитникам и их семьям. Все ус-

луги можно получить в одном месте, не тратя время на бюрократические процедуры, – отметила руководитель филиала фонда «Защитники Отечества» Ольга Гонтарева.

График приема:
понедельник – с 14:00 до 18:00;
четверг – с 9:00 до 13:00.

Для получения помощи обратитесь в Луганский филиал фонда «Защитники Отечества» по адресу:
г. Луганск,
ул. Новоселова, 2а.

Библиотека – душа и сердце села

Библиотека в Городище играет важнейшую роль в культурной и образовательной жизни местного населения. Она представляет собой не просто хранилище книг, но и центр обмена знаниями, идеями и опытом. Каждый житель села, независимо от возраста, имеет возможность обратиться к бесконечным богатствам литературы, погрузиться в мир знаний и получить ответы на свои вопросы.



Нина Ивановна Баркова родом из села Верхнебогдановка Станично-Луганского района. В 1986 году приехала в Городище по распределению после окончания Ворошиловградского культпросветучилища.

Желание стать библиотекарем было у нее с детства.

– Я очень любила и люблю читать, дома перечитала все книги, всю школьную и сельскую библиотеки. Очень люблю русский и немецкий языки. Любовь к книгам – это не просто увлечение, а настоящая страсть, которая пронизывает мою жизнь. На страницах книг нахожу не только увлекательные истории, но и мудрость предков, секреты чужих судеб и эхо далеких эпох, – поделилась Нина Ивановна.

В Городище она встретила свою судьбу, вышла замуж за Виктора Баркова. В 1988 году у них родился сын Сергей, в 1991-м – дочь Ольга. Сейчас уже есть два внука – Илья и Артем.

Нина Баркова бесценно заведует сельской библиотекой вот уже 38 лет. С непревзойденной преданностью и безграничной любовью к книгам она внедряет в жизнь местных жителей не только литературу, но и свет знаний, который освещает путь многих поколений.

В библиотеке проводятся различные мероприятия: литературные вечера, мастер-классы, которые способствуют развитию творческих способностей у детей и взрослых. Кроме того, учреждение служит важным местом для общения, формирования социума и укрепления единства жителей. Здесь люди могут найти поддержку друг у друга, единомышленников и поделиться опытом.

Век цифровых технологий стал настоящим испытанием для традиционных библиотек, которые веками служили оплотом знаний и культуры. Однако интернет, несмотря на свои многочисленные преимущества, не способен полностью заменить непосредственное общение с книгой.

В Городищенскую сельскую библиотеку приходят люди разного возраста – школьники, студенты, пенсионеры. Женская часть населения читает в основном любовные романы, детективы, дети школьного возраста интересуются литературой по школьной программе и различной научно-технической, очень много посетителей перечитывают классические произведения.

Библиотеки – это не только хранилища информации, но и места, где рождаются идеи, где люди, объединенные любовью к литературе, проводят время.

Читатель библиотеки, пятнадцатилетний житель г. Луганска Сергей Хаустов написал картину с изображением храма Покрова Пресвятой Богородицы в с. Городище и ее копию подарил библиотеке.

За последние два года учреждение преобразилось – благодаря программе Прези-

дентского фонда культурных инициатив появились новая оргтехника, современная мебель, стеллажи, книги. Но здание нуждается в ремонте, нет отопления – эти насущные вопросы находятся на контроле местной власти и ждут своего решения.

– С каждым прочитанным абзацем мы становимся частью чего-то большего, чем просто текст на страницах. Книги – это мосты между сердцами читателей и писателей, куда вложены мечты, надежды и горести. Научившись видеть через призму литературных произведений, мы открываем для себя многогранность человеческих чувств: печаль и радость, любовь и разлуку. Каждая книга становится нашим наставником, а чтение – важным ритуалом, который наполняет жизнь смыслом, – уверена Нина Ивановна.

Многие могут подумать, что труд библиотекаря – это рутинная, но для нашей героини это искусство и душа, которые она вкладывает в общение с читателями. Ее упорство, трудолюбие и забота о культурном развитии села на протяжении долгих лет заслуживают глубокого уважения и признания.

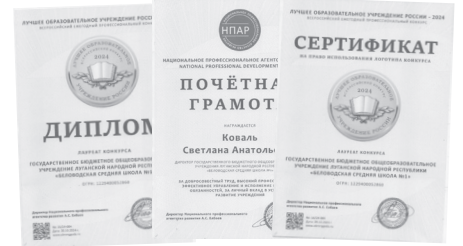
Труд Нины Барковой стал неотъемлемой и незаменимой частью жизни Городища, оставляя надолго яркий след в сердцах тех, кто имеет счастье ее знать и работать рядом с таким чудесным человеком.

Татьяна Чумак,
фото автора

Беловодская СШ № 1 – лауреат Всероссийского конкурса

После вхождения Луганской Народной Республики в состав Российской Федерации и закрепления за Беловодским

муниципальным округом региона-шефа Новосибирской области Беловодская СШ № 1 стала не только украшением нашего поселка, но и гордостью всех жителей, преподавателей, учащихся и их родителей.



Прекрасный внешний вид здания, отличный ремонт внутри, теплота и уют этого школьного учреждения способствуют учебному процессу.

За долгие годы здесь наконец-то появилась настоящая хозяйка – директор **Светлана Анатольевна Коваль**. Благодаря ее неутомимой энергии, высокому профессионализму и личным качествам школа достигла впечатляющих результатов не только на республиканском, но и на всероссийском уровне. Успешное развитие этого общеобразовательного учреждения обеспечивает надежное будущее для учащихся. У сегодняшних школьников, будущих выпускников появились большие возможности в выборе профессии, двери всех высших учебных заведений нашей большой страны стали теперь открыты для беловодских детей.

В этом году Беловодская СШ № 1 приняла участие во Всероссийском профессиональном конкурсе «Лучшее образовательное учреждение России – 2024» и стала его

лауреатом, получив диплом, сертификат на право использования логотипа конкурса. Светлана Коваль награждена почетной грамотой за добросовестный труд, высокий профессионализм, эффективное управление и исполнение служебных обязанностей, а также личный вклад в успешное развитие заведения.

– Наша школа – лауреат Всероссийского конкурса «Лучшее образовательное учреждение России – 2024». Мы гордимся этой победой, она стала возможной благодаря неустанному труду педагогического коллектива, администрации, учеников и их родителей. Школа для всех – это второй дом. В следующем году наше учебное заведение обязательно будет принимать участие в этом конкурсе, и мы настроены на победу, приложим все усилия, чтобы стать первыми, – поделилась своими планами Светлана Анатольевна.

Желаем всему педагогическому коллективу Беловодской СШ № 1, ее директору, учащимся и их родителям дальнейших успехов в образовательном процессе, процветания школе, и пусть количество первоклассников с каждым годом увеличивается!

Татьяна Чумак,
фото автора

Восстановление документов стало доступно онлайн

Заменить и восстановить паспорт, полис ОМС или военный билет теперь можно онлайн на портале «Госуслуги» с помощью сервиса «Жизненная ситуация». Об этом сообщили в пресс-службе Правительства РФ.

В перечень документов вошли паспорт гражданина РФ, полис ОМС, загранпаспорт, военный билет, водительское удостоверение (в том числе международное), пенсионные документы и об образовании.

Кроме того, с помощью сервиса можно узнать номер своего утерянного СНИЛС или ИНН.

В пресс-службе отметили, что восстанавливать эти документы в бумажном виде не нужно, они будут всегда до-

ступны в онлайн-версии, которая равноценна физической. Документы, связанные с наличием имущественных прав, менять необязательно – они действительны при предъявлении паспорта и свидетельства о заключении, расторжении брака или смене имени.

– Планируется, что в 2025 году благодаря сервису «Жизненная ситуация» сроки оформления необходимых докумен-

тов сократятся в среднем с 50 до 30 дней. Количество необходимых документов планируется сократить в среднем с 12 до

8. Количество очных визитов в ведомства тоже снизится – вместо 11 в среднем станет 7, – добавили в Правительстве.

Оказание услуг по типу «жизненных ситуаций» является частью федерального проекта «Государство для людей». На данный момент уже запущено 19 подобных сервисов, среди которых «Многодетная семья», «Переезд в другой регион», «Участие в спортивных соревнованиях», «Выезд на охоту и рыбалку», «Попадание в чрезвычайную ситуацию» и другие.

ТВ-ПРОГРАММА

ВТОРНИК 3 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 «Доброе утро» (0+)
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости (12+)
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+)
19:50 «Пусть говорят» (16+)
21:00 Время (12+)
22:00 Т/с «Персональный ассистент»
(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 (12+)
09:30 Местное время (12+)
09:55 «О самом главном» Ток-шоу
(12+)
11:30, 18:30 «60 Минут» Ток-шоу (12+)
13:00 «Наши» (12+)
14:30, 21:10 Вести. Местное время
(12+)
14:55, 02:10, 03:30 Т/с «Райский»
(16+)
17:30 «Малахов» (16+)
21:30 Т/с «Тайны следствия» (16+)
23:30 «Вечер с Владимиром
Соловьёвым» (12+)

РОССИЯ 24

05:00, 07:50, 01:45 День в истории
(6+)
05:05 Парламентский час (16+)
06:30, 07:10, 08:00, 08:50, 10:45,
13:00, 14:00, 15:00, 18:00, 23:00, 00:00
Новости (16+)
06:35, 07:30, 10:35, 12:20, 16:20
Погода 24 (12+)
07:45, 15:40, 01:50 Инструкция (12+)
08:30 Вести. Net (12+)
12:35, 15:55, 23:30 Вопросы науки (12+)
12:45, 14:45 Специальный репортаж
(12+)
13:40 Интервью (12+)
16:00, 16:35, 20:00 Факты (12+)
18:35, 20:30 Вести. Дежурная часть
(12+)
20:00, 22:00, 22:35 Вести с Алексеем
Казаковым (16+)
22:25 Научпоп (0+)
02:10 Вечер с Владимиром
Соловьёвым (12+)

СРЕДА 4 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 «Доброе утро» (0+)
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости (12+)
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+)
19:50 «Пусть говорят» (16+)
21:00 Время (12+)
22:00 Т/с «Персональный ассистент»
(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 (12+)
09:30 Местное время (12+)
09:55 «О самом главном» Ток-шоу
(12+)
11:30, 18:30 «60 Минут» Ток-шоу (12+)
13:00 «Наши» (12+)
14:30, 21:10 Вести. Местное время
(12+)
14:55, 02:10, 03:30 Т/с «Райский»
(16+)
17:30 «Малахов» (16+)
21:30 Т/с «Тайны следствия» (16+)
23:30 «Вечер с Владимиром
Соловьёвым» (12+)

РОССИЯ 24

05:00, 07:45, 08:50, 10:45, 11:00,
12:00, 12:40, 18:00, 23:00, 00:00, 01:00
Новости (16+)
05:25, 01:25 День в истории (6+)
05:35, 18:35, 20:30 Вести. Дежурная
часть (12+)
06:45, 10:35, 12:20, 16:20 Погода
24 (12+)
10:50 Интервью (12+)
11:35, 00:50, 01:35 Инструкция (12+)
11:45, 18:15, 23:45, 01:45 Есть
решение (12+)
16:00, 16:35, 20:00 Факты (12+)
20:00, 22:00, 22:35 Вести с Алексеем
Казаковым (16+)
22:25 Научпоп (0+)
02:10 Вечер с Владимиром
Соловьёвым (12+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30
Новости (16+)
06:30 Утро Донбасса (12+)
09:30 Т/с «Офицерские жены» (16+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30
Новости (16+)
06:30 Утро Донбасса (12+)
09:30, 20:00 Т/с «Офицерские жены»
(16+)
11:00, 16:00 ЛуганскLive (12+)
13:00, 22:00 Т/с «Ангел хранитель»
(16+)
14:45, 01:00 Д/с «Престольный
праздник» (12+)
15:45, 17:40, 21:55 Деловые новости
(12+)
17:45, 23:45 Д/с «Забывтое ремесло»
(12+)
18:00, 00:10 Круглый стол (12+)
18:30, 00:35 Время наших (12+)
18:45, 00:50 Важно знать (12+)
19:00, 05:30 Д/с «Рассекреченная
история» (16+)
19:25 Страна 404 (16+)
01:50 Т/с «Метод Фрейда» (16+)

НТВ

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей»
(16+)
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35
Сегодня (12+)
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 «Скорая помощь» (16+)
22:15, 00:00 Т/с «Балабол» (16+)
02:50 Т/с «Чернов» (16+)
04:20 Т/с «Агентство скрытых камер»
(16+)

5 КАНАЛ

05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия»
(16+)
05:25, 05:30, 06:15, 07:00, 08:00,
09:30, 10:05, 11:05, 12:00, 04:30 Т/с
«Дознаватель 2» (16+)
08:20 «Страна советов» (16+)
08:55 «Знание - сила» (0+)
12:35, 15:55, 18:20 «ОТРажение» (12+)
13:30, 14:20, 15:15, 16:00, 16:55,
17:30, 18:10, 19:00, 19:50, 20:40,
02:40, 03:20, 03:55 Т/с «След» (16+)
21:25, 02:05 Т/с «Великолепная
пятёрка 7» (16+)
22:20, 00:30, 01:15 Т/с «Великолепная
пятёрка 6» (16+)
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
4» (16+)
00:00 «Известия. Итоговый выпуск»
(16+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30
Новости (16+)
06:30 Утро Донбасса (12+)
09:30 Т/с «Офицерские жены» (16+)
11:00, 16:00 ЛуганскLive (12+)
13:00, 22:00 Т/с «Ангел хранитель»
(16+)
14:45, 01:00 Д/с «Престольный
праздник» (12+)
15:45, 17:40, 21:55 Деловые новости
(12+)
17:45, 23:45 Д/с «Забывтое ремесло»
(12+)
18:00, 00:10 Есть Вопрос (12+)
18:30, 05:05 Д/с «Технологии
независимости» (12+)
19:05, 00:40 Парламентский вестник
(12+)
19:25 Страна 404 (16+)
20:00 Т/с «Любовь с оружием» (16+)
01:50 Т/с «Трюкач» (16+)
02:40 Д/с «Сесиль в стране чудес»
(12+)
03:25 Д/с «Без срока давности» (16+)

НТВ

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей»
(16+)
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 00:00
Сегодня (12+)
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 «Балабол» (16+)
22:15 Т/с «Пустые города» (16+)
00:30 Д/ф «Управляемый
риск. История Дмитровского
автополигона» (12+)
01:30 Т/с «Чернов» (16+)

