

## ЭСТАФЕТА ПО РЕГИОНАМ

Минкульт России поддержал концепцию Самарской области по празднованию 60-летия первого полета человека в космос

→ страница 2

Гид развлечений

Программа • ТВ • 18 - 24 января

→ страницы 9 - 24



№4 /6729/  
суббота  
16 января 2021 года

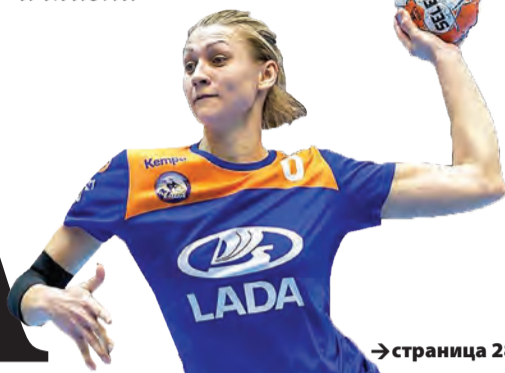


sgpress.ru

# САМАРСКАЯ ГАЗЕТА



Олимпийская чемпионка  
Ирина Близнова - об игре  
и жизни



→ страница 28

Газета городского округа Самара • Издаётся с января 1884 г.

## Люди, события, СИМВОЛЫ

К 170-летию  
Самарской губернии

→ страница 9



## Где появятся крещенские купели

Окунуться в воду можно будет  
на Полевом спуске  
и у нескольких храмов

→ страница 3



### ПРОЦЕСС

# На 20 дней или на всю жизнь

Городские власти решают проблемы  
бездзорных животных

→ страница 4



### ПАМЯТЬ

## КАК КУЙБИШЕВ ВНОВЬ СТАЛ САМАРОЙ

Ровно 30 лет назад  
наш город вернул  
себе первоначальное  
название → страницы 6 - 7

### ИНСТРУКЦИЯ

## ТРИ ВОПРОСА О COVID-19

Разбираемся  
в тонкостях  
диагностики  
и вакцинации → страница 32

### ПРЯМАЯ РЕЧЬ

## ДМИТРИЙ КУРУНОВ: «ПОБОРОТЬ СТРАХИ МНЕ ПОМОГ СПОРТ»

Человек с ампутацией  
- про современный  
мечевой бой  
и стереотипы  
об инвалидах

→ страница 30

## Коронавирус

в Самарской области  
по состоянию на 15 января

**35 724** случая  
заболевания

**+283** случая  
заболевания  
за последние сутки

**1 580 950**  
тестов проведено

8-800-302-21-63  
#СтопКоронавирус63

## Повестка дня

### Диалог

Глеб Мартов

Вчера президент в режиме видеоконференции провел совещание с постоянными членами Совета Безопасности Российской Федерации.

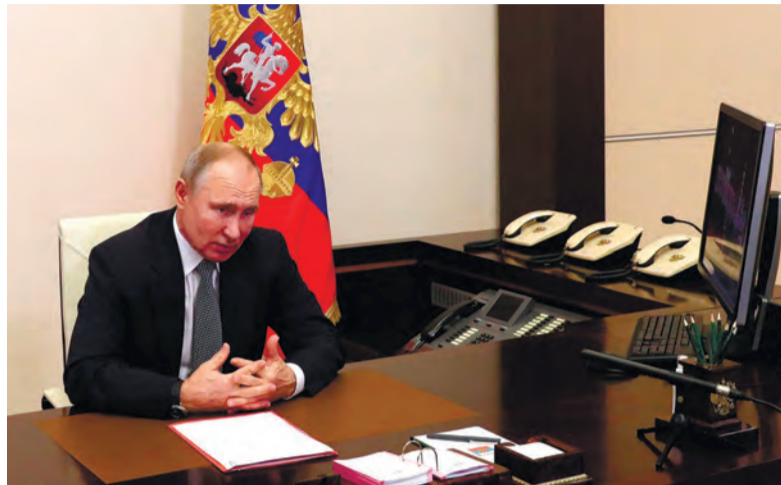
**Владимир Путин** информировал участников встречи об итогах состоявшихся 11 января трехсторонних переговоров с Президентом Азербайджана **Ильхамом Алиевым** и Премьер-министром Армении **Николом Пашиняном** по вопросам нагорно-карабахского урегулирования.

Напомним: по этой же теме глава государства общался в минувшую среду по телефону с Президентом Турции **Реджепом Тайипом Эрдоганом**. Было подчеркнуто, что одним из главных результатов прошедших переговоров стало подтверждение Азербайджаном и Арменией настроя на нормализацию отношений, готовности к практическому взаимодействию в налаживании мирной жизни, разблокировании хозяйственных и транспортных связей. С учетом общей стабилизации ситуации вокруг Нагорного Карабаха удалось согласовать ряд важных шагов в этом направлении.