5 КАНАЛ

05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия»
(16+)
05:25, 05:40, 06:20, 07:10, 08:05, 09:30,
10:05, 11:05, 12:00 Т/с «Дознаватель
2» (16+)
08:25 «Новая» (12+)
13:30, 14:20, 15:15, 16:00, 16:55,
17:30, 18:10, 19:00, 19:55, 20:40,
02:45, 03:20 Т/с «След» (16+)
21:25, 02:05 Т/с «Великолепная
пятёрка 7» (16+)
22:20, 00:30, 01:15 Т/с «Великолепная
пятёрка 6» (16+)
23:10 Т/с «Великолепная пятёрка
4» (16+)
00:00 «Известия. Итоговый выпуск»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (6+)
07:00 «С добрым утром, малыши!»
(0+)
07:35 М/с «Беби Борн» (0+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (6+)
07:00 «С добрым утром, малыши!»
(0+)
07:35 М/с «Беби Борн» (0+)
07:50 М/с «Школьный автобус
Гордон» (0+)
08:05, 09:30 М/с «Мини-Мишки» (0+)
08:55 М/с «Робокар Поли и его
друзья» (0+)
10:30 М/с «Суперкрылья».
Удивительные питомцы» (0+)
11:00 М/с «Приключения
Мегащенко» (0+)
11:20 М/с «Диностер» (6+)
11:50 М/с «Геройчики» (0+)
13:35 М/с «Карбот» (6+)
14:05 М/с «Тобот» (6+)
14:30 «Навигатор. Новости» (0+)
14:45 М/с «Крутой Майк» (6+)
16:00 Час «Союзмультфильма» (6+)
17:00 М/с «Край Бебис. Волшебные
слёзки» (0+)
17:10 М/с «Царевны» (0+)
18:25 М/ф «Царевны и Таинственная
гостья» (0+)
19:00 М/с «Чик-Чирикино» (0+)
20:30 М/с «Муся, Чук и Станислав»
(6+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!»
(0+)
21:20 М/с «Барбоскины» (0+)
22:05 М/с «Стальные стражи» (6+)
22:30 М/с «Дикие скричеры!» (6+)
22:50 М/с «Фьюжн Макс» (6+)
23:10 «Ералаш» (0+)
00:35 М/с «Простоквашино» (0+)

ОТР

06:00, 01:55 «Большая страна» (12+)
06:50 «Очень личное с Виктором
Лошаком» (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 (12+)
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, 00:30 Т/с «Секретарша» (16+)
15:10 Х/ф «Седьмой спутник» (12+)
16:40 Д/ф «Люди Арктики» (12+)
17:00 «Моя история. Александра
Урсюляк» (16+)
17:40 Специальный репортаж (12+)
20:40, 03:30 Т/с «Игра с огнём» (16+)
22:30 Х/ф «Проверка на дорогах»
(16+)
00:05 Х/ф «Дичь» (18+)
00:20 Х/ф «Элементы» (16+)

КАРУСЕЛЬ

07:50 М/с «Школьный автобус
Гордон» (0+)
08:05, 09:30 М/с «Лунтик» (0+)
08:55 М/с «Робокар Поли и его
друзья» (0+)
10:15 М/с «Суперкрылья».
Удивительные питомцы» (0+)
10:45 «Всё, что вы хотели знать, но
боялись спросить» (6+)
11:15 М/с «Приключения
Мегащенко» (0+)
11:30 М/с «Диностер» (6+)
12:05 М/с «Геройчики» (0+)
13:35 М/с «Карбот» (6+)
14:05 М/с «Тобот» (6+)
14:30 «Навигатор. Новости» (0+)
20:00 Т/с «Любовь с оружием» (16+)
01:50 Т/с «Трюкач» (16+)
02:40 Д/с «Сесиль в стране чудес»
(12+)
03:25 Д/с «Без срока давности» (16+)

ОТР

06:00, 01:55 «Большая страна» (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 (12+)
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, 00:30 Т/с «Секретарша» (16+)
11:50 «Большая страна: открытия»
(12+)
15:10 Х/ф «Проверка на дорогах»
(16+)
16:45 М/ф «Полигон» (0+)
17:40 Д/п «Отчий дом. Хозяин
крепостных стен» (12+)
20:40, 03:30 Т/с «Игра с огнём» (16+)
22:30 Х/ф «Двадцать дней без войны»
(0+)
00:10 Х/ф «Первый» (12+)
01:25 «Свет и тени. Зигмунд Фрейд»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

01:25 «Свет и тени. Пётр Столыпин»
(16+)
02:50 «За дело!» (12+)
05:15 «Преодоление. Михаил Сомов.
Сияние вечных льдов» (12+)
ТВ-ЦЕНТР
06:00 «Настроение» (12+)
08:15 «Доктор И...» (16+)
08:45 Х/ф «Охотница-2» (12+)
10:40 Д/ф «Большие деньги
советского кино» (16+)
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
(16+)
11:50 Т/с «Сельский детектив. Днём
с огнём» (12+)
13:45, 05:00 «Мой герой. Александр
Зацепин» (12+)
14:50 «Город новостей» (16+)
15:05 Х/ф «Танцы на песке» (16+)
17:00 Д/с «Актёрские драмы.
Общага» (16+)
18:10 Т/с «Некрасивая подружка.
Головоломка» (16+)
20:00 Т/с «Некрасивая подружка.
Роковая женщина» (16+)
22:35 «Закон и порядок» (16+)
23:10 Д/ф «Выбираю папу!» (16+)
00:00 События. (16+)
00:35 «Петровка, 38» (16+)
00:50 Д/ф «Неизвестный Фидель
Кастро» (16+)
01:30 «Девяностые. Звёздные
разводы» (16+)
02:10 «Мифы о оде. Крупы» (16+)
02:50 Т/с «Некрасивая подружка.
Тёмная лошадка» (16+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
06:15, 12:45, 15:55 «Уральские
пельмени. Смехbook» (16+)
07:35, 16:15 Шоу «Уральские
пельмени» (16+)
09:00, 10:00 Т/с «Любовь напрокат»
(16+)
11:00 М/ф «Красные туфельки и семь
гномов» (6+)
14:00, 20:00 Т/с «Кто быстрее?» (16+)
17:50, 19:00, 19:30 Т/с «Экстрим»
(16+)
21:00 Х/ф «Перевозчик 3» (16+)
22:55 Х/ф «Шанхайский перевозчик»
(16+)
00:50 «Шоу из шоу» (16+)
02:15 «Суперниндзя» (16+)
ДОМАШНИЙ
06:30, 05:35 «По делам
несовершеннолетних» (16+)
07:15, 04:45 «Давай разведёмся!»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

02:50 «Моя история. Александра
Урсюляк» (16+)
05:15 «Преодоление. Константин
Станиславский. Система
непознанного» (12+)
ТВ-ЦЕНТР
06:00 «Настроение» (12+)
08:15 «Доктор И...» (16+)
08:40 Х/ф «Тайна за углом. Посмотри
в мои глаза» (16+)
10:35, 04:20 Д/ф «Бедные
родственники» советской эстрады»
(16+)
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
(16+)
11:50 Т/с «Сельский детектив. Чем
сердце успокоится» (12+)
13:45, 05:00 «Мой герой. Фёдор
Лавров» (12+)
14:50 «Город новостей» (16+)
15:00 Х/ф «Танцы на углях» (16+)
17:00 Д/с «Актёрские драмы. Печки-
лапочки» (16+)
18:05 Т/с «Некрасивая подружка.
Секрет невесты» (16+)
22:35 «Хватит слухов!» (16+)
23:05 «Девяностые. Авантюристки»
(16+)
00:00 События. (16+)
00:35 «Петровка, 38» (16+)
00:50 Д/ф «Дорогие товарищи.
Королевский гамбит» (16+)
01:30 «Знак качества» (16+)
02:10 «Хроники московского быта.
Вырезка и кости» (12+)
02:50 Т/с «Некрасивая подружка.
Красная нитка» (16+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
06:15, 14:15, 15:55 «Уральские
пельмени. Смехbook» (16+)
07:35, 16:25 Шоу «Уральские
пельмени» (16+)
09:00, 10:00 Т/с «Любовь напрокат»
(16+)
10:55 М/ф «Синдбад. Пираты семи
штормов» (6+)
12:35 М/ф «Садко» (6+)
15:00, 20:00 Т/с «Кто быстрее?» (16+)
17:50, 19:00, 19:30 Т/с «Экстрим»
(16+)
21:00 Х/ф «Мальш на драйве» (18+)
23:20 Х/ф «Драйв» (18+)
01:20 «Остров сокровищ. Знаки
судьбы» (16+)
02:55 М/с «Машины страшилки» (0+)
ДОМАШНИЙ
06:30, 05:25 «По делам
несовершеннолетних» (16+)
07:25, 04:35 «Давай разведёмся!»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

08:20, 03:00 «Тест на отцовство» (16+)
10:30, 23:25 Д/с «Понять. Простить»
(16+)
11:45, 00:40 Д/с «Порча» (16+)
12:55, 01:40 Д/с «Знахарка» (16+)
13:30, 02:05 Д/с «Верну любимого»
(16+)
14:05, 02:35 Д/с «Голоса ушедших
душ» (16+)
14:40 Д/с «Кризисный центр» (16+)
19:00 Х/ф «Наследство» (12+)
04:40 «6 кадров» (16+)
ЗВЕЗДА
05:15 Т/с «Кремень» (16+)
07:00 «Сегодня утром» (12+)
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости
дня (16+)
09:15, 21:00 «Открытый эфир» Ток-
шоу (16+)
11:00, 00:05 Т/с «Государственная
граница. Мы наш, мы новый...» (12+)
12:30, 13:25, 15:05, 15:20, 17:15, 03:20
Т/с «Кремень. Освобождение» (16+)
15:00 Военные новости (16+)
18:00 Д/с «Саперы СВО. Переправа,
переправа» (16+)
18:50 Специальный репортаж (16+)
19:55 «По горячим следам» (16+)
20:10 «Улика из прошлого.
Высокоточная контригра. Загадка
ракетных ударов по объектам ВСУ»
(16+)
22:45 «Между тем» (12+)
23:15 Д/с «СВО: Здесь живут люди.
Чему учат в школе» (12+)
01:15 Х/ф «Голубые молнии» (6+)
02:40 Д/с «Военные миссии особого
назначения» (16+)

МИР

05:00, 03:20 Т/с «Школа выживания
от одинокой женщины с тремя
детьми в условиях кризиса» (12+)
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30
Новости (12+)
06:15 «Культ личности» (12+)
06:30, 10:10 Т/с «Операция
«Мухаббат» (16+)
13:15 «Мировое соглашение» (16+)
14:10 «Дела судебные. Битва за
будущее» (16+)
15:05 «Дела судебные. Новые
истории» (16+)
16:15 «Дела судебные. Яблоко
раздора» (16+)
17:15 «Дела судебные. Деньги
верните!» (16+)
18:50 «Игра в кино» (16+)
20:55 «Игра в кино. Чемпионат МИРА»
(16+)
21:45 «Миллион за 5 минут» (16+)

КАРУСЕЛЬ

08:25, 02:55 «Тест на отцовство» (16+)
10:40, 23:20 Д/с «Понять. Простить»
(16+)
11:55, 00:35 Д/с «Порча» (16+)
13:00, 01:35 Д/с «Знахарка» (16+)
13:35, 02:05 Д/с «Верну любимого»
(16+)
14:10, 02:30 Д/с «Голоса ушедших
душ» (16+)
14:45 Д/с «Кризисный центр» (16+)
19:00 Х/ф «Хочу тебе верить» (12+)
ЗВЕЗДА
05:05 Т/с «Кремень. Освобождение»
(16+)
07:00 «Сегодня утром» (12+)
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости
дня (16+)
09:15, 21:00 «Открытый эфир» Ток-
шоу (16+)
11:00, 00:05 Т/с «Государственная
граница. Мирное лето 21-го года»
(12+)
12:30, 18:50 Специальный репортаж
(16+)
12:45, 19:55 «По горячим следам»
(16+)
13:25, 15:05, 17:15, 03:55 Т/с «Жажда»
(16+)
15:00 Военные новости (16+)
18:00 Д/с «Саперы СВО. Инженерные
дроны - и взлетим, и поплаваем»
(16+)
20:10 Д/с «Секретные материалы»
(16+)
22:45 «Между тем» (12+)
23:15 Д/с «СВО: Здесь живут люди.
Это наша земля» (12+)
01:15 Х/ф «В трудный час» (0+)
02:55 Д/с «Шедевры военных
музеев» (12+)

МИР

05:00, 04:10 Т/с «Школа выживания
от одинокой женщины с тремя
детьми в условиях кризиса» (12+)
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30
Новости (12+)
06:15 «Культ личности» (12+)
06:30, 10:10 Т/с «Операция
«Мухаббат» (16+)
13:15 «Мировое соглашение» (16+)
14:10 «Дела судебные. Битва за
будущее» (16+)
15:05 «Дела судебные. Новые
истории» (16+)
16:15 «Дела судебные. Яблоко
раздора» (16+)
17:15 «Дела судебные. Деньги
верните!» (16+)
18:50 «Игра в кино» (16+)
20:55 «Игра в кино. Чемпионат МИРА»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

22:25 Х/ф «Курьер» (16+)
00:20 «Наше кино. История большой
любви» (16+)
01:00 Первый Евразийский канал
(12+)
01:55 Х/ф «Любимая девушка» (0+)
ТНТ
07:00, 06:00 «Утро ТНТ» (16+)
08:00 Т/с «Однажды в России» (16+)
09:00 Т/с «Сашатаня» (16+)
14:00 Т/с «Интерны» (16+)
19:30 Т/с «Полярный» (16+)



– Сергей Иванович, как вы считаете, насколько лошадь важна для человека в наши дни?

– Коневодство актуально даже в наше время высоких молекулярных технологий и прочих достижений научно-технической революции. В руках мудрых и рачительных руководителей эта отрасль сравнима с золотоносной жилой.

Основной продукт коневодства – породистые лошади, которые на скачках и прочих зрелищных мероприятиях приносят массу положительных эмоций зрителям. Кроме того, отрасль является источником кобыльего молока, кумыса и различных напитков на его основе, сыра качокавалло, курта и прочих разновидностей.

Конина считается диетическим мясом, полезны и продукты ее переработки (колбасы, консервы). Сыворотка из крови лошадей высоко ценится в фармацевтике для создания вакцин, гормональных, ферментативных препаратов. Конский волос, шкуры широко применяются в обрабатывающей и легкой промышленности. Даже конский навоз как органическое удобрение по своим качествам превосходит коровий и куриный.

– Какому бы из продуктов коневодства вы отдали приоритет по степени пользы для здоровья?

– Думаю, что с той гаммой положительных эмоций, которые возникают при созерцании грациозных движений бегущей лошади, по степени полезности для здоровья может сравниться только кумыс. Это кисломолочный напиток беловатого цвета из кобыльего молока, полученный в результате молочнокислого и спиртового брожения при помощи болгарской и ацидофильной молочнокислых палочек и дрожжей. О ценности чего-либо мы судим по тому, насколько это выдержало проверку временем.

О кумысе написано в Ипатьевской летописи (1185 год) как о напитке половцев, там он назывался «комузь» и «комызь». Тюркские народы считают его своим национальным и народным достоянием. Название происходит из татарского языка, где кымыз – производное от кым (мак) – «мешать, бол-

Целебная сила кумыса

Мы живем в районе, который около 300 лет был одним из крупнейших центров племенного и военного коневодства России. С вопросами о влиянии продуктов коневодства на здоровье человека мы обратились к кандидату медицинских наук, доценту Сергею Скляру.

тать»; кумыс – «перебродившее кобылье молоко».

Технологию приготовления кумыса кочевники веками хранили в тайне. Он признан полезным общеукрепляющим средством. Вкус приятный, освежающий, кисло-сладкий, пенистый. Обычно кумыс содержит от 0,2 до 2,5 % этилового спирта. Но крепкий натуральный кумыс (только из кобыльего молока) может содержать до 4,5 % спирта. В зависимости от закваски, длительности и условий он получается разным:

- бывает весьма крепким, с повышенным содержанием спирта, который может опьянять, приводя человека в возбужденно-хмельное состояние;

- бывает, наоборот, слабозаквашенный – саумал; он рекомендован в качестве лечебно-профилактического средства.

– Чем кумыс полезен для нашего здоровья?

– Здесь отдельно надо рассмотреть пищевую ценность кумыса и его биологическое влияние на организм. Этот напиток содержит пищевые вещества, макро- и микроэлементы: натрий, кобальт, фосфор, кальций, калий, магний, цинк, железо, марганец, медь. Калорийность – примерно 50 калорий на 100 граммов. Пищевая ценность: белки – 2 грамма; углеводы – от 3,8 до 5 граммов; жиры – от 1,3 до 1,9 грамма.

Кроме того, соотношение кальция к фосфору в кумысе почти аналогично человеческому грудному молоку. Высокая концентрация лактозы в молоке кобыл способствует бактериальному брожению, поскольку исходные культуры разлагают ее на молочную кислоту, спирт и другие мелкие молекулы. Напиток содержит незаменимые жирные кислоты – пантотеновую, линолевую и линоленовую.

Витамины являются активаторами биохимических реакций, поэтому оказывают биологическое действие на процессы в организме. В кобыльем молоке витаминов почти в 10 раз больше, чем в коровьем. Лидируют в списке витамины С, РР, группы В и А (ретинол). В одном литре кумыса содержатся 200 микрограммов витамина В1, 375 миллиграммов витамина В2, 256 микрограммов фолиевой кислоты, 2 миллиграмма пантотеновой

кислоты. Вся группа витамина В положительно влияет на обменные процессы в организме.

Нельзя не отметить повышенное содержание витамина С в напитке, что обеспечивает выраженный антиоксидантный, а соответственно, и противоопухолевый эффект. Есть в кумысе незаменимые аминокислоты, особенно пролин, лизин, тирозин, валин и лейцин, необходимые человеку.

– Какое действие напиток оказывает на организм человека?

– Воздействие кумыса на органы и системы организма настолько велико, что об этом можно говорить много и долго. Если сказать коротко, то напиток оказывает терапевтическое воздействие на желудочно-кишечный тракт, обмен веществ, нормализует артериальное давление, улучшает метаболизм сердечной мышцы, почек и щитовидной железы, способствует улучшению иммунной системы и используется для борьбы с потерей веса и анемическими состояниями. Систематическое употребление кумыса имеет противораковый эффект.

Считается, что пробиотики напитка замедляют рост опухолей, предотвращая выработку канцерогенных соединений и укрепляя иммунную систему. Богатая микрофлора ферментированного продукта играет ключевую роль в поддержании здоровья кишечника и лечении различных заболеваний пищеварительной системы.

Исследования коллег из Башкортостана (2021 год) подтверждают позитивное влияние кумысолечения на организм человека в процессе восстановления после COVID-19 в домашних условиях. Значительно быстрее исчезают про-

явления заболевания, улучшается качество жизни.

– При каких заболеваниях назначают кумысолечение?

– Показания для применения кумыса очень широкие:

- болезни органов дыхания: хронические обструктивные заболевания легких, перенесенные пневмонии, в том числе ассоциированные с COVID-19, легочный и внелегочный туберкулез, пневмокониоз, силикотуберкулез, сухой и экссудативный плеврит, иммунодефицитные состояния;

- заболевания органов пищеварения: хронический гастрит, хеликобактер, ассоциированные гастриты, язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки вне обострения, хронические бескаменные холециститы, дискинезии желчевыводящих путей, хронические энтероколиты, синдром раздраженной кишки;

- онкологические болезни: состояние после химиотерапии, лучевой терапии;

- заболевания крови и кровяной системы: железодефицитные, гипо- и апластические анемии;

- заболевания сердечно-сосудистой системы: хроническая ишемическая болезнь сердца, атеросклеротический кардиосклероз, модифицируемые факторы риска развития атеросклероза;

- заболевания нервной системы: функциональные расстройства НС, дисциркуляторная энцефалопатия, синдром хронической усталости, гериатрия.

Как видите, практически полный перечень заболеваний людей трудоспособного и старшего возраста.

– Какие противопоказания к кумысолечению?

– Противопоказаний очень мало. Это повышенная чувствительность к компонентам кобыльего молока и кумыса, заболевания в острой стадии,

кровотечения, высокая температура. Не рекомендуется давать напиток детям в возрасте до одного года.

– Можно ли принимать кумыс без назначения врача?

– Это универсальный напиток, его употребление не имеет возрастных ограничений. Он полезен как детям, так и взрослым: тонизирует, поднимает настроение, стимулирует тонус человека и омолаживает клетки его организма. Поэтому кумыс можно принимать самостоятельно, но не злоупотреблять им.

Для достижения позитивного эффекта в курортологии рекомендуется принимать кумыс слабой или средней крепости по 200–250 миллилитров (в зависимости от секреторной функции желудка) за 15–30 минут до еды 3 раза в сутки 4 недели. Через 3–6 месяцев месячный курс приема кумыса можно повторять без ограничений срока лечения.

– Как отличить настоящий кумыс от суррогатного и доброкачественный от непригодного в употреблении?

– Внешне они ничем не отличаются. Поможет лишь изучение состава продукта, указанного на наклейке бутылки. На этикетке настоящего кумыса будет написано, что продукт изготовлен из кобыльего молока. На наклейке суррогата – продукт изготовлен из молока без указания его происхождения, использована кумысная закваска.

Кумысный напиток производится из коровьего молока с применением кумысной закваски. Если кумыс развели, то продукт расслаивается. Сыворотка поднимается вверх. Когда кумыс разбавляют водой, коровьим молоком или рапсом, то выпадает осадок или появляются белые хлопья. Настоящий кумыс – живой напиток, поэтому на поверхности появляются пузырьки и образуется пена. Даже в холодильнике он не хранится более 5 суток, поэтому напиток с длительным сроком хранения – подделка.

Кумыс имеет характерный запах и вкус. Поэтому прокисший напиток будет пахнуть кислым молоком, а лаборатория покажет кислотность выше 120–130 °Т. Пить его опасно для слизистой желудка.

– Ну и традиционно подведите итог разговора. Что бы вы пожелали нашим читателям?

– Оздоровляйтесь не лекарствами, а богатствами нашего края!

**Беседу вела
Антонина Котилевская**



Главная новогодняя ёлка республики будет особенной

Муниципалитеты приступили к украшению новогодних ёлок в Луганске

Дмитрий Терновенко, житель Ровеньков:

– Несколько лет подряд в Ровеньках устанавливается впечатляющая новогодняя красавица, подаренная нашим регионом-шефом. На все зимние праздники она становится изюминкой города, кроме того, устанавливаются новогодние инсталляции. Также на новогодние праздники я стараюсь посещать столицу нашей республики и полюбоваться главной ёлкой региона, которая не уступает в изяществе хвойным красавицам из больших городов нашей страны. В этом году в Луганске планируется установить праздничные ёлки 27 муниципалитетов. Считаю это превосходной идеей. Вместе с родными и друзьями обязательно посетим инсталляцию. Думаю, что новогодние ели, представленные муниципалитетами, будут абсолютно разными, и каждая из них будет по-своему эффектной и запоминающейся.

Оксана Давыдюк, жительница Брянки:

– Жду не дожидусь, когда нарядят нашу городскую ёлку. И, конечно, очень интересно, как будет украшена ель Брянки, которую установят в Луганске. Надеюсь увидеть в ее убранстве, знакомом всем брянковчанам, мотивы из истории и традиций нашего города. Мне лично по душе, когда ёлку украшают игрушками, сделанными руками детей. Думаю, что и ребята очень понравилось бы таким образом приобщиться к общему празднованию; подобный опыт оставит только светлые приятные воспоминания. Обязательно с семьей посетим Луганск, чтобы полюбоваться на брянковскую ёлку. И, конечно же, сделаем много-много классных фотографий на память.

Ирина Дубравина, жительница Марковки:

– Узнала, что в этом году жители республики ждут сюрприз – в Луганске будет целых 27 праздничных деревьев от муниципалитетов, которые закружатся в дружном хороводе. Особенно приятно, что и наш район внесет свою лепту в украшение города. Не сомневаюсь, что местные мастера и детвора подготовят уникальные игрушки, и каждый шарик, каждая гирлянда передадут людям тепло и радость от щедрых марковчан.

Мы с нетерпением ждем возможности увидеть сияющий новогодними декорациями Луганск, украшения на ёлочках и ощутить волшебство зимних праздников.

Анастасия Игнатовская, жительница Перевальска:

– Для нашей семьи поездка в Луганск на Новый год – уже добрая традиция! Каждый год мы приезжаем, чтобы окунуться в праздничную атмосферу, и в текущем году – не исключение. Но этот визит будет особенным, ведь мы посетим в столице украшенную перевальскую ёлочку.

Впервые с нами поедет наш сын, и я представляю, как его глаза загорятся от восторга, когда он увидит эту огромную сверкающую ёлку. Планируем провести время на центральной площади, сделать множество фотографий на фоне ярких огней, покататься на катке, попробовать горячий шоколад и просто насладиться волшебной атмосферой Нового года.

В этом году нас ожидает не совсем привычное новогоднее оформление Театральной площади. Тот факт, что каркас будущей главной ели республики начал собираться существенно раньше обычного, намекает на то, что нас ожидает сюрприз.

– На Театральной площади в центре Луганска вместе с главной ёлкой появятся еще 27 елей поменьше, символизирующих муниципальные образования региона. Как в традиционном русском хороводе, все муниципальные ёлки будут объединены с нашей главной зеленой красавицей одной сверкающей гирляндой, – рассказал Глава ЛНР Леонид Пасечник.

Руководитель региона добавил, что их новогоднее убранство отразит специфику каждого из муниципалитетов республики – его историю, культуру, традиции.

– На небольших ёлочках можно будет увидеть украшения с символикой и достопримечательностями муниципальных округов, игрушки, сделанные руками детей и народных умельцев. Необычное праздничное украшение центра столицы очень символично. Став частью России, мы снова объединили все административные территории Луганщины под российским триколором и флагом Луганской Народной Республики. Мы – одна семья, и в этом единстве – наша главная сила, – отметил Леонид Пасечник.

Как разъяснила директор Луганского комбината зеленого хозяйства и благоустройства Нигина Соловьева, в этом году республиканская ель станет символом не только Нового года, но и самой Луганщины.

По нашим расчетам и представлениям, это будет двадцатиметровая гирлянда, отходящая от остова центральной ёлки с небольшим полуметровым прогибом, который как бы немного повторяет форму новогоднего дерева, – поделилась Нигина Соловьева.

Гирлянды необходимо повесить таким образом, чтобы их нити находились в единой плоскости, иначе шатра, который покроет примерно треть «театралки», просто не получится. Работа, откровенно говоря, не из легких.

Похожие конструкции уже опробованы в Петербурге и Белгороде.

– Идея нам показалась очень интересной. К тому же и мы можем воплотить ее в жизнь нашими силами, – добавила директор Луганского комбината зеленого хозяйства и благоустройства.

Сейчас рассматриваются разные варианты украшения зеленых красавиц от территорий. В итоге получится не просто собрание хвойных деревьев, а настоящий музей, где можно увидеть разные тематические подходы к праздничному оформлению елей.

Постаменты, на которых будут располагаться ёлочки поменьше, довольно тяжелые – 750 кг. Это поможет сохранить устойчивость всей конструкции.

– За счет шатра создается большая парусность, а Театральная площадь у нас является самой продуваемой ветром частью города, поэтому были выбраны тяжелые бетонные блоки, – акцентировала Соловьева.

На этом нововедения не заканчиваются.

Уйдут некоторые аттракционы, поскольку новое оформление требует больше места. Однако это не означает, что развлечения отменяются. Просто часть из них будет размещена в сквере имени героев «Молодой гвардии».

В 2024 году на Театральной площади проката детских машинок не будет.

После открытия центральной ёлки пройдут концертные мероприятия – представления муниципалитетами своих поздравлений и ёлок.

Первыми украсили новогодние ёлки в Луганске Антрацит, Алчевск, Беловодск и Краснодон. Оформление каждого новогоднего дерева отличается индивидуальностью и оригинальностью.

Антрацит: Донбасс, который никогда не сломить

Одна из первых ёлочек была украшена представителями Антрацитовского муниципального округа.

– В каждом новогоднем шаре (они исполнены в цветах российского флага) будет отражена маленькая фотография. Это наши значимые исторические места. Каждый житель Луганской Народной Республики может подойти и увидеть в шаре частичку нашего Антрацитовского муниципального округа, – отметил руководитель муниципальной Администрации Сергей Саенко.

Он уверен: каждый антрацитовец гордится тем, что их новогодний символ будет рядом с большой центральной ёлкой республики.

– Это символизирует единое целое, наш Донбасс, который никогда не сломить, – добавил он.

В украшениях ели отражены регионы-шефы округа – Ставропольский край и Республика Калмыкия, и достопримечательности муниципалитета.

– Мы уверены, что наша ёлка будет очень красивой. Но самое главное, чтобы она передавала душу и традиции нашей территории, – рассказала заместитель главы Антрацитовского муниципалитета Наталья Шаталова.

Беловодск: герб, храм и воронцы

Появился на Театральной площади в Луганске и главный новогодний символ от Беловодского муниципального округа.

– На нашей ёлке представлены игрушки, в которых запечатлены достопримечательности нашего округа, – рассказала заместитель главы Беловодского муниципального округа Наталья Добирица.

Это, в частности, герб Беловодского муниципалитета и Свято-Троицкий храм.

Наша местность еще славится воронцами, поэтому здесь они тоже запечатлены, – добавила представительница муниципалитета.

Воронец – дикорастущий степной пион с тонкими листьями и яркими красными цветками. Это одна из жемчужин растительного мира нашего края, занесенная в Красную книгу.

– Всей нашей командой была выбрана такая концепция, чтобы людям, которые приходят сюда, было ясно и понятно, от какой территории эта ёлочка, – поделилась Наталья Добирица.

Она уверена, что для округа участие в такой новогодней акции – это большая честь.

– Я думаю, что наша ёлка будет одной из лучших среди представленных на этой площади, – подчеркнула замглавы муниципалитета.

Краснодон: наследие «Молодой гвардии»

Своя «личная» ель у главной новогодней ёлки республики теперь есть и у Краснодона. Краснодонцы изготовили гирлянды, на которых представлены изображения, связанные с деятельностью подпольной антифашистской организации «Молодая гвардия», памятные места города и его прославленные коллективы.

Глава Краснодонского муниципального округа Сергей Козенко отметил, что это вклад муниципалитета в новогоднее украшение главной площади республики.

– Каждый ребенок,ходясь здесь, может увидеть свой родной город, родной муниципалитет, в котором он проживает, – сказал он.

По его словам, украшения посвящены местам Краснодонщины, которые прославляют район и являются его визитной карточкой. Новогодний символ убран в цвета герба и флага муниципалитета – красный и золотой.

Конечно, мы не забываем народные коллективы, которые отстаивают честь Краснодона на всех мероприятиях, и спортивные коллективы, которые представляют его на всех состязаниях, – подчеркнул Сергей Козенко.

Также для краснодонской ёлки было придумано оригинальное оформление – металлический многоугольник с прикрепленными к нему яркими шарами.

Алчевск: город стали

В числе первых новогодних ёлок в центре Луганска, символизирующих муниципалитеты республики, оказался новогодний символ, украшенный парилкой алчевцев.

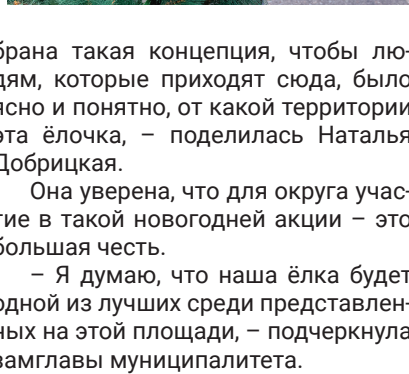
– Наш город – город стали, город металлургического комбината, – подчеркнула начальник отдела культуры Алчевского муниципалитета Елена Куташ. – Этот ключевой момент нашел отражение и в убранстве новогодней ели, – добавила она.