Со своей стороны Эрдоган выразил поддержку усилий нашей страны в русле нагорно-карабахского урегулирования, высказался за про-

# ВАЖНЫЕ ИТОГИ

## Совещание с постоянными членами Совета Безопасности РФ



должение координации действий России и Турции, в том числе в интересах экономического развития региона и продвижения взаимовыгодных проектов.

Отдельно затронули некоторые аспекты формирования российско-турецкого центра по контролю за прекращением огня и всех военных действий в зоне конфликта.

При обсуждении двусторонней повестки дня особое внимание уделили задачам увеличения объемов взаимного товарооборота, расширения сотрудничества на ключевых направлениях, а также проблематике борьбы с пандемией коронавируса, включая реализацию планов по

совместному производству и применению вакцин.

Путин и Эрдоган поздравили друг друга с Новым годом и выразили уверенность, что многоплановое партнерство России и Турции получит дальнейшее развитие. Условлено о поддержании регулярного диалога на различных уровнях.

На вчерашнем совещании с постоянными членами Совета Безопасности РФ обсуждались также другие актуальные вопросы внутренней и внешней политики Российского государства.

В тот же день президент выступил с обращением по случаю 10-летия Следственного комитета Рос-

сии как самостоятельного федерального государственного органа, наделенного широкими полномочиями в сфере уголовного судопроизводства, в целом о обеспечении законности и правопорядка.

По словам Путина, этот высокий независимый статус позволил вывести работу следственных органов на новый качественный уровень, создать условия для более эффективной борьбы с коррупцией, с преступлениями террористического и экстремистского характера, другими наиболее тяжкими и опасными для общества нарушениями закона.

- Особо отмечу и такое направление вашей деятельности, имеющее

не только юридическое, но и нравственное измерение, как пресечение любых попыток реабилитации нацизма, - заявил президент.

По его мнению, сегодня каждый следователь ведет ответственную, сложную работу, которая имеет огромную значимость для государства и граждан. В ней важны настойчивость и принципиальность, кристальная честность и личная порядочность и, конечно, самое строгое соблюдение закона.

- Знаю, что абсолютное большинство следователей проявляют именно такие лучшие профессиональные и человеческие качества, добросовестно и четко выполняют свой служебный долг, обеспечивают полноту и объективность предварительного расследования, что гарантирует справедливость приговора, а значит, и доверие, уважение людей к правоохранительной и судебной системе в целом, - сказал Путин.

Он особо подчеркнул важность профилактической составляющей в работе Следственного комитета. Президент рекомендовал уделять самое серьезное внимание не только выявлению, но и устранению условий, способствующих совершению преступлений, вести эту работу системно, в координации с другими ведомствами, органами исполнительной и законодательной власти.

### Проект

Вера Сергеева

В четверг, 14 января, губернатор Самарской области **Дмитрий Азаров** в рамках рабочей командировки в Москву встретился с министром культуры России **Ольгой Любимовой**. Стороны обсудили ключевые для региона проекты, которые требуют особого внимания и поддержки со стороны федерального минкультуры.

Речь в том числе шла о реконструкции театра юного зрителя и самарского цирка, а также о строительстве здания для театра-студии «Грань». Одним из центральных вопросов стало создание филиала Третьяковской галереи.

- Мы рассчитываем, что реконструкция здания Фабрики-кухни и работы по благоустройству прилегающей территории завершатся в текущем году. А уже с 2022 года филиал Третьяковской галереи начнет работать в полной мере, - пояснил глава региона. - Для того чтобы заблаговременно подготовиться к этому знаменательному дню, мы договорились с Ольгой Борисовной о проведении в марте здесь, в Москве, специального совещания.

Помимо прочего в рамках встречи стороны обсудили вопросы подготовки к знаковому событию для жителей России и всего мира - 60-летию первого полета человека в космос. Оно будет отмечаться не только 12 апреля, но и весь год.

- Мы предложили концепцию проведения этого торжества на территории Самарской области с пе-

# Эстафета по регионам

## Минкульт России поддержал концепцию Самарской области по празднованию 60-летия первого полета человека в космос



редачей эстафеты другим регионам, которые также имеют непосредственное отношение к космическим победам нашей страны, - сообщил Дмитрий Азаров. - Концепция была горячо поддержана. И я уверен, что Министерство культуры России поможет нам с организацией масштабных мероприятий.

В ходе встречи губернатор отметил, что Самарская область по итогам прошлого года выполнила все показатели национального проекта «Культура» на 100%, а по многим на-

правлениям даже перевыполнила.

- Благодаря нацпроекту регион получил новые библиотеки, отремонтированные и отреставрированные Дома культуры, виртуальные киноконцертные залы, новое оборудование, музыкальные инструменты, работники учреждений культуры прошли переподготовку, - перечислил Дмитрий Азаров.