Заведующая культурно-массовым сектором культуры Алчевского муниципалитета готовит главный наш символ – стальной ковш, – отметила Янина Степанова.

Украшения дерева, по ее словам, выполнены алчевскими мастерами, творческим коллективом культурно-досугового центра и отделом культуры муниципальной Администрации.

– Вложили сердце и душу в нашу самую главную красавицу, – подчеркнула Янина Степанова.

Также ёлочку украсили красные яркие и прозрачные шары с изображениями памятных и значимых мест города.



Новый год будем встречать под золотым шатром



После открытия центральной ёлки пройдут концертные мероприятия – представления муниципалитетами своих поздравлений и ёлок.



Александр Нефедов, фото Дарьи Чмировой



ГОРДОСТЬ
РЕСПУБЛИКИ

Более 38 лет упорного труда на благо района

*Я люблю свой родной дом,
Люблю все, что есть в нем.
Люблю всех своих родных
И живу только для них.*

Мария Балюгина

Мария Ивановна Балюгина родилась 24 июля 1939 года в нашем поселке. Сразу после окончания школы в 1958 году пошла работать в Беловодский «Гослесопитомник» расчетчиком, потом счетоводом-кассиром. Без отрыва от производства окончила Луганский сельхозинститут по специальности «бухгалтерский учет в сельском хозяйстве» и с 1968 по 1980 год работала в должности старшего бухгалтера.

Организаторские способности, трудолюбие Марии Ивановны снискали уважение и

доверие трудового коллектива. С марта 1980 года она была назначена по переводу заместителем заведующего орготделом, заведующим сектором партийного учета Беловодского райкома партии.

С 1985 года героиня нашей публикации возглавила районную информационно-вычислительную станцию (РИВС) статистического управления Ворошиловградской области. В 1987 году РИВС была реорганизована в Беловодский районный отдел статистики Ворошиловградского областного управления статистики.

Мария Балюгина проработала начальником этого отдела до 1994 года, вплоть до выхода на пенсию в связи с достижением предельного возраста пребывания на государственной службе.

В 1996 году по просьбе областного управления статистики Мария Ивановна была привлечена к работе в должности главного экономиста на период переписи населения.

Все годы сознательной жизни она прожила целеустремленно и динамично, была предана делу Коммунистической партии и Социалистической Родины. Ее принципиальное, требовательное и в

то же время чуткое отношение к подчиненным, деловитость в работе вызывали почет и уважение среди коллег и соратников по партии.

Всю свою жизнь Мария Ивановна посвятила любимой работе и семье. Она сама построила свой дом, в котором росли ее два любимых пле-

мянника – Виктор и Алексей. Долгие годы ухаживала за тяжелобольной матерью.

Сейчас у Марии Балюгиной есть внуки и правнуки. Несмотря на почтенный возраст – 85 лет, каждый день жизни этой женщины наполнен домашним трудом и заботой о своих близких.

Труд Марии Балюгиной по достоинству был оценен государством. В 1970 году в ознаменование 100-летия со дня рождения В. И. Ленина она была награждена медалью «За доблестный труд», статистическим управлением Ворошиловградской области по итогам республиканских соревнований неоднократно премирована денежным поощрением, в 1984 году отмечена медалью «Ветеран труда», в 1989 году – почетной грамотой за добросовестный труд в органах государственной статистики и в связи с 50-летием со дня рождения.

Татьяна Чумак, фото из архива героини публикации



Авторские открытки для мам

На территории Беловодского районного центра детского и юношеского творчества исполнительный секретарь местного отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия» **Неля Запорожская** провела мастер-класс для учащихся 1-3-х и 5-х классов Беловодской СШ № 1, Беловодского лицея «Лидер».

Под руководством Нели Николаевны ребята увлеченно рисовали и вырезали уникальные открытки для своих мам. Дети исполнили песню, посвященную маме, также наперебой рассказывали о своих мамах, как их зовут и за что они их любят. Закончилось мероприятие веселыми танцами.

– Мы провели мастер-класс по созданию авторских открыток. Ребята к этому готовились заранее, подбирали цвета, украшения. Все мы знаем, что 24 ноября в нашей стране

празднуется День матери. У меня, как педагога дополнительного образования, исполнительного секретаря местного отделения «Единой России», всегда в планах работать с детьми, развивать их способности. В таких мероприятиях мы стараемся соединить несколько жанров – песенный, танцевальный и художественный. Так дети больше раскрываются и развивают свои таланты, – подчеркнула **Неля Запорожская**.

Татьяна Чумак, фото автора

Примите участие в акции «Елка желаний»

«Движение Первых» открывает прием заявок на Всероссийскую акцию «Елка желаний». С 15 ноября дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, могут загадать новогоднее желание, которое воплотят в жизнь граждане по всей стране. Регистрация будет доступна на официальном сайте елкажеланий.рф и продолжится до 20 декабря.

– «Елка желаний» – проект, который помогает «Движению Первых» объединить все общество, чтобы поддержать тех, кто находится в сложной жизненной ситуации. За 6 лет его существования было исполнено более 210 тысяч детских новогодних желаний. Присоединиться к акции может любой, взяв детское письмо на одной из тысячи елок, размещенных в общественных местах всех регионов России, либо онлайн на сайте акции, – отметил председатель правления «Движения Первых» **Артур Орлов**.

Основные этапы акции в 2024–2025 годах:

- 15 ноября – 20 декабря 2024 года (1-й этап) – заявочная кампания для мечтателей;
- 1 декабря 2024 года – 28 февраля 2025 года (2-й этап) – заявочная кампания для исполнителей;
- 6 декабря 2024 года – 31 мая 2025 года – реализация желаний.

В акции предусмотрено три вида желаний – материальные, нематериальные, подарок-сюрприз. Материальные желания представляют собой развивающие материалы и книги, товары для хобби, музыкальные инструменты, спортивный инвентарь и экипировку, детские и развивающие



игрушки, одежду и костюмы. В качестве нематериальных желаний можно подарить ребенку возможность попробовать себя в профессии, поездку или путешествие, встречу с известным человеком. Принимаются заявки и на подарки-сюрпризы, где исполнитель самостоятельно выбирает подарок для мечтателя на основе его предпочтений, интересов и хобби.

«Елка желаний» проходит в двух форматах: офлайн и онлайн.

– Цель акции – подарить радость и ощущение новогоднего волшебства детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Благодаря акции граждане, которые хотят совершить добрый поступок, могут найти тех, кто нуждается в помощи, и исполнить их новогодние желания, – сказал пред-

седатель совета регионального отделения «Движения Первых» в ЛНР **Руял Алиев**.

В онлайн-формате подобрать желания можно на сайте акции – исполнитель сам определяет удобную для него сумму подарка и регион, в котором он готов реализовать желание участника.

В Год семьи «Движение Первых» совместно с благотворительным фондом «Выручаем» также запускает дополнительный формат участия в акции для поддержки детей из семей с доходом ниже прожиточного минимума. В преддверии Нового года «Первые» вместе с родителями смогут поучаствовать в акции «Праздник на стол» и получить продуктовый сертификат для подготовки праздничного стола.

В акции могут участвовать дети в возрасте от 3 до 17 лет включительно:

- ✓ проживающие и зарегистрированные на территориях Луганской и Донецкой Народных Республик, Запорожской и Херсонской областей;
- ✓ ребята из семей, постоянно проживающих в Белгородской, Курской и Брянской областях и пострадавших и/или вынужденно покинувших место жительства в связи с обстрелами;
- ✓ с ограниченными возможностями здоровья;
- ✓ с инвалидностью;
- ✓ с состоянием здоровья, угрожающим жизни;
- ✓ из семей с доходом ниже прожиточного минимума;
- ✓ из семей участников специальной военной операции;
- ✓ дети-сироты и дети без попечения родителей.

ТВ-ПРОГРАММА

ЧЕТВЕРГ 5 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 «Доброе утро» (0+)
09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00
Новости (16+)
09:30 «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+)
19:50 «Пусть говорят» (16+)
21:00 Время (12+)
22:00 Т/с «Персональный ассистент»
(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 (12+)
09:30 Местное время (12+)
09:55 «О самом главном» Ток-шоу
(12+)
11:30, 18:30 «60 Минут» Ток-шоу (12+)
13:00 «Наши» (12+)
14:30, 21:10 Вести. Местное время
(12+)
14:55, 02:10, 03:30 Т/с «Райский»
(16+)
17:30 «Малахов» (16+)
21:30 Т/с «Тайны следствия» (16+)
23:30 «Вечер с Владимиром
Соловьёвым» (12+)

РОССИЯ 24

05:00, 06:30, 07:10, 08:00, 08:50,
10:45, 12:00, 12:45, 14:00, 18:00,
20:00, 22:00, 22:35, 01:00 Новости
(16+)
05:25, 07:50, 01:40 День в истории
(6+)
05:35, 18:35, 20:30 Вести. Дежурная
часть (12+)
06:35, 07:30, 10:35, 12:15, 16:20
Погода 24 (12+)
07:45, 11:55, 15:55, 01:50 Инструкция
(12+)
08:30, 12:40 Вести. Net (12+)
11:15, 13:50 Интервью (12+)
12:10, 00:45 Специальный репортаж
(12+)
16:00, 16:35, 20:00 Факты (12+)
22:25 Научпоп (0+)
02:10 Вечер с Владимиром
Соловьёвым (12+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30
Новости (16+)
06:30 Утро Донбасса (12+)
09:30, 20:35 Т/с «Любовь с оружием»
(16+)
11:00, 16:00 ЛуганскLive (12+)
13:00, 22:00 Т/с «Ангел хранитель»
(16+)
14:45, 01:00 Д/с «Престольный
праздник» (12+)
15:45, 17:40, 21:55 Деловые новости
(12+)
17:45, 23:45 Д/с «Молодая наука»
(12+)
18:00, 00:10 Круглый стол (12+)
18:30, 00:35 Время наших (12+)
18:45, 00:50 Важно знать (12+)
19:00, 05:30 Д/с «Рассекреченная
история» (16+)
19:25 Страна 404 (16+)
20:00 Проект «Интеграция» (12+)
20:20 Спецрепортаж (12+)
01:50 Т/с «Трюкач» (16+)

НТВ

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей»
(16+)
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00, 23:35
Сегодня (12+)
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 «Балабол» (16+)
22:15, 00:00 Т/с «Пустые города» (16+)
00:55 «Поздняков» (16+)
01:10 «Мы и наука. Наука и мы» (12+)

5 КАНАЛ

05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия»
(16+)
05:25, 05:50, 06:35 Т/с «Пилигрим»
(16+)
07:25, 09:30, 10:00, 11:00, 12:00 Т/с
«Привет от Катюши» (16+)
08:00 «Ваше здоровье» (12+)
08:35 «День ангела» (0+)
13:30, 14:20, 15:15, 16:00, 16:55,
17:30, 18:10, 19:00, 19:55, 20:40,
02:40, 03:20, 03:55 Т/с «След» (16+)
21:25, 02:05 Т/с «Великолепная
пятёрка 7» (16+)
22:20, 00:30, 01:20 Т/с «Великолепная
пятёрка 6» (16+)
23:05 Т/с «Великолепная пятёрка
4» (16+)
00:00 «Известия. Итоговый выпуск»
(16+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (6+)
07:00 «С добрым утром, малыши!»
(0+)
07:35 М/с «Беби Борн» (0+)
07:50 М/с «Школьный автобус
Гордон» (0+)
08:05, 09:30 М/с «Лунтик» (0+)
08:55 М/с «Робокар Поли и его
друзья» (0+)
10:15 М/с «Суперкрылья». Удивительные
питомцы (0+)
10:45 Мастерская «Умелые ручки»
(0+)
11:00 М/с «Приключения
Мегащенок» (0+)
11:20 М/с «Диностер» (6+)
11:50 М/с «Геройчики» (0+)
13:35 М/с «Карбот» (6+)
14:05 М/с «Тобот. Герои Дэйдо» (6+)
14:30 «Навигатор. Новости» (0+)
14:45 М/с «Крутой Майк» (6+)
16:00 Час «Союзмультфильма» (6+)
17:00 М/с «Край Бебис. Волшебные
слёзки» (0+)
17:10 М/с «Команда Флоры» (0+)
19:00 М/с «Семь королевств» (0+)
20:30 М/с «Муся, Чук и Станислав»
(6+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!»
(0+)
21:20 М/с «Барбоскины» (0+)
22:05 М/с «Стальные стражи» (6+)
22:30 М/с «Дикие скричеры» (6+)
22:50 М/с «Фьюжн Макс» (6+)
23:10 «Ералаш» (0+)
00:35 М/с «Простоквашино» (0+)

ОТР

06:00, 01:55 «Большая страна» (12+)
06:50 «Моя история. Александра
Урсуляк» (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 (12+)
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, 00:30 Т/с «Секретарша» (16+)
15:10 Х/ф «Двадцать дней без войны»
(0+)
16:50 М/ф «Премудрый пескар» (0+)
17:00 Д/п «Конструкторы будущего.
Победоносная вакцина» (12+)
17:15 «Родительское собрание» (12+)
20:40, 03:30 Т/с «Игра с огнём» (16+)
22:30 Х/ф «Мой друг Иван Лапшин»
(12+)
00:05 Х/ф «Вести из Непала» (16+)

ТВ-ЦЕНТР

06:00 «Настроение» (12+)
08:15 Д/ф «Моя война. Иван Слухай»
(16+)
08:40 Х/ф «Тайна за углом. Под
маской льва» (16+)
10:35 Д/ф «Легенды советской
эстрады. Звездные гастроли» (12+)
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
(16+)
11:50 Т/с «Сельский детектив. Чем
сердце успокоится» (12+)
13:45, 05:00 «Мой герой. Елена
Муравьева» (12+)
14:50 «Город новостей» (16+)
15:05 Х/ф «Танцы на углях» (16+)
16:55 Д/с «Актерские драмы. Полные,
вперед!» (16+)
18:10 Т/с «Некрасивая подружка.
Муха в янтаре» (16+)
20:00 Т/с «Некрасивая подружка.
Кровавая Мэри» (16+)
22:35 «10 самых... Счастье на
несчастье» (16+)
23:10 Д/с «Актерские драмы.
Звёздный возраст» (16+)
00:00 События. (16+)
00:35 «Петровка, 38» (16+)
00:50 Д/ф «Следствие ведет КГБ.
Бомба в метр» (16+)
01:30 Д/ф «Русские тайны. Страшно
есть» (16+)
02:10 «Хроники московского быта.
Советские оборотни в погонах» (12+)
02:50 Т/с «Некрасивая подружка.
Гололомок» (16+)
04:20 Д/ф «Легенды советской
эстрады. Звёздные гастроли» (12+)
05:35 «Москва резиновая» (16+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
06:15, 14:40, 15:55 «Уральские
пельмени. Смехbook» (16+)
07:30, 16:20 Шоу «Уральские
пельмени» (16+)
09:00, 10:00 Т/с «Любовь напрокат»
(16+)
11:00 М/ф «Леонардо: Миссия Мона
Лиза» (6+)
12:40 М/ф «Тайна Мосли» (6+)
15:00, 20:00 Т/с «Кто быстрее?» (16+)
17:55, 19:00, 19:30 Т/с «Экстрим»
(16+)
21:00 Х/ф «Форсаж в Паттайе» (18+)

ДОМАШНИЙ

06:30, 05:30 «По делам
несовершеннолетних» (16+)
07:15, 04:40 «Давай разведёмся!»
(16+)
08:20, 03:00 «Тест на отцовство» (16+)
10:30, 23:25 Д/с «Понять. Простить»
(16+)
11:45, 00:40 Д/с «Порча» (16+)
12:50, 01:40 Д/с «Знахарка» (16+)
13:25, 02:05 Д/с «Верну любимого»
(16+)
14:00, 02:35 Д/с «Голоса ушедших
душ» (16+)
14:35 Д/с «Кризисный центр» (16+)
19:00 Х/ф «Придуманное счастье»
(16+)

ЗВЕЗДА

05:20 Т/с «Жажда» (16+)
07:00 «Сегодня утром» (12+)
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости
дня (16+)
09:15, 21:00 «Открытый эфир» Ток-
шоу (16+)
11:00, 00:05 Т/с «Государственная
граница. Мирное лето 21-го года»
(12+)
12:30, 18:50 Специальный репортаж
(16+)
12:45, 19:55 «По горячим следам»
(16+)
13:25, 15:05, 17:15, 05:05 Т/с «Не
покидай меня» (16+)
15:00 Военные новости (16+)
18:00 Д/с «Саперы СВВ. Проверено -
мин нет» (16+)
20:10 «Код доступа» (12+)
22:45 «Между тем» (12+)
23:15 Д/с «СВО: Здесь живут люди.
Хлеб всему голова» (12+)
01:15 Т/с «Государственная граница.
Восточный рубеж» (12+)

МИР

05:00, 03:15 Т/с «Школа выживания
от одинокой женщины с тремя
детьми в условиях кризиса» (12+)
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30
Новости (12+)
06:15, 10:10, 17:15 «Дела судебные.
Деньги верните!» (16+)

ПЯТНИЦА!

05:00 «Пробный переезд» (16+)
05:50, 01:40, 04:30 «Пятница News»
(16+)
06:30 «Секреты на кухне» (16+)
07:10 «Молодые ножи» (16+)
11:50 «Адский шеф» (16+)
14:40 «Четыре свадьбы» (16+)
19:00, 23:10 «Новые Пацанки» (16+)
21:40 «Умнее всех» (12+)
23:30, 04:10 «Черный список» (16+)
00:00 Х/ф «Тартюф» (12+)
02:10 Д/с «В дикой природе с Беаром
Гриллсом» (18+)

МАТЧ ТВ

06:00, 14:55 «Вопреки всему» (12+)
06:30 «Вид сверху» (12+)
07:00, 10:00, 12:55, 15:30, 03:55
Новости (12+)
07:05, 15:35, 18:35, 21:55, 01:00 Все
на Матч! (12+)
10:05, 12:35, 03:40 Специальный
репортаж (12+)
10:25 «Непобедимый» (12+)
11:30 Смешанные единоборства.
UFC. Александр Пантожа против
Брэндона Ройвала (16+)
13:00 «Есть тема!» (16+)
14:25 «Большой хоккей» (12+)
16:25 Д/ф «Роуди» (12+)
19:15 Хоккей. Фонбет Чемпионат
КХЛ. СКА (Санкт-Петербург) -
«Динамо» (Москва) (12+)
22:50 Футбол. Кубок Италии. «Лацио»
- «Наполи» (6+)

РЕН-ТВ

05:00, 18:00, 01:30, 04:25 «Самые
шокирующие гипотезы» (16+)
06:00 «С добрым утром!» (16+)
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00
Новости (16+)
09:00 Документальный спецпроект
(16+)
10:00 Д/п «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, 02:20 «Тайны Чапман» (16+)
20:00 Х/ф «Страховщик» (16+)
22:05 «Наука и техника» (16+)
23:30 Х/ф «Смертный приговор» (16+)

ПЯТНИЦА 6 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05:00 «Доброе утро» (0+)
09:00, 12:00, 15:00, 18:00 Новости
(12+)
09:30 «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+)
18:40 «Человек и закон» (16+)
19:45 «Поле чудес» (16+)
21:00 Время (12+)
21:45 «Фантастика. Следующий
уровень» (12+)
23:40 Д/п «30 лет вместе. Минута
славы» (12+)
01:30 Подкаст.Лаб (16+)

РОССИЯ 1

05:00 «Утро России» (12+)
09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00
Вести (12+)
09:30 Местное время (12+)
09:55 «О самом главном» Ток-шоу
(12+)
11:30, 18:30 «60 Минут» Ток-шоу (12+)
13:00 «Наши» (12+)
14:30, 21:10 Вести. Местное время
(12+)
14:55 Т/с «Райский» (16+)
17:30 «Прямой эфир» (16+)
21:30 Гала-концерт финалистов шоу
«Ну-ка, все вместе!» (12+)
00:50 «Истории Большой Страны»
(12+)
01:50 Х/ф «Гордиев узел» (12+)

РОССИЯ 24

05:00, 06:30, 07:10, 08:00, 08:50,
10:45, 12:00, 13:00, 15:00, 18:00,
22:00, 00:00, 01:00 Новости (16+)
05:10, 11:15 Интервью (12+)
05:35, 13:40 Специальный репортаж
(12+)
06:35, 07:30, 10:35, 12:20, 16:20
Погода 24 (12+)
07:45, 00:50 Инструкция (12+)
07:50 День в истории (6+)
12:35, 22:35 Один на один (12+)
14:35, 03:30 Типичная Новороссия
(16+)
16:00, 16:35 Факты (12+)
18:35, 20:30 Вести. Дежурная часть
(12+)
20:00, 04:00 Сенат (12+)
20:00 Вести (12+)
23:00, 02:01 Международное
обозрение (12+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30
Новости (16+)
06:30 Утро Донбасса (12+)
09:30, 20:00 Т/с «Любовь с оружием»
(16+)
10:15, 20:45 Д/ф «История одной
вселенной» (6+)
11:00, 16:00 ЛуганскLive (12+)
13:00, 22:00 Т/с «Ангел хранитель»
(16+)
14:45, 01:00 Д/ф «Диагноз: гений»
(12+)
15:45, 17:40, 21:55 Деловые новости
(12+)
17:45, 23:45 Д/с «Молодая наука»
(12+)
18:00, 00:10 Есть Вопрос (12+)
19:00 Содружество «Донбасс (12+)
19:15 Время правительства (12+)
19:25 Страна 404 (16+)
01:50 Т/с «Трюкач» (16+)
02:40 Д/с «Сесиль в стране чудес»
(12+)

НТВ

04:50 Т/с «Улицы разбитых фонарей»
(16+)
06:30 «Утро. Самое лучшее» (16+)
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00
Сегодня (12+)
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 «ДНК» (16+)
17:55 «Жди меня» (12+)
20:00 Т/с «Балабол» (16+)
22:15 Т/с «Пустые города» (16+)
00:20 «Своя правда» (16+)
02:10 «Инцидент» (16+)
02:55 «Квартирный вопрос» (0+)
03:50 Т/с «Агентство скрытых камер»
(16+)

5 КАНАЛ

05:00, 09:00, 13:00, 17:00 «Известия»
(16+)
05:25, 06:05, 06:50, 07:35 Т/с
«Пилигрим 2» (16+)
08:30 «Ваше здоровье» (12+)
09:30, 10:20, 11:15, 12:05 Т/с
«Снайпер: Герой сопротивления»
(16+)

13:30, 14:20, 15:20, 16:05, 17:30,
18:20, 19:05, 19:55, 20:40, 21:35, 22:20
Т/с «След» (16+)
23:10 «Светская хроника» (16+)
00:10 Д/с «Они потрясли мир. Луи де
Фюнес. Трагедии великого клоуна»
(16+)
01:00 Д/с «Они потрясли мир.
Скарлетт Йоханссон. Тайны
сердечекки» (16+)
01:50, 02:30, 03:15, 03:55, 04:35 Т/с
«Условный мент 4» (16+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (6+)
07:00 «С добрым утром, малыши!»
(0+)
07:35 М/с «Беби Борн» (0+)
07:50 М/с «Школьный автобус
Гордон» (0+)
08:05, 09:30 М/с «Лунтик» (0+)
08:55 М/с «Робокар Поли и его
друзья» (0+)
10:15 М/с «Суперкрылья». Удивительные
питомцы (0+)
10:45 «Студия Калыка-Малыка» (0+)
11:15 М/с «Диностер» (6+)
11:45 М/с «Супер Ралли. Тайна двух
планет» (0+)
13:35 М/с «Карбот» (6+)
14:05 М/с «Тобот. Герои Дэйдо» (6+)
14:30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14:45 М/с «Шаранавты. Герои
космоса» (6+)
16:00 Час «Союзмультфильма» (6+)
16:50 М/с «Барбоскины» (0+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!»
(0+)
21:20 М/с «Ум и Хрум» (0+)
22:30 М/с «Инфинити Надо» (6+)
22:55 М/с «Фьюжн Макс» (6+)
23:20 М/с «Олли Чейнджер» (6+)
23:35 «Ералаш» (0+)
01:10 М/с «Колобанга. Только для
пользователей интернет» (6+)
02:35 М/с «Супер МЯУ» (0+)
03:35 М/с «Машины сказки»,
«Машины страшили» (0+)

ОТР

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 (12+)
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, 05:05 Д/ф «УНОВИС» (12+)
11:50 «Большая страна: территория
тайн» (12+)

15:10 Х/ф «Мой друг Иван Лапшин»
(12+)
16:45 «Почитаем!» (12+)
17:00 «Вспомнить всё» (16+)
00:10 Д/с «Они потрясли мир. Луи де
Фюнес. Трагедии великого клоуна»
(16+)
01:00 Д/с «Они потрясли мир.
Скарлетт Йоханссон. Тайны
сердечекки» (16+)
01:25 Х/ф «Ван Гог» (16+)
03:05 Х/ф «Подсадной» (16+)
04:40 «Один день из жизни врачей»
(12+)

ТВ-ЦЕНТР

06:00 «Настроение» (12+)
08:15 Д/ф «Тайна песни. Журавли»
(16+)
07:35 М/с «Беби Борн» (0+)
07:50 М/с «Школьный автобус
Гордон» (0+)
08:05, 09:30 М/с «Лунтик» (0+)
08:55 М/с «Робокар Поли и его
друзья» (0+)
10:15 М/с «Суперкрылья». Удивительные
питомцы (0+)
10:45 «Студия Калыка-Малыка» (0+)
11:15 М/с «Диностер» (6+)
11:45 М/с «Супер Ралли. Тайна двух
планет» (0+)
13:35 М/с «Карбот» (6+)
14:05 М/с «Тобот. Герои Дэйдо» (6+)
14:30 «Навигатор. У нас гости!» (0+)
14:45 М/с «Шаранавты. Герои
космоса» (6+)
16:00 Час «Союзмультфильма» (6+)
16:50 М/с «Барбоскины» (0+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!»
(0+)
21:20 М/с «Ум и Хрум» (0+)
22:30 М/с «Инфинити Надо» (6+)
22:55 М/с «Фьюжн Макс» (6+)
23:20 М/с «Олли Чейнджер» (6+)
23:35 «Ералаш» (0+)
01:10 М/с «Колобанга. Только для
пользователей интернет» (6+)
02:35 М/с «Супер МЯУ» (0+)
03:35 М/с «Машины сказки»,
«Машины страшили» (0+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
06:15 «Уральские пельмени.
Смехbook» (16+)
08:20 «Поехали с нами!» (16+)
09:10, 13:35 Шоу «Уральские
пельмени» (16+)
12:00, 22:30 «Шоу «Русская дорога»
(16+)
00:00 Премия «Блогема» (16+)
02:00 Х/ф «Адреналин 2: Высокое
напряжение» (18+)
03:15 М/с «Машины страшили» (0+)
03:25 М/с «Маша и Медведь» (0+)

ДОМАШНИЙ

06:30, 05:40 «По делам
несовершеннолетних» (16+)
07:15, 04:50 «Давай разведёмся!»
(16+)
08:15, 03:05 «Тест на отцовство» (16+)
10:30, 23:30 Д/с «Понять. Простить»
(16+)
11:45, 14:35, 00:45 Д/с «Порча» (16+)
12:50, 01:45 Д/с «Знахарка» (16+)

13:25, 02:10 Д/с «Верну любимого»
(16+)
14:00, 02:40 Д/с «Голоса ушедших
душ» (16+)
19:00 Х/ф «Берёзовая роща» (12+)
23:00 «Уютное утро» (16+)
04:45 «6 кадров» (16+)
06:05 Х/ф «Она, он и она» (12+)

ЗВЕЗДА

06:35 Т/с «Не покидай меня» (16+)
09:00, 13:00, 17:00, 19:00 Новости
дня (16+)
09:20 «Ищу своих» (12+)
10:05 Д/с «Битва оружейников» (16+)
11:00, 13:25 Т/с «Государственная
граница. Восточный рубеж» (12+)
15:00, 15:05 Х/ф «Отряд особого
назначения» (18+)
15:00 Военные новости (16+)
16:40, 17:15 Х/ф «Без права на
ошибку» (12+)
19:40 Д/с «Загадки века с Сергеем
Медведевым» (12+)
20:30 Д/с «Война миров. Битва за
историю. Чего России ожидать от
полюков» (16+)
21:20 «Что русскому смешно...»
Специальный репортаж (16+)
22:00 «Здравствуйте, товарищи!»
(16+)
23:30 «Музыка+» (12+)
00:50 Х/ф «Табачный капитан» (0+)
02:15 Х/ф «Адмирал Ушаков» (6+)
04:00 Х/ф «Корабли штурмуют
бастионы» (6+)
05:30 Д/с «Хроника Победы» (16+)

МИР

05:00 Д/ф «Время возможностей»
(12+)
06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 18:30
Новости (12+)
06:15, 10:10, 17:15 «Дела судебные.
Деньги верните!» (16+)
07:55, 14:10 «Дела судебные. Битва
за будущее» (16+)
09:00, 15:05 «Дела судебные. Новые
истории» (16+)
10:35 Д/ф «Союз нерушимый» (16+)
11:15 Х/ф «Ожидание полковника
Шалыгина» (12+)
13:15 «Мировое соглашение» (16+)
16:15 «Дела судебные. Яблоко
раздора» (16+)
18:50 «Миллион за 5 минут» (16+)
19:30 Х/ф «В зоне особого внимания»
(0+)
21:35 Х/ф «Ответный ход» (12+)
23:20 Х/ф «А случай в квадрате 36-
80» (12+)
00:55 Х/ф «Вий» (12+)
02:10 Д/ф «Спитак. Боль земли» (16+)

02:40 «Наше кино. История большой
любви» (16+)
03:30 Х/ф «Белый клык» (0+)
04:50 М/ф (6+)

ТНТ

07:00 «Утро ТНТ» (16+)
08:00, 20:00 Т/с «Однажды в России»
(16+)
09:00 Т/

ТВ-ПРОГРАММА

СУББОТА 7 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06:00 «Доброе утро. Суббота» (0+)
09:00 «Умницы и умники» (12+)
09:45 «Слово пастыря» (0+)
10:00, 12:00, 18:00 Новости (12+)
10:15 Д/ф «Савелий Крамаров. Дженгльмен удачи. Смешной до слез» (12+)
11:05 «Поехали!» (12+)
12:15 Х/ф «Противостояние» (16+)
16:05 Д/ф «Нина Дорошина. Я к себе не пускаю» (12+)
17:00 «Кто хочет стать миллионером?» (16+)
18:20 Х/ф «Дженгльмены удачи» (6+)
20:00 «Эксклюзив» (16+)
21:00 Время (12+)
21:35 «Клуб Веселых и Находчивых». Кубок мэра Москвы (16+)
23:50 Х/ф «Корсаж» (18+)
01:55 Подкаст.Лаб (16+)