Одним из приоритетных направлений работы в рамках нацпроекта в 2020 году стала модернизация сельских Домов культуры.

Капитально отремонтировано девять зданий. Еще столько же приведут в порядок в 2021-м. Кроме того, впервые за многие годы будут построены два новых ДК - в селе Тимашево Кинель-Черкасского района и в поселке Глушицкий Большечерниговского района. Всего в ближайшую трехлетку запланирована модернизация 26 сельских Домов культуры. Также предполагается капитально отремонтировать девять детских школ искусств, четыре из них - уже в этом году.

Отдельное внимание было уделено деятельности рабочей группы Госсовета по направлению «Культура», которую по поручению Президента России **Владимира Путина** возглавляет Дмитрий Азаров. За два года она стала эффективной площадкой для диалога и выработки совместных решений органов власти страны и регионов, парламентских и общественных институтов.

- В самом начале года мы обсудили с министром культуры России направления взаимодействия на текущий год, повестку, над которой нам

предстоит работать, состав комиссии и пришли к взаимопониманию по каждому пункту, - рассказал губернатор. - Мы также рассмотрели целый ряд вопросов, которые волнуют абсолютно все регионы нашей страны, - в сфере развития народного творчества, детских школ искусств, театральной деятельности, а также предоставления дополнительных возможностей для творческой реализации людям с ограниченными возможностями по здоровью. Уверен, по каждому из них мы предложим эффективные решения, которые будем совместно реализовывать.

- Несмотря на сложный прошлый год, мы не сбавляли темп в развитии сферы культуры и реализации одноименного нацпроекта. Безусловно, это возможно только при неравнодушном подходе и слаженности действий всех заинтересованных сторон. Ведомство готово оказывать поддержку, направленную на развитие культуры в Самарской области, и совместно работать в рамках деятельности профильной комиссии Государственного совета, - подчеркнула Ольга Любимова.

## ТРАДИЦИЯ

## Где появятся крещенские купели

Алена Семенова

Уже в ближайший вторник верующие сарамцы будут отмечать Крещение Господне. Традиционно в праздничную ночь многие стремятся окунуться в купель. Этой зимой погрузиться в воду можно будет на Полевом спуске.

Такие места организуются на Волге из года в год. Прошлой зимой от традиции, увы, пришлось отказаться. Из-за оттепели существовал риск, что лед не выдержит людей. Однако в этом году погода благоприятная - уже долгое время стоят морозы. Специалисты поисково-спасательного отряда Самары произвели замер льда. Его толщина составляет 30-35 см, что вполне достаточно. В преддверии праздника на Полевом спуске появятся шесть палаток для переодевания, специальные деревянные мостки и лестница. Для обогрева людей внутри сооружений установят тепловые пушки. При необходимости купающиеся смогут выпить и горячего чая. Напиток приготовят заблаговременно. С 18 января до 17 часов 19 января на месте будут дежурить специалисты экстренных служб. Безопасность на воде обеспечат профессиональные спасатели.

Окунуться в воду можно будет на Полевом спуске и у нескольких храмов



## Телефоны экстренных служб:

- единая дежурно-диспетчерская служба - 930-81-12;
- единый номер экстренных служб - 112 (возможен вызов без sim-карты);
- Городской поисково-спасательный отряд - 930-56-79;
- Поисково-спасательная служба Самарской области - 333-55-14, 992-99-99;
- скорая помощь - 103; 8-917-144-35-74.

За порядком будут следить сотрудники полиции. На Полевом спуске организуют контроль за соблюдением социальной дистанции и масочного режима. Накануне тут развешат соответствующие аншлаги.

- Если кто-то забудет маску, то ее должны предоставить человеку бесплатно, - отметил первый

заместитель главы Самары **Владимир Василенко** на совещании, прошедшем в минувшую среду.

Купели будут организованы и при нескольких городских храмах. Там также предусмотрен строгий контроль за мерами безопасности: соблюдением социальной дистанции, масочного режима. Например, из года в год погрузиться в воду на Крещение можно на пруду у храма Святителя Спиридона Тримифунтского. Он расположен на улице Советской Армии, рядом с «МТЛ Арена». Водоем и территорию вокруг него несколько лет назад благоустроили силами прихода. Пруд почистили, вокруг сделали ограждение, обновили прогулочную аллею, устано-

**Горожанам, желающим принять участие в крещенских купаниях, необходимо соблюдать правила безопасности. Специалисты напоминают:**