РОССИЯ 1

05:00 «Утро России. Суббота» (12+)
08:00 Местное время. Суббота (12+)
08:35 «По секрету всему свету» (12+)
09:00 «Формула еды» (12+)
09:25 «Пятеро на одного» (12+)
10:10 «Сто к одному» (12+)
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести (12+)
11:50 «Доктор Мясников» (12+)
12:55 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» (12+)
14:30, 20:50 Вести. Местное время (12+)
14:50 «Парад юмора» (16+)
17:50 «Привет, Андрей!» (12+)
21:00 Х/ф «Верить нельзя солгать» (16+)
00:40 Х/ф «Дом где сердце» (12+)
04:20 Х/ф «Личный интерес» (12+)

РОССИЯ 24

05:05, 07:05, 18:20 Вести. Дежурная часть (12+)
05:35 Индустрия кино (12+)
06:05, 13:05, 20:05 Расследование Эдуарда Петрова (16+)
07:00, 08:00, 10:00, 11:00, 14:00, 15:00, 20:00, 20:00, 22:00, 03:00 Вести (12+)
08:10, 14:10, 00:35 Специальный репортаж (12+)
08:35, 14:35, 01:35 Погода 24 (12+)
10:15 Двенадцать (16+)
10:00 Международное обозрение (12+)
20:35, 02:10 Мобильный репортер (12+)

ВОСКРЕСЕНЬЕ 8 декабря ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06:00, 10:00, 12:00, 18:00 Новости (12+)
06:10, 00:10 Подкаст.Лаб (16+)
06:50 «Играй, гармонь любимая!» (12+)
07:35 «Часовой» (12+)
08:05 «Здоровье» (16+)
09:10 «Непутевые заметки» (12+)
09:30 «Мечталлион» (12+)
10:15 «Жизнь своих» (12+)
11:05 «Повара на колесах» (12+)
12:15 Д/ф «Алиса Фрейдлих. В моей душе покоя нет» (12+)
13:15 Х/ф «На Верхней Масловке» (12+)
15:35 Д/ф «Дженгльмены удачи. Все оттенки Серого» (12+)
16:20 Х/ф «Дженгльмены удачи» (6+)
19:00 «Точь-в-Точь» (16+)
21:00 Время (12+)
23:00 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр (16+)

РОССИЯ 1

06:40 «Сморгут мультфильмы» (0+)
07:20 «В кругу друзей» (12+)
08:00 Местное время. Воскресенье (12+)
08:35 «Когда все дома» (6+)
09:25 «Утренняя почта» (12+)
10:10 «Сто к одному» (12+)
11:00, 14:00 Вести (12+)
11:30 «Большие перемены» (12+)
12:30 «Истории Большой Страны» (12+)
13:30 Т/с «Фантазёр» (12+)
14:30 Вести. Местное время (12+)
15:00 «Петросянин-шоу» (16+)
17:00, 19:00 «Песни от всей души» (12+)
18:00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица» (12+)
20:00 Вести недели (12+)
22:30 «Москва. Кремль. Путин.» (12+)
23:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» (12+)
01:35 Х/ф «Сердечная недостаточность» (12+)

РОССИЯ 24

05:00, 06:00, 07:00, 08:00, 10:00, 13:00, 14:00, 16:00, 21:00, 04:00 Вести (12+)
05:20, 16:05, 20:30 Специальный репортаж (12+)
06:20, 11:20 Вести. Дежурная часть (12+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00, 15:30, 17:30, 19:30, 21:30 Новости (16+)
06:35, 20:40 Страшно интересно (12+)
07:30 Х/ф «Отдам жену в хорошие руки» (12+)
09:30 Детское время (6+)
10:15 Содружество «Донбасс (12+)
10:30, 03:10 Д/с «Земля людей» (12+)
11:00 По пути (12+)
11:30 Проект «Интеграция» (12+)
12:00, 00:10 Т/с «Кукольный домик» (12+)
15:40, 22:00 Деловые новости (12+)
15:55, 17:45 Т/с «Черная вдова» (12+)
19:20 Подслушано в сети (16+)
20:00 Актуальное интервью (12+)
20:20 Спецрепортаж (12+)
22:10 Х/ф «Выше неба» (16+)
03:35 Х/ф «Инасайт» (16+)

НТВ

06:20 «Жди меня» (12+)
07:20 «Смотр» (0+)
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня (12+)
08:20 «Поедем, поедим!» (16+)
09:20 «Едим дома» (0+)
10:20 «Главная дорога» (16+)
11:00 «Живая еда» (12+)
12:00 «Квартирный вопрос» (0+)
13:00 «Попутчик» (16+)
14:15 Шоу «Чудо» (12+)
16:20 «ЧП. Расследование» (16+)
17:00 «Своя игра» (0+)
18:00 «Следствие вели…» (16+)
19:00 «Центральное телевидение» (16+)
20:20 «Ты не поверишь!» (16+)
21:20 «Секрет на миллион» (16+)
23:30 «Международная пилорама» (18+)
00:20 «Захар Прилепин. Уроки русского» (12+)
01:00 «Квартирник НТВ у Маргулис» (16+)

5 КАНАЛ

05:00, 05:15, 06:00, 06:40, 07:30, 11:15, 12:05, 13:05, 14:00, 14:55, 15:55, 16:45, 17:40 Т/с «Условный мент 4» (16+)
08:20, 10:05, 10:20, 18:35, 19:30 Т/с Вести (12+)
08:35, 14:35, 01:35 Погода 24 (12+)
10:15 Двенадцать (16+)
10:00 Международное обозрение (12+)
01:05 «Светская хроника» (16+)
02:10, 02:50, 03:30, 04:15, 04:55 Т/с «Закон тайги» (16+)

ЛУГАНСК-24

06:00, 09:00 Новости (16+)
06:35 Х/ф «Выше неба» (16+)
08:25 Д/с «Земля людей» (12+)
08:50, 19:20 Подслушано в сети (16+)
09:30, 20:30 Актуальное интервью (12+)
09:45 Спецрепортаж (12+)
10:00 Просто про финансы (12+)
10:10 ДНК России» (12+)
10:40, 03:05 Х/ф «Котики» (12+)
12:40 Т/с «Метод Фрейда» (16+)
17:50 Х/ф «Отдам жену в хорошие руки» (16+)
18:00, 05:00 Итоги недели (16+)
20:50 Т/с «Призрак в кривом зеркале» (12+)
00:05 Т/с «Черная вдова» (12+)

НТВ

04:45 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
06:30 «Центральное телевидение» (16+)
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня (12+)
08:20 «У нас выигрывают!» (12+)
10:20 «Первая передача» (16+)
11:00 «Чудо техники» (12+)
12:00 «Дачный ответ» (0+)
13:00 «НашПотребНадзор» (16+)
14:00 «Однажды…» (16+)
15:00 «Своя игра» (0+)
16:20 «Человек в праве» (16+)
17:00 «Следствие вели…» (16+)
18:00 «Новые русские сенсации» (16+)
19:00 Итоги недели (12+)
20:20 Шоу «Аватар» (12+)
23:20 «Звезды сошлись» (16+)
00:55 «Основано на реальных событиях» (16+)
04:10 Д/с «Таинственная Россия» (16+)

5 КАНАЛ

05:00, 05:35, 06:20, 07:00, 07:55, 08:45, 09:30, 10:05 Т/с «Закон тайги» (16+)
09:00 «Фирменный рецепт» (12+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (0+)
07:00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07:35 М/с «Край Бебис. Волшебные слёзки» (0+)
07:40 М/с «Маша и Медведь» (0+)
09:00 «Съедобное или несъедобное» (0+)
09:25 М/с «Смешарики. Новые приключения» (0+)
11:00 «Семья на урале» (0+)
11:25 М/с «Отель у овечек» (0+)
13:00 «Это супер!» (0+)
13:30 М/ф «В некотором царстве…» (0+)
14:05 М/с «Супер Ралли. Тайна двух планет» (0+)
16:05 М/с «Ум и Хрум» (0+)
17:55 М/с «Сказочный патруль» (0+)
19:35 М/ф «Побег из цирка» (6+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21:20 М/с «Простоквашино» (0+)
22:30 М/с «Инфинити Надо» (6+)
22:55 М/с «Фьюжи Макс» (6+)
23:20 М/с «Флип Чейнджер» (6+)
23:35 «Ералаш» (0+)
01:10 М/с «Колобанга. Только для пользователей интернета» (6+)
02:35 М/с «Супер МЯУ» (0+)

ОТР

06:00 Х/ф «Ваня» (12+)
07:30 М/ф «Королевский бутерброд». «В мире басен», «Жил-был Козявин» (0+)
08:05, 14:05 «Большая страна» (12+)
09:00, 16:00 «Календарь» (6+)
09:30 «Всё по-взрослому» (12+)
10:30 Х/ф «Повторный брак» (12+)
12:05, 15:00, 19:00 Новости (12+)
12:10 Х/ф «Менялы» (0+)
13:35 Д/ф «Два царства Бориса Пиотровского» (12+)
15:05, 05:35 Х/ф «Рудольфи» (12+)
15:30 Х/ф «Мясо» (12+)
15:45 Д/п «Отчий дом. Любите друг друга» (12+)
16:30 «Человек и судьба» (12+)
17:00 М/ф «Собачья площадка», «Зима пришла», «Штормовое предупреждение», «Пишто уезжает» (0+)
17:30 Т/с «Бой с тенью» (16+)
19:05 «Очень личное с Виктором Лошаком» (12+)
19:45 «Вспомнить всё» (16+)
20:15 Х/ф «Подсадной» (16+)
21:50 Х/ф «Ван Гоги» (16+)

11:00, 12:00, 12:55, 13:45, 14:40, 15:35, 16:30, 17:25, 18:20, 19:15 Т/с «Наш спецназ 3» (16+)
20:05, 21:05, 22:00, 22:55, 23:50, 00:45 Т/с «Чужой район 3» (16+)
01:40, 02:20 Т/с «48 часов» (16+)
03:00, 03:40, 04:20 Т/с «Последний мент 2» (16+)

КАРУСЕЛЬ

05:00 «Ранние пташки» (0+)
07:00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07:35 М/с «Край Бебис. Волшебные слёзки» (0+)
07:40 М/с «Лео и дикая природа» (0+)
09:00 «Еда как в сказке» (0+)
09:25 М/с «Волшебная кухня» (0+)
11:00 «Студия красоты» (0+)
11:20 М/с «Косички-собачки» (0+)
13:00 «У меня лапки» (0+)
13:35 М/с «Три кота» (0+)
16:05 М/с «Оранжевая корова» (0+)
18:30 М/с «Ми-Ми-Мишки» (0+)
21:00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21:20 М/с «Турбозавры» (0+)
22:30 М/с «Инфинити Надо» (6+)
22:55 М/с «Фьюжи Макс» (6+)
23:20 М/с «Флип Чейнджер» (6+)
23:35 «Ералаш» (0+)
01:10 М/с «Колобанга. Только для пользователей интернета» (6+)
02:35 М/с «Супер МЯУ» (0+)
03:35 М/с «Машины сказки», «Машины страшилки» (0+)

ОТР

06:00 Х/ф «Бульвар Сансет» (16+)
07:45 «От прав к возможностям» (12+)
08:05, 14:05 «Большая страна» (12+)
09:00, 16:00 «Календарь» (6+)
09:30 «Всё по-взрослому» (12+)
10:30 «На приёме у главного врача с Марьяной Лысенко» (12+)
11:25 «Моя история. Юрий Энтин» (16+)
12:05, 15:00, 19:00 Новости (12+)
12:10 Х/ф «Незнакомцы в поезде» (16+)
13:50 Д/п «Конструкторы будущего. Четвёртое измерение» (12+)
15:05 Концерт «Моё Отечество» (16+)
16:30 «Свет и тени. Алексей Толстой» (16+)
17:00 М/ф «Про Сидорова Вову», «Мартышко», «Охота» (0+)
17:30 Т/с «Бой с тенью» (16+)
19:05 «Клуб главных редакторов с Павлом Гусевым» (12+)
19:45 Х/ф «Агония» (12+)
22:15 Х/ф «Герой» (12+)

23:30 Х/ф «Ирма Веп» (16+)
01:05 Х/ф «Агония» (12+)
03:30 Х/ф «Герой» (12+)

ТВ-ЦЕНТР

06:35 «Православная энциклопедия» (6+)
07:00 Х/ф «Ночная смена» (16+)
09:00 «Здоровый смысл» (16+)
09:35 «Смех, дрожь и видео» (16+)
10:05 «Мифы о оде. Соль» (16+)
10:55 «Просто - вкусно» (6+)
11:30, 14:30, 23:35 События (16+)
11:45 «Смешите меня семеро» (16+)
12:35 Анекдот-клуб «Нехмурые люди» (16+)
13:05, 14:45 Х/ф «Чёрные начинают - белые выигрывают. Сицилианская защита» (16+)
17:10 Х/ф «Чёрные начинают - белые выигрывают. Покерфейс» (16+)
21:00 «Постскриптум» (16+)
22:15 «Право знать!» Ток-шоу (16+)
23:45 Д/ф «СМЕРШ. Рижское досье» (16+)
00:30 «Девяностые. «Ножки Буша» (16+)
22:55 М/с «Фьюжи Макс» (6+)
01:10 «Как карта ляжет». Специальный репортаж (16+)
01:40 «Хватит слухов!» (16+)
02:05 Д/с «Актерские драмы. Последняя капля» (16+)
02:45 Д/с «Актерские драмы. Полные, вперед!» (16+)
03:25 Д/с «Актерские драмы. Общάга» (16+)
04:05 Д/с «Актерские драмы. Печки-лапочки» (16+)
04:45 «10 самых... Счастье на несчастье» (16+)
05:10 «Петровка, 38» (16+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
07:00 М/с «Три кота» (0+)
07:15 «Уральские пельмени. Смехбук» (16+)
07:30, 09:00 «Просто кухня» (12+)
08:30 «Просто завтрак» (16+)
10:00 «100 мест, где поест» (16+)
11:00 «Битва стартапов» (16+)
12:05 «Супериндяз. Финалисты» (16+)
13:45 М/ф «Тайна семи монстров» (6+)
15:25 М/ф «Супермозг» (12+)
17:05 М/ф «Angry Birds 2 в кино» (6+)
19:00 М/ф «Angry Birds 2 в кино» (6+)
21:00 Х/ф «Моя жена - киллер» (18+)
23:00 Х/ф «Не буди во мне киллера» (16+)

00:20 Д/ф «Сны об Альфеони» (12+)
01:15 Х/ф «Повторный брак» (12+)
02:50 Х/ф «Ваня» (12+)
04:20 Х/ф «Ирма Веп» (16+)

ТВ-ЦЕНТР

05:20 Т/с «Некрасивая подружка. Секрет новости» (16+)
06:50 Т/с «Некрасивая подружка. Муха в янтаре» (16+)
08:40 Т/с «Некрасивая подружка. Кровавая Мэри» (16+)
10:35 Д/ф «Алиса Фрейдлих. Вчера, сегодня и всегда» (16+)
11:30, 00:10 События (16+)
11:45 Х/ф «Золотая мина» (0+)
14:30, 05:30 Московская неделя (12+)
15:00 Д/с «Дорогие товарищи. Против шерш» (16+)
15:55 Д/ф «Следствие ведет КГБ. «Медовая ловушка» для Этьена» (16+)
16:40 Д/ф «Русские тайны. Так говорил Жирновский» (16+)
17:30 Х/ф «Возраст счастья» (12+)
21:20, 00:25 Х/ф «Подъем с глубины» (16+)
01:20 «Петровка, 38» (16+)
01:30 Х/ф «Алиса против правил» (12+)
04:25 «Закон и порядок» (16+)
04:50 Д/ф «Большие деньги советского кино» (16+)

СТС

06:00, 05:50 «Ералаш» (0+)
07:00 М/с «Отель у овечек» (0+)
07:15, 11:00 «Уральские пельмени. Смехбук» (16+)
07:25 «Просто завтрак» (16+)
08:00 «100 мест, где поест» (16+)
09:00 «Кто круче всех?» (16+)
10:00 «Поехали с нами!» (16+)
11:05 М/ф «Angry Birds 2 в кино» (6+)
13:00 М/ф «Angry Birds 2 в кино» (6+)
14:55 М/ф «Энканто» (16+)
17:00 «Супериндяз» (6+)
20:30 «Остров сокровищ. Знаки судьбы» (16+)
22:30 «Шоу из шоу» (16+)
00:05, 01:05 «Импровизаторы» (16+)
02:05 Х/ф «Драйв» (18+)
03:35 М/с «Машины страшилки» (0+)
03:40 М/с «Маша и Медведь» (0+)

ДОМАШНИЙ

06:30 Х/ф «Берёзовая роща» (12+)
09:50 «Пять ужинов» (16+)
10:05 Х/ф «Сказочный сон» (16+)
14:30 Х/ф «Н+Н» (16+)
19:00 Т/с «Великолепный век» (12+)
23:10 Х/ф «Любовь тебя люблю» (16+)
01:05 Х/ф «Любовь как мотив» (16+)

01:00 Х/ф «Осада Робин Гуда» (18+)
03:00 М/с «Машины страшилки» (0+)
03:05 М/с «Маша и Медведь» (0+)

ДОМАШНИЙ

06:30 Х/ф «Она, он и она» (12+)
09:55 «Уютное утро» (16+)
10:25 Х/ф «Идеальное заблуждение» (16+)
14:40 Х/ф «На реке» (16+)
19:00 Т/с «Великолепный век» (12+)
23:10 Х/ф «Любовь как мотив» (16+)
01:00 Х/ф «Королева Шантеклера» (0+)
03:00 Д/с «Кризисный центр» (16+)
06:15 Х/ф «Берёзовая роща» (12+)

ЗВЕЗДА

05:55 Х/ф «Бармен из «Золотого якоря» (12+)
07:15 Х/ф «Акваланги на дне» (0+)
09:00, 13:00, 19:00 Новости дня (16+)
09:15 «Второе мнение» (12+)
09:45 «Мужики. Дмитрий Джиникашвили - позывной «Араб» (16+)
10:15 «Не факт!» (12+)
10:45 Д/с «Время вперед. Старое и новое» (16+)
11:35 Д/с «Время вперед. Битва за власть и будущее» (12+)
12:30, 13:15 Д/с «Время вперед. Время страха и великих побед» (16+)
13:35 Д/с «Время вперед. Враждебный мир и священная война» (16+)
14:25 Д/с «Время вперед. Из руин к вершинам и звездам» (16+)
15:25, 19:20 Д/с «Время вперед?» (16+)
23:00 «Фетисов» Ток-шоу (12+)
23:45 Х/ф «Сильные духом» (0+)
02:50 Д/ф «Мария Захаревская. Драматургия высшего шпионажа» (12+)
03:45 Х/ф «Табачный капитан» (0+)
05:10 Д/с «Хроника Победы» (16+)

МИР

05:00, 06:10 М/ф (6+)
05:45 «Всё, как у людей» (6+)
06:35 Х/ф «Ожидание полковника Шалыгина» (12+)
08:20 «Исторический детектив» (16+)
08:55 «Диктор делает» (16+)
09:30 «ФазендаЛайф» (6+)
10:00, 16:00, 18:30 Новости (12+)
10:10 Х/ф «В зоне особого внимания» (0+)
12:15 Х/ф «Ответный ход» (12+)
14:00 Х/ф «Случай в квадрате 36-80» (12+)

02:40 Д/с «Кризисный центр» (16+)
04:20 «6 кадров» (16+)
04:40 Х/ф «Королева Шантеклера» (0+)

ЗВЕЗДА

05:35 Х/ф «Голубые молнии» (6+)
06:55 Х/ф «Без права на ошибку» (12+)
08:30 «Звёзды в джунглях» (16+)
09:00 «Звёздные танцы» (16+)
09:25 «Служу России» (12+)
09:55 «Военная приемка» (12+)
10:40 «Легенды армии с Александром Маршалом» (12+)
11:30 Д/с «Легенды госбезопасности. Виктор Алидин. Москва под надежной защитой» (16+)
12:20 Д/с «Воина миров. Битва за историю. Чего России ожидать от поляков» (16+)
13:10 «Код доступа» (12+)
14:00 «Улика из прошлого. Высокоточная контригра. Загадка ракетных ударов по объектам ВСУ» (16+)
14:50 «Скрытые угрозы» (16+)
15:40 Д/с «Секретные материалы» (16+)
16:30 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым» (12+)
17:20 «Что русскому смешно...» Специальный репортаж (16+)
18:00 Главное с Ольгой Беловой (16+)
19:40 Х/ф «Крыи» (18+)
21:15 Д/с «Битва оружейников» (16+)
22:10 «Легендарные матчи. Хоккей. Суперсерия СССР - НХЛ 1989 «Динамо» (Москва) - «Вашингтон Кэпиталз» (НХЛ)» (12+)
00:55 Х/ф «Отряд особого назначения» (18+)
02:15 Х/ф «Акваланги на дне» (0+)
03:35 Х/ф «Ночной патруль» (12+)

МИР

05:00 М/ф (6+)
05:45 «Наше кино. Неувядающие. К юбилею Алисы Фрейдлих» (16+)
06:15 Х/ф «Старомодная комедия» (12+)
08:10 Д/ф «Союз нерушимый» (16+)
08:55 «Диктор делает» (16+)
09:30 «ФазендаЛайф» (6+)
10:00, 16:00 Новости (12+)
10:15 Х/ф «Юность Петра» (12+)
13:15, 16:20 Т/с «Петр Первый. Завещание» (16+)
18:30, 00:00 «Вместе» (16+)
19:30 Х/ф «Вокзал для двоих» (0+)
22:25 Х/ф «Где находится нофелет?» (12+)
01:00 Х/ф «Чисто английское убийство» (0+)

15:30, 16:15, 18:45 Т/с «Бомба» (16+)
01:30 Х/ф «Чисто английское убийство» (0+)
04:10 «Наше кино. История большой любви» (16+)

ТНТ

07:00 «Однажды в России. Спецдайджест» (16+)
10:30 «Экстрасенсы. Битва сильнейших» (16+)
18:30 «Экстрасенсы. Реванш» (16+)
21:00 «Ярче звёзд» (16+)
23:00 «Женский Стендап» (18+)
00:00 «Такое кино!» (16+)
00:30 «Звёздные танцы» (16+)
02:15 «Лига городов» (16+)
03:45 «Импровизация. Команды» (16+)
05:20 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023» (16+)

РОДНОЕ КИНО

01:35 Т/с «На углу, у Патриарших» (16+)
06:05 Х/ф «Линия смерти» (16+)
07:55 Х/ф «Жмурки» (16+)
10:00 Х/ф «Не хочу жениться» (12+)
11:40 Х/ф «Ты у меня одна» (16+)
13:30 Х/ф «Укрощение строптивого» (12+)
15:35 Х/ф «Проект» (16+)
17:20 Х/ф «Я объявляю вам войну» (0+)
19:00 Х/ф «Барышня-крестьянка» (0+)
21:05 Х/ф «Блеф» (12+)
23:10 Х/ф «Сын за отца» (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07:10 Х/ф «Одиночество» (12+)
10:35 Х/ф «Второй брак» (12+)
13:55 Х/ф «Горничная» (12+)
21:00 Х/ф «Авария» (16+)
00:40 Х/ф «Птичка в клетке» (

Домашний и магазинный хлеб. Какой полезнее?



Дорогие читатели, совместно с Луганским территориальным отделом филиала «Донецкий» ФГБУ «Россельхозцентр» «ЛУГАНЬМЕДИА» запускает новую рубрику.

Как вырастить богатый урожай на вашем участке? Как справиться с вредителями? Какие удобрения лучше использовать? Об этом и не только вам расскажут агрономы «Россельхозцентра». Вы можете присылать интересные вопросы на электронную почту lugmedia@mslnr.ru, и мы ответим на них в рамках нашей рубрики.

В ноябре в России и других странах отмечали День домашнего хлеба. Это отличный повод рассказать о том, какую муку используют для промышленного производства в новых регионах, какой вид и сорт муки лучше выбрать, если вы хотите испечь домашний каравай. С этими вопросами мы обратились к специалистам «Россельхозцентра».

ПОЛЬЗА ХЛЕБА

В хлебе содержатся белки (от 4,7 % в ржаном и до 8,2 % в пшеничном), углеводы, витамины А, В, Е, РР, аскорбиновая кислота, калий, магний, железо, сера, фосфор, натрий, клетчатка. Калорийность 100 граммов хлеба высшего сорта составляет 266 килокалорий, первого сорта – около 230, ржаного – 200 килокалорий. В зерне пшеницы содержатся восемь незаменимых аминокислот, несинтезируемых в организме человека.

НОВЫЙ УРОЖАЙ ПРОШЕЛ ПРОВЕРКУ НА КАЧЕСТВО

Ключевая аграрная культура в ЛНР и ДНР – пшеница. Перед отправкой зерна нового урожая его проверяют в центральной лаборатории филиала «Донецкий» «Россельхозцентра».

Из-за заморозков, жаркого и засушливого лета аграрии получили меньший урожай, чем в 2023 году. Очень важно, что при этом качество пшеницы осталось на высоком уровне.

– По данным на середину ноября 32,4 % проверенной пшеницы относятся к третьему классу с содержанием клейковины в среднем 25,5 %, к четвертому классу – 44,3 % с содержанием клейковины 21,5 %, к пятому классу – 23,3 % проверенного зерна с содержанием клейковины 15 %. Это хорошие показатели, – отметила начальник лаборатории Наталья Переверзева.

От качества и количества клейковины зависят газодерживающая способность теста, или, проще говоря, подъем (объемный выход), и ароматность хлеба.

ВЫСШИЙ СОРТ ИЛИ ПЕРВЫЙ?

– Во время производства муки смешивают пшеницу разных классов, составляя помольную партию. Главное, чтобы на выходе получилась мука, соответствующая ГОСТ, в первую очередь по уровню содержания клейковины, – пояснили в «Россельхозцентре».

Зерно пшеницы состоит из оболочки, алейронового слоя (в нем содержится большое количество белка), эндосперма и зародыша. Мука первого сорта вырабатывается в основном из алейронового слоя. В нем высокое содержание белков, витаминов, меньше жиров и углеводов. А на производство муки высшего сорта идет больше эндосперма (более высокое содержание жиров и углеводов, чем в алейроновом слое), поэтому она более калорийная.

Наталья Переверзева отмечает, что технологический процесс производства муки можно настроить и на отбор муки второго сорта. Сейчас ее, к сожалению, редко можно найти на полках магазинов. Мука второго сорта отличается низкой калорийностью и



более высоким содержанием витаминов и микроэлементов. Хлеб и хлебобулочные изделия из нее не вредят фигуре.

– В качестве аналога можно использовать отрубную муку, – порекомендовали в филиале «Донецкий» «Россельхозцентра».

Мука первого сорта отличается от высшего, помимо количества и качества клейковины, белизной (цветом). Высший сорт имеет меньше отрубистых включений, чем первый, и, естественно, хлеб из такой муки более белый. А что делать, если вы увидели муку с кремовым оттенком? Пугаться не стоит. Это значит, что зерно, использованное для производства данной муки, либо было выращено на глинистых почвах, либо относится по типу к краснозерным сортам.

КАКИЕ СОРТА ВЫРАЩИВАЮТ АГРАРИИ ЛНР

Аграрии республики в основном высеивают на полях сорта пшеницы краснодарской и ростовской селекций: «алек-

сейч», «таня», «timiриязевская 150», «агрофак 100», «ахмат», «амир», «еланчик», «кубань», «стиль 18» и другие. Они обладают засухоустойчивостью, а главное – имеют отличные хлебопекарные свойства.

ПШЕНИЧНЫЙ ИЛИ РЖАНОЙ?

Рожь имеет низкий процент содержания клейковины, а та, что есть, очень слабая, поэтому чисто ржаное тесто будет плохо подниматься – и, как следствие, испечь вкусный хлеб вам не удастся. Для улучшения хлебопекарных свойств хлеба в ржаную муку добавляют пшеничную. В зависимости от рецепта ее содержание может варьироваться от 20 до 40 и даже 60 %. Тогда хлеб станет более мягким, воздушным, объемным, будет удерживать форму.

Для улучшения вкусовых качеств в ржаной хлеб еще добавляется солод, в основном красный. В магазине продается как красный, так и белый солод.

– Бородинский и другие темные сорта хлеба, которые мы привыкли покупать в магазинах, производят с помощью добавления солода, – поясняет Наталья Переверзева. – Вы сами можете создать такую смесь или купить готовую хлебопекарную в магазине.

ОПАСЕН ЛИ ГЛЮТЕН?

Существует миф, что глютен может принести вред организму человека. На самом деле он помогает тесту подниматься. Готовый хлеб с высоким уровнем клейковины улучшает пищеварение, связывая питательные и минеральные вещества. Есть такая болезнь целиакия – непереносимость глютена, но ею страдает менее 1 % людей в мире.

Здоровым людям глютен, который содержится в огромном числе продуктов, а не только в хлебе, никакого вреда не принесет. На здоровье может сказаться как раз отказ от хлеба и других продуктов с глютенем.

ПЕЧЕМ ДОМА ИЛИ ИДЕМ В МАГАЗИН?

По данным Роспотребнадзора России, в нашей стране ежегодно выпекается и продается более 7,5 млн тонн хлеба, причем более 70 % продаж приходится на традиционные сорта без всяких добавок. Каждый россиянин в среднем съедает более 57 кг этого продукта в год. Но эта статистика не учитывает тех, кто любит печь хлеб дома, а таких немало.

Промышленный хлеб, изготовленный по традиционному рецепту, никакой угрозы нашему организму не несет. Стабилизаторы, как правило, используют для ускорения созревания теста, а также для производства различной хлебопекарной продукции с длительным сроком хранения.

Внимательно читайте состав продуктов, которые покупаете, чтобы выбрать именно тот хлеб, который принесет вам пользу.

Домашний хлеб хорош тем, что вы можете добавить туда любые ингредиенты по вкусу, а для подъема теста использовать дрожжи (пресованные или мягкие), соду, а также разнообразные закваски. Хлеб можно испечь в духовке, хлебопечке и даже в настоящей русской печи. В некоторых домах такие еще сохранились.

Домашний хлеб – это в первую очередь сохранение традиций, возможность пробудить в себе многовековой опыт предков и порадовать близких как простым пшеничным или ржаным хлебушком, так и настоящим произведением кулинарного искусства, добавив туда солод, семечки, орехи или сухофрукты.