- окунаться (купаться) следует в специально оборудованных прорубях у берега под присмотром спасателей
- перед купанием в проруби необходимо разогреть тело, сделав разминку, пробежку
- к проруби необходимо подходить в удобной, не скользкой обуви, которая легко снимается
- никогда не ныряйте в прорубь вперед головой. Во время погружения все движения должны быть медленными и четкими. Окунаться лучше всего по шею, не замочив голову - это увеличивает потерю температуры и может привести к шоку от холода
- при входе в воду в первый раз старайтесь быстро достигнуть нужной вам глубины, но не плавайте
- во избежание общего переохлаждения

не находите в проруби более одной минуты

- при выходе из проруби необходимо держаться за поручни, использовать сухое полотенце
- после купания следует растереть себя махровым полотенцем и надеть сухую одежду
- если вы увидели провалившихся под лед людей, срочно зовите на помощь находящихся рядом. Связавшись друг с другом ремнями, шарфами или другими подручными средствами, ползком добирайтесь до пострадавшего. Причем желательно, чтобы самый легкий двигался первым: чем ближе к полынье, тем больше опасность обрушения льда. Так же, ползком, вытягивайте человека на берег. Используйте находящийся поблизости подсобный материал: доски, палки и т.д. Позвоните в службу спасения и окажите первую помощь пострадавшему.

вили беседки. На Крещение здесь оборудуют купель с мостками и местом для переодевания.

Погружаться в воду в непопулярных местах строго запрещено. Районным администрациям поручено провести рейд для выявления несанкционированных прорубей, оборудованных в обход требований безопасности.

## РАЗВИТИЕ

БЛИЖЕ  
К ПРАКТИКЕ

Приняты новые городские правила застройки и землепользования



Мария Щербакова

В конце прошлого года дума Самары утвердила новые городские правила застройки и землепользования (ПЗЗ). Таким образом, карту правового зонирования в столице губернии привели в полное соответствие генплану. Об этом рассказал руководитель департамента градостроительства Самары **Сергей Шанов**.

Также графическая часть была дополнена двумя необходимыми дополнительными картами - зон с особыми условиями использования территорий, связанных с ох-

раной объектов культурного наследия, а также с экологическими и санитарными ограничениями. Шанов пояснил, что ранее в ПЗЗ Самары этих документов не было, хотя Градостроительный кодекс предусматривает их наличие.

Также появилась граница исторического поселения города, а внутри него установлена специально созданная единая зона - Ц1.

Кроме того, подачу параметров застройки переработали в более удобный для использования вид.

- За период работы комиссии по застройке и землепользова-

нию был проведен анализ основных заявлений, поступающих от физических и юридических лиц. В частности, по отклонению от тех или иных разрешенных параметров. Так, до внесения этих изменений разрешенный коэффициент застройки под индивидуальное жилищное строительство (ИЖС) был установлен на уровне 20%. Однако во многих российских регионах применяется другой параметр - 60%. Он больше соответствует практике и при этом не нарушает действующих норм. Нашим же гражданам для узаконивания ИЖС приходилось обращаться в ко-

миссию и проходить через процедуру публичных слушаний. Это, на мой взгляд, лишней административный барьер. Теперь мы его устранили. В новой редакции ПЗЗ параметр повышен до 60%, - пояснил Сергей Шанов.

Для зон жилой застройки на тех территориях, где расположены ветхие и аварийные дома, ввели подзоны Ж4-1 и Ж3-1. В них установили пониженные на 30% параметры по парковочным местам и повышенные на те же 30% по высотности.

- Это для компаний, которые будут заниматься развитием застроенных территорий и возъ-

мут на себя обязательства по расселению находящегося там ветхого жилья. В качестве «экономического пряника» мы сразу устанавливаем облегченные параметры. Надеемся благодаря этому быстрее привлечь инвесторов на депрессивные территории, - отметил Шанов.

Также было учтено мнение дачников поселка Прибрежный. В связи с изменениями федеральных документов, которые вступили в силу в августе прошлого года, противопожарные защитные расстояния от лесов для садоводства отобразили равными 15 метрам.



## Рабочий момент

В 2018 году изменилось законодательство в отношении безнадзорных животных. Была полностью запрещена их эвтаназия. Регулировать численность бездомных кошек и собак теперь надлежит гуманными способами, а именно посредством метода ОСВ: отлов - стерилизация - возврат в среду обитания.

### ПРОЦЕСС

Светлана Келасьева

#### Улица - приют - улица

Забрать с улицы всех безнадзорных животных в настоящее время просто невозможно, их слишком много. Поэтому единственный гуманный способ сократить численность бездомных - ограничить их размножение. Тогда с годами проблема будет решена естественным путем.

- В соответствии с законодательством с января прошлого года все отловленные животные, не имеющие владельцев, должны направляться в приюты, - прокомментировал начальник отдела по благоустройству и озеленению департамента городского хозяйства и экологии **Леонид Дюгаев**. - Там их вакцинируют от бешенства и стерилизуют, чтобы предотвратить дальнейший рост популяции. Городской администрацией заключено соглашение на проведение этих мероприятий с департаментом ветеринарии. Затем собакам, которые не проявляют немотивированной агрессии, ставят на ухо метку в виде клипсы - чтобы показать, что животное стерилизовано, привито и безопасно для окружающих. После чего его возвращают в городскую среду. Агрессивные собаки, а также те, которые по каким-то иным причинам не могут быть возвращены на улицу, остаются доживать свой век в приюте.

Как рассказал Дюгаев, департамент городского хозяйства и экологии ежегодно заключает муниципальный контракт на отлов безнадзорных животных на условиях софинансирования из регионального бюджета. На 2021 год на эти цели выделено 10 млн рублей областных денег и 15 млн рублей из городского бюджета. В прошлом году на каждое животное было потрачено 8 500 рублей.

#### По заявкам жителей

Отлов безнадзорных животных осуществляется исключительно по обращениям жителей или организаций. Заявку следует подавать в департамент городского хозяйства и экологии. Сделать это можно через диспетчерскую службу по телефону 266-54-54 или по электронной почте dgh@samadm.ru. Все поступившие обращения регистрируются, после чего в течение двух дней заказ-наряд направляется в подрядную организацию, которая выезжает на место и осуществляет отлов.

# НА 20 ДНЕЙ ИЛИ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

## Городские власти решают проблемы безнадзорных животных



- При подаче заявки человек должен указать свои данные, а также конкретный адрес и приметы животного, которое необходимо отловить, - отметил Леонид Дюгаев. - Если заявитель хочет лично проконтролировать этот процесс, он должен уведомить об этом сотрудников департамента, сообщив свои контакты.

Стоит отметить, что законодательством предусмотрены исключительно гуманные средства отлова - сетка и петля. Кроме того, процесс категорически запрещено проводить в присутствии детей и подростков. Исключения составляют случаи, когда животное нападает, но этот факт должен иметь доказательства - его необходимо зафиксировать на видео.

#### С соблюдением всех норм

Подрядная организация, с которой заключается контракт на отлов животных, должна иметь приют для их содержания. Он может быть государственным, муниципальным или частным.

В прошлом году при поддержке городской администрации

был реализован инвестиционный проект по строительству приюта «Добрые люди». Сделано это было в короткие сроки, всего за полгода. В районе поселка Козелки построили ангар для карантинных собак, вольеры для стерилизованных, помещение для ветеринарных процедур и отделение для кошек. Животные с потомством и щенки содержатся отдельно от остальных четвероногих.

- Приют соответствует всем нормативам, установленным для подобных организаций, - отметил Леонид Дюгаев.

#### Карантин и реабилитация

- На данный момент мы можем разместить около 800 животных, - пояснил руководитель приюта «Добрые люди» **Андрей Храмов**. - У нас живут не только собаки с отлова, но и, как и в любом приюте, четвероногие, по разным причинам оказавшиеся без дома. По программе ОСВ здесь сейчас содержится около 400 питомцев. Они поступили к нам в конце прошлого года, и скоро мы должны

будем вернуть их в места обитания.

По правилам отловленное животное должно находиться в приюте около 20 дней. Первые 10 оно проводит в карантине, где его ежедневно осматривает ветеринар. Если собака или кошка клинически здорова и никаких противопоказаний нет, ее стерилизуют, обрабатывают от паразитов и прививают от бешенства. Еще 10 дней животное находится на реабилитации. Если за это время для него не удастся подыскать дом, что бывает крайне редко, его возвращают в место обитания.

Щенки остаются в приюте до половозрелого возраста, то есть примерно до пяти месяцев. Затем их тоже стерилизуют и возвращают в городскую среду.

Агрессивных животных держат в приюте до конца жизни. Впрочем, известны случаи, когда даже очень злым собакам удавалось найти хозяев. Сейчас, например, в «Добрых людях» живет весьма недружелюбный алабай, который тем не менее готовится к переезду в новый дом.

- От него отказались хозяева, они не могли больше с ним справиться, - вспоминает **Андрей Храмов**. - Мы и не надеялись его пристроить. Однако недавно на нас вышло предприятие, которому нужна именно такая собака. Сейчас для пса готовят вольер, куда он переселится в ближайшее время.

В целом только за декабрь прошлого года приюту удалось найти хозяев для десятка агрессивных животных. Как пояснил Храмов, в основном интерес к ним проявляют организации.

#### Помогают волонтеры

- Мы сотрудничаем с зооволонтерами и стараемся, чтобы возвращенные в городскую среду собаки хотя бы первое время находились на их кураторстве, - продолжает Храмов. - Также зооволонтеры помогают нам пристраивать животных.

- Найти новый дом для взрослой собаки достаточно сложно, - рассказывает зооволонтер **Татьяна Сучкова**. - Особенно если она не породистая или хотя бы не метис и ничем не примечательна внешне. На обычных дворняжек никто не обращает внимания. При этом характер собаки, ее качества, как правило, отходят на второй план. А вот щенков берут более охотно.

Об этом приюте Татьяна узнала еще на этапе его строительства. По ее словам, сначала данный проект у зооволонтеров доверия не вызвал - многие думали, что реальной помощи собакам там оказывать не будут. Однако со временем, когда приют начал работать, опасения зоозащитников понемногу стали рассеиваться.

- Мы часто бываем здесь и видим, что собаки содержатся в нормальных условиях, за ними осуществляется должный уход, проводятся все ветеринарные процедуры. Если у кого-то есть сомнения, можно приехать и убедиться в этом лично, - рекомендует Татьяна.



«Самарская газета»  
в вайбере

# Главное за неделю



## Назначен новый прокурор Самары

Им стал 40-летний **Артем Ярыгин**. Приказ был подписан Генеральным прокурором РФ **Игорем Красновым** 29 декабря 2020 года. С 2002 года Артем Ярыгин на службе в органах прокуратуры. Ранее работал в Оренбургской области: следователем Гайской межрайонной прокура-

туры, с 2003 года - заместителем Гайского межрайонного прокурора, с 2008 года - прокурором Курманаевского района, с 2010 года - Кувандыкским межрайонным прокурором. С 2015 года Ярыгин занимал должность старшего помощника прокурора Оренбургской области по организационным вопросам и контролю исполнения.

## На улице Маломосковской запретят остановку транспорта

С четверга, 21 января, на участке улицы Маломосковской от улицы Лукачева до проспекта Масленникова установят знаки «Остановка запрещена» и «Работает эвакуатор». Кроме того, появятся таблички с запретом парковки с 22.00 до 6.00. Как объяснили в администрации города, это будет сделано для того, чтобы обеспечить безопасность дорожного движения, а также для круглогодичного содержания Московского шоссе в нормативном состоянии. Автолюбителей Самары просят обращать внимание на новые знаки.



## Стартовали городские соревнования по хоккею «Золотая шайба»



В этом году 266 спортсменов из дворовых хоккейных команд Самары встретятся на льду турнира. В соревнованиях примут участие 14 коллективов в трех возрастных группах. Всего состоится 28 игр. Команды, ставшие победителями в каждой из категорий, примут участие в областном этапе соревнований.

**В театре оперы и балета после почти годичного перерыва вновь покажут оперу «Князь Игорь»**



**В области утвержден размер дохода семей для получения выплат на детей.** Для получения ежемесячного пособия среднедушевой доход семьи должен составлять 29 790 рублей. Размер выплаты на третьего и последующего ребенка - 11 656 рублей в месяц.

**Самарские ученые изобрели новый способ изготовления деталей для медицины и ракетостроения.** Инкрементальная штамповка отличается от привычной листовой отсутствием заранее изготовленной дорогостоящей матрицы для будущей детали. Вместо нее специалисты Самарского университета имени Королева используют технологический комплекс, включающий в себя робота-манипулятора. Экономически этот способ изготовления деталей в разы выгоднее.

**Врачам региона, работавшим в новогодние праздники с ковид-пациентами, заплатят в двойном размере.** Это касается и первичного звена, и врачей в поликлиниках. Списки на январские доплаты будут направлены в ТФОМС для начислений в субботу, 16 января, а предположительно со вторника, 19 января, медработники начнут получать выплаты.

**Для строительства коллектора у стадиона снесут несколько зданий на Алма-Атинской.** Строительство канализации запланировали от колодца на пересечении 9-го проезда и улицы 1-й Стадионной до колодца на Алма-Атинской. На этой территории находятся несколько зданий, которые придется снести. Все работы нужно будет завершить к 20 декабря 2021 года.

**До 31 января можно купить билеты на поезд до Москвы и Санкт-Петербурга со скидкой.** Акция распространяется на верхние места в купе. Речь идет о поездах с отправлением до 31 января: Самара - Москва, Самара - Пенза, Самара - Санкт-Петербург, Самара - Киров. Также действует скидка при покупке билетов в обратном направлении.

**Увеличилось число авиарейсов из Самары в Екатеринбург.** Самолеты авиакомпании Utaig летают по понедельникам и пятницам. Отправление из аэропорта Курумоч - в 18.05, прибытие в Екатеринбург - в 21.15 по местному времени. С 14 января запланированы также рейсы по четвергам. Время вылета из Самары - 12.00, посадка в Кольцово - в 15.10.

**В военном санатории будут долечивать пациентов после коронавируса.** Развернуто 120 коек. Здесь будут проводить первичный прием, консультации терапевта, пульмонолога, кардиолога и общую функциональную диагностику. Для каждого пациента выстроят индивидуальную программу реабилитации, включающую в себя физиотерапию, посещение психолога, диету и лечебную физкультуру.

**300 областных медработников дефицитных специальностей получили подъемные.** Для врачей, фельдшеров и медсестер, приступивших к работе по наиболее дефицитным специальностям и готовых трудиться в государственном учреждении здравоохранения не менее трех лет, предусмотрены выплаты в размере 166 тысяч рублей. Деньги выделяют из областного бюджета.

**В Самарском университете создается центр разработки перспективных газотурбинных двигателей.** Ученые намерены достичь передовых позиций в мире по части разработки новых моделей, методов проектирования и производства, базирующихся на аддитивных технологиях, которые позволят в два-три раза сократить сроки создания двигателей по сравнению с используемыми сейчас мировыми производителями.

**Начата проверка по факту гибели человека в результате обрушения стены дома.** Трагический инцидент произошел в четверг, 14 января, примерно в 17.00. В коммерческом помещении, расположенном на первом этаже жилого многоэтажного дома на улице Авроры, где велся ремонт, произошло обрушение стены, в результате которого погиб мужчина.

**На следующей неделе стартует опрос жителей региона в рамках проекта «Культурное сердце России».** Проект дает возможность принять участие в формировании культурной программы. С 18 по 31 января пройдет анкетирование для определения жанровых предпочтений, форм организации досуга и прочего. Опрос будет проводиться в электронной форме. Поучаствовать в нем можно по ссылке с сайта samadm.ru. Результаты проанализируют и учтут при формировании афиши мероприятий.

**В Самарском зоопарке отпразднуют 23-летие медведя Умки.** День рождения отметят в субботу, 16 января. В 13.00 посетители смогут увидеть показательное кормление. Сотрудники зоопарка поздравят Умку с днем рождения и угостят его тортом.

## Исторические версии

В январе 1991 года нашему городу вернули его историческое название. Таким образом была восстановлена связь веков. Куйбышев остался для нас символом советской эпохи - лишь одного из этапов многовековой истории Самары.

Жители нашего города боролись за право называться самарцами несколько лет. Как это происходило, расскажут очевидцы и документы.



### ПАМЯТЬ

Татьяна Гриднева

#### Как я подписала петицию

25 января 1991 года наш город вернул себе исконное название - Самара. Люди моего поколения деятельно участвовали в этом процессе. Я сама подписывала петицию о переименовании Куйбышева на пикете, организованном на Ленинградской. Прекрасно помню, как знакомый по Городскому молодежному клубу Анатолий Петров остановил меня у «Военторга» и предложил поддержать инициативу краеведов. Мне потребовалось несколько минут на раздумья: время было тяжелое, вроде бы не до таких перемен. Но все же в почине друзей я увидела нечто новое, к чему мы тогда всем сердцем стремились - проявление настоящей свободы, гражданской инициативы. И подписала петицию. С тех пор, как мне кажется, восстановился правильный ход событий. Мы узнали о том, что славным было не только советское прошлое нашего города. И теперь по праву гордимся всей историей Самары - с момента ее основания. О переименовании города мне напоминают и записи в паспортах моих детей. Место рождения сына - Куйбышев, дочери - Самара.

В канун юбилейной даты я решила обратиться к инициаторам и участникам тех событий, чтобы узнать их мнение о проекте 30-летней давности.

#### Как родилась идея о переименовании

Первым из моих собеседников стал доктор исторических наук профессор Петр Кабытов. Именно он был автором наделавшей шуму инициативы. Петр Серафимович не коренной самарец. Однако его вклад в изучение истории нашего края трудно переоценить. В 1970-х годах Кабытов был приглашен в качестве преподавателя в только что открывшийся госуниверситет. Молодой ученый обратился к местным архивам. И выяснил, насколько интересную информацию о дореволюционной Самаре они содержат. В то время, пожалуй, лишь профессор Кузьма Наякшин систематически занимался историей Среднего Поволжья. Но информацию в своих трудах он излагал с точки зрения марксистской идеологии. Про старую Самару во многих источниках и вовсе говорилось в уничижительном тоне: мол,

# Как Куйбышев вновь стал Самарой

## Ровно 30 лет назад наш город вернул себе первоначальное название



МЫ - ЗА САМАРУ!					
№	Ф.И.О.	Подпись	№	Ф.И.О.	Подпись
1	Александров Р.И.	[Подпись]	26	Жуковская С.И.	[Подпись]
2	Григорьев В.В.	[Подпись]	27	Михайлова Т.А.	[Подпись]
3	Поздней В.И.	[Подпись]	28	Бучева Л.В.	[Подпись]
4	Труфанов Р.И.	[Подпись]	29	Климова З.В.	[Подпись]
5	Александров С.И.	[Подпись]	30	Тихонович О.И.	[Подпись]
6	Сидорова Т.И.	[Подпись]	31	Алексеева Н.В.	[Подпись]
7	Сыромятов А.В.	[Подпись]	32	Смирнов В.В.	[Подпись]
8	Иванова Е.В.	[Подпись]	33	Тимофеев Л.И.	[Подпись]
9	Виноградов И.В.	[Подпись]	34	Климова Н.И.	[Подпись]
10	Колесников С.И.	[Подпись]	35	Сидорова Т.И.	[Подпись]
11	Вороженин В.С.	[Подпись]	36	Михайлова Т.А.	[Подпись]
12	Васильев А.А.	[Подпись]	37	Смирнов В.В.	[Подпись]
13	Жуковская С.И.	[Подпись]	38	Завальный А.В.	[Подпись]
14	Климов А.С.	[Подпись]	39	Климов А.С.	[Подпись]
15	Сидорова Т.И.	[Подпись]	40	Сидорова Т.И.	[Подпись]
16	Сидорова Т.И.	[Подпись]	41	Михайлова Т.А.	[Подпись]
17	Сидорова Т.И.	[Подпись]	42	Сидорова Т.И.	[Подпись]
18	Сидорова Т.И.	[Подпись]	43	Сидорова Т.И.	[Подпись]
19	Сидорова Т.И.	[Подпись]	44	Сидорова Т.И.	[Подпись]
20	Сидорова Т.И.	[Подпись]	45	Сидорова Т.И.	[Подпись]
21	Сидорова Т.И.	[Подпись]	46	Сидорова Т.И.	[Подпись]
22	Сидорова Т.И.	[Подпись]	47	Сидорова Т.И.	[Подпись]
23	Сидорова Т.И.	[Подпись]	48	Сидорова Т.И.	[Подпись]
24	Сидорова Т.И.	[Подпись]	49	Сидорова Т.И.	[Подпись]
25	Сидорова Т.И.	[Подпись]	50	Сидорова Т.И.	[Подпись]
26	Сидорова Т.И.	[Подпись]			

Изда: Чапаевская 210, клуб «Самара»  
От кого: КИИ - ул. Сол. Стрелки 151, а/я 410, тел. 22-24-2  
Организатор: Орлов В.В. / 1 янв. 1991г.

«бескультурный, пыльный город, в котором церковей намного больше, чем школ». Эти слова я запомнила из текста экскурсии по Дому-музею Ленина. Петр Кабытов, знакомясь с архивными документами, чувствовал несправедливость подобных утверждений. Он вспоминает о событиях конца 80-х годов:

- Генеральный секретарь ЦК КПСС Горбачев озаботился тем, что его жена не имеет общественной нагрузки. Был создан советский Фонд культуры, где она стала главным попечителем. Регионам поступила команда организовать местные отделения. Мне позвонили из «Белого дома» и как председателя областного общества охраны памятников культуры пригласили на совещание. Оно состоялось в Доме актера, на встречу пришло колоссальное количество людей. Союз писателей, артисты, уже объединенные в гильдию, архитекторы и прочая творче-

ская интеллигенция. Выступил тогдашний руководитель областного отдела культуры Борис Иванович Шаркунов с призывом поддержать и организовать. Дальше пошли речи руководителей творческих объединений. Они были по сути лишь рапортами о достижениях. Никаких свежих мыслей или инициатив.

Петр Серафимович сидел в задних рядах и думал, как же расшевелить это собрание. И когда его вызвали на трибуну, произнес давно выношенное предложение: «Я думаю, нам всем надо начать с того, чтобы вернуть имя областному центру. Вы помните, как назывался наш город? Самара! Именно в Самаре начинал революционную деятельность Ленин. И Куйбышев, я полагаю, на нас не обидится, если мы вернем городу его историческое имя!».

Эти слова зал встретил тишиной. Затем раздались возгласы: «На святое замахваешься!».

#### Как краеведы поддержали инициативу

С тяжелым сердцем покинул ученый Дом актера, сел на трамвай и всю дорогу до дома переживал, думая, что его слова не найдут понимания. Но каково было удивление Петра Серафимовича, когда тем же вечером ему позвонил сотрудник областной библиотеки Александр Завальный и предложил встретиться, чтобы обсудить идею. К ним присоединился и известный журналист Владислав Князев. Он поднял вопрос о переименовании города на страницах местных газет. Краеведы исследовали момент присвоения городу имени Валерияна Куйбышева. Оказалось, что в 1935 году решение было принято «группой товарищей» без народного обсуждения и сразу же утверждено на наскоро собранном митинге. По мнению Кабытова, на установление советской власти в Самаре большее влияние, чем Куйбышев, оказал, к приме-

#### УКАЗ

Президиума  
Верховного