В ЛНР искали зимнего зернового клеща

Специалисты Луганского территориального отдела филиала «Донецкий» ФГБУ «Россельхозцентр» приступили к обследованию посевов озимых зерновых культур на выявление зимнего зернового клеща. Об этом рассказала агроном Татьяна Дзюба.

– Вредитель распространен в соседней Ростовской области, Краснодарском и Ставропольском краях. Он повреждает пшеницу, ячмень, овес, рожь, кормовые травы, бобовые, овощи. Поврежден-

ные растения увядают, отстают в росте и позже высыхают. Урожай может быть снижен почти в два раза, – поделилась она.

К счастью, пока вредитель на полях республики выявлен не был. Фитосанитарный мониторинг в регионе продолжается.



КУПЛЮ

● Покупаю пух, перо, старые перины, подушки, свежий пух гуся, утки. Тел. +7 959 250-09-15.

Здесь могла быть ваша реклама



Покупаем подсолнечниковый мед
✓ **65 руб. за кг.**

Разнотравье до подсолнуха – 200 руб. за кг.

+7 965 356-57-14

Сами приезжаем. Тара на обмен, деньги сразу. Минимальный объем – 400 кг.

ИП Полухин И. А. ОГРНИП 316774600320957 от 12.07.2016.

ПО-РУССКИ МОЖНО?

Любой живой язык постоянно находится в развитии, меняется в том числе и под влиянием других языков. Сейчас большинство иностранных слов приходит из английского – самого распространенного языка интернета. Заимствования полезны, когда они обогащают язык. В противном случае, как писал критик Виссарион Белинский: «Употреблять иностранное слово, когда есть равносильное ему русское слово, – значит оскорблять и здравый смысл, и здравый вкус».

Экспириенс – почему английское experience стали использовать вместо слова «опыт»? Русский вариант и короче, и удобнее, в заимствовании нет особого смысла.

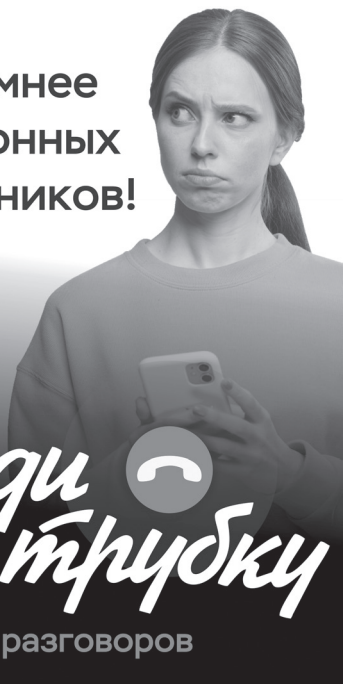
Мэйби – с английского «может быть». В современной разговорной речи слово употребляется достаточно часто и может случайно возникнуть в диалоге.

Тинейджер – (от английского teenager – подросток) заимствование уже старое и употребляется давно – его можно найти в «Словаре русского арго», куда вошли языковые материалы конца XX века. В плане произношения это слово чуждо русскому языку.

Для жителей ЛНР работает круглосуточная горячая линия по вопросам возможности приема, настройки пользовательского оборудования и состава мультиплексов цифрового эфирного телевидения. Номер телефона горячей линии **8 800 707-41-85**, звонки бесплатные.



Будь умнее телефонных мошенников!



Клади трубку

Без разговоров

«Русский мир» продолжает бесплатную установку спутникового ТВ

Жителям населенных пунктов Луганской Народной Республики, расположенных вне зоны цифрового эфирного телевидения (в «белых зонах»), доступна бесплатная установка спутникового оборудования от ООО «Русский мир».

По многочисленным просьбам жителей территорий с неустойчивым приемом цифрового эфирного телевидения Минцифры России совместно с Минцифры ЛНР расширило перечень населенных пунктов, попадающих в «белые зоны».

Теперь в 184 населенных пунктах Новоайдарского, Троицкого, Беловодского, Кременского, Краснодонского, Новопсковского, Станично-Луганского, Марковского, Сватовского, Белокуракинского и Свердловского муниципальных образований доступна бесплатная установка спутникового ТВ.

В перечне «белых зон» находятся такие населенные пункты Бело-

водского муниципального округа, как Бараниковка, Брусовка, Городище, Евсуг, Литвиновка, Нижнебараниковка, Новоалександровка, Узлесье.

Жителям, проживающим в данных «белых зонах», необходимо обратиться в Администрацию Беловодского муниципального округа и оставить заявку для получения бесплатного комплекта и установки оборудования.

В состав пакета «Русский мир» входят информационные, музыкальные, спортивные, фильмовые и сериальные, развлекательные и детские телеканалы. Всего – 41 телеканал.

Подписка на «Русский мир»

бессрочная. Сервисное обслуживание предоставляется до 2026 года.

Для жителей ЛНР, у которых в настоящий момент установлено нелегализованное спутниковое оборудование («Горыныч»), доступна программа льготного обмена.

По этой программе существующее оборудование для приема нелегализованных операторов может быть обменено на оборудование для приема спутникового телевидения «Русский мир».

Заявки на обмен спутникового оборудования нужно подавать в Администрацию муниципального округа.

Обращаем ваше внимание, что льготная программа действует только до конца 2024 года.

Дополнительные подробности можно узнать по телефону горячей линии **+ 7 959 989-77-77**.

ОНДиПР по Беловодскому району УНДиПР ГУ МЧС России по ЛНР информирует

Соблюдайте правила пожарной безопасности!

С наступлением холодов осложняется обстановка с пожарами. Как правило, в этот период происходит массовое использование населением электронагревательных приборов, печей и другого отопительного оборудования.

В связи с этим МЧС России по ЛНР обращается к жителям о необходимости соблюдения правил пожарной безопасности при эксплуатации электроприборов:

- При использовании отопительных приборов запрещено пользоваться электропроводкой с поврежденной изоляцией.
- Не устанавливайте электронагревательные приборы вблизи сгораемых предметов.
- Не забывайте, уходя из дома, выключать все электронагревательные приборы.
- Не применяйте для розжига печей бензин, керосин

и другие легковоспламеняющиеся жидкости.

- Следите за расстоянием от топочного отверстия печи до мебели, постелей и других сгораемых приборов. Это расстояние должно быть не менее 1,25 м.

- Не забывайте очищать от сажи дымоходы перед началом отопительного сезона и через каждые три месяца в течение всего отопительного сезона.

- Не пользуйтесь печами, имеющими трещины, неисправные дверцы, недостаточные разделки от дымоходов до деревянных конструкций стен, перегородок перекрытий.

- Не забывайте: для отвода дыма следует применять строго вертикальные дымовые трубы без уступов. Толщина стенок дымовых каналов из кирпича должна быть не менее 120 мм.

- Позаботьтесь о том, чтобы около печи был прибит предтопочный лист (размером не менее 70 x 50 см).

- Не оставляйте без присмотра топящиеся печи, зажженные керосинки, керогазы, примусы, включенные электронагревательные и газовые приборы.

- Не допускайте одновременного включения в электросеть нескольких мощных потребителей электроэнергии (электроплиты, электрокамина, чайника и др.), вызывающих перегрузку электросети.

и до ее прибытия тщательно проветрить помещения.

- Серьезную опасность представляет использование нестандартных самодельных отопительных приборов.

- Следите за исправностью всех электробытовых приборов.

- Недопустимо оставлять включенными газовые приборы без присмотра. Над газовой плитой нельзя сушить белье.

- Нельзя при наличии запаха газа в квартире включать электроосвещение, зажигать спички, курить, применять открытый огонь. В этом случае необходимо немедленно вызвать аварийную службу газа

и до ее прибытия тщательно проветрить помещения.

- Не допускайте отогревания замерзших труб паяльной лампой или факелом.

- Не оставляйте детей дома одних, когда горит газовая плита, топится камин (печь) или включены электроприборы.

Но если возгорание произошло, то в первую очередь вызовите пожарную охрану по телефону **101** или **112**, четко сообщив свой адрес.

ПОМНИТЕ: безусловное выполнение противопожарных мероприятий исключит опасность пожара в вашем доме.

ИП Жалобов А. А. ОГРН ИП 32061960002792 от 13.02.2020. РЕКЛАМА

СТРОИТЕЛЬСТВО

- ▶ РЕМОНТ КРЫШ
- ▶ ФУНДАМЕНТЫ
- ▶ ДОМ С НУЛЯ
- ▶ СТЯЖКА ДОМОВ
- ▶ ОБШИВКА ДОМОВ
- ▶ НАВЕСЫ
- ▶ БАНИ
- ▶ ПРИСТРОЙКИ
- ▶ ЗАБОРЫ
- ▶ БЕСЕДКИ и так далее

Пенсионерам – скидка 25 %
+7 959 565-24-25

РАБОТА ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН!

ПРИСОЕДИНЯЙСЯ К СВОИМ!

ОБРАЩАТЬСЯ ПО НОМЕРУ
+7 959 279-51-07

НАРОДНЫЙ ФРОНТ

МИНИСТРОМ РОССИИ

УМНЫЙ ГОРОД

Всё для Победы!

ПРИНЕСИТЕ В ОТДЕЛЕНИЕ НАРОДНОГО ФРОНТА ИЛИ ПОМОГИТЕ ПРИОБРЕСТИ ДЛЯ БОЙЦОВ ЛДНР:

- БРОНЕЖИЛЕТЫ
- КАСКИ
- РАЦИИ ЦИФРОВЫЕ С ДАЛЬНОСТЬЮ 5-10 КМ
- КВАДРОКОПТЕРЫ С КАМЕРАМИ И ДАЛЬНОСТЬЮ ПОЛЕТА ОТ 3 КМ
- КАРТЫ ПАМЯТИ ДЛЯ КВАДРОКОПТЕРОВ
- ПРИБОРЫ НОЧНОГО ВИДЕНИЯ
- ТАКТИЧЕСКИЕ АПТЕЧКИ
- ПЛАНШЕТЫ И НОУТБУКИ
- ТЕПЛОВИЗОРЫ
- АККУМУЛЯТОРЫ ДЛЯ ЭЛЕКТРОННЫХ УСТРОЙСТВ И ЗАРЯДНЫЕ К НИМ
- БИНОКЛИ
- ПРИЦЕЛЫ

БОЛЕЕ ПОДРОБНО ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЮТ ПО ТЕЛЕФОНУ

8 (800) 200-34-11

ЗАЯВКИ ПОСТУПАЮТ ОТ ВОЕНКОРОВ, КОТОРЫЕ ЧЕТКО ЗНАЮТ ПОТРЕБНОСТИ КОНКРЕТНОГО ВОЕННОГО ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ

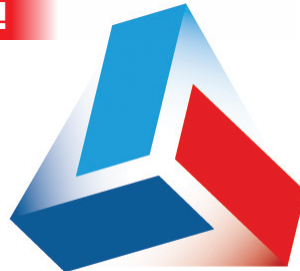
POBEDA.ONF.RU

Зарплата приличная, команда отличная!

В «ЛУГАНЬМЕДИА» не хватает только тебя. Сегодня открыты вакансии **бухгалтера, IT-специалиста, специалиста по рекламе, водителя автомобиля, оператора электронного набора и верстки, фотографа, корреспондента, корректора.**

Вакансии есть как в самом Луганске, так и по территории республики. С 9:00 до 18:00 ждем тебя на собеседование в офисе у себя.

Адрес: г. Луганск, кв. Еременко, 7, или звони по телефону **+7 959 269-36-71.**



ГУП ЛНР «ЛУГАНЬМЕДИА», ОГРН 1229400058128 от 29.11.2022.



«ЗАРНИЦА».

Возрождаем традиции

В Беловодских яслях-саду № 3 «Родничок» во всех группах прошли мероприятия, направленные на воспитание уважения к Российской армии, профессии военного, интереса к различным родам войск, чувства гордости за нашу Родину.

В подготовительной группе воспитатели Ольга Багринец и Светлана Шулика провели «Зарницу».

Педагогический коллектив принимал участие в подготовке и пошиве атрибутов к этой игре, повара Татьяна Шулика и Анастасия Ткаченко приготовили для детей полевою кашу.

В роли командующего выступил представитель охранного предприятия. Он оповестил малышей о начале состязаний и сообщил об этапах, которые им предстоит пройти.

«Зарницу» провели на свежем воздухе в форме военно-спортивной эстафеты. Дошкольники во главе с командиром Ильей Томилиным продвигались по определенному маршруту: «Пройди через болото», «Форсирование реки», «Сбей вражеский

танк», «Полевой госпиталь», «Обнаружение донесения».

Больше всего детям понравилось задание «Минное поле», в котором им предлагалось «разминировать мины» (пластиковые бутылки), т. е. открутить крышки так, чтобы не зазвенел привязанный к ним колокольчик.

В одних конкурсах учитывалась меткость выполнения, а в других – скорость. Ребята с интересом выполняли все задания.

На последнем этапе, получив карту-план, команды искали пропавший пакет с секретными документами. Все «документы» были доставлены в штаб.

По окончании конкурсов командующий поблагодарил всех участников за смекалку, ловкость и решительность. Детям устроили привал и угостили вкусной полевою кашей.

– Игра способствовала не только физической активности, но и сплочению наших малышей. Мы видели, как они учились работать в команде, поддерживать друг друга и проявлять смекалку. Каждое задание требовало от детей

фантазии и быстроты реакции, что сделало игру по-настоящему увлекательной. Радостные крики и смех звучали повсюду, создавая атмосферу настоящего праздника. Воспитатели нашего дошкольного учреждения в целом остались довольны организацией и вовлеченностью ребят, – прокомментировала Ольга Багринец.

– Светлые воспоминания о «Зарнице» останутся в сердцах наших воспитанников, ведь именно такие моменты формируют дружеские связи и воспитывают в детях дух товарищества. А само мероприятие способствует развитию физических качеств дошкольников, привлекает их к здоровому образу жизни и, самое главное, учит действовать быстро в экстремальных ситуациях. Благодаря слаженной работе всего коллектива детского сада игра прошла организованно, интересно и познавательно, – подчеркнула заведующий детским учреждением Анна Добрицкая.

Антонина Котилевская,
фото предоставлено детсадом

Конезавод подтвердил статус племязавода

Деркульский конный завод № 63, расположенный в Беловодском районе, подтвердил статус племенного завода по разведению украинской верховой породы. Об этом сообщила пресс-служба Министерства сельского хозяйства и продовольствия ЛНР.



Фото: пресс-служба Министерства сельского хозяйства и продовольствия ЛНР

– За последние два года поголовье лошадей на заводе удвоилось, что стало возможным благодаря поддержке государства, – проинформировали в ведомстве.

Там отметили, что в настоящее время на предприятии реализуется амбициозный инвестиционный проект, направленный на модернизацию и развитие завода.

Реализация проекта позволит:

- увеличить производство элитных племенных лошадей, повысив конкурентоспособность предприятия;

- обеспечить полный запас кормов для лошадей за счет выращивания сельскохозяйственных культур на территории завода;

- создать департамент продаж элитных пород лошадей для упрощения реализации продукции;

- создать новые рабочие места, что положительно скажется на экономике региона.

– В планах предприятия – вступление в свободную экономическую зону, что открывает новые возможности для развития агротуризма, конно-спортивной школы и овощеводства. Возрождение Деркульского конного завода – это не только восстановление исторического наследия, но и перспективные направления в сельском хозяйстве и туризме, что создаст новые возможности для дальнейшего развития региона, – добавили в пресс-службе.

Напомним, Деркульский конный завод № 63 вошел в топ-10 конкурса главных достопримечательностей страны «От южных морей до полярного края». Предприятие в рамках инвестиционного проекта планирует разводить племенных арабских скакунов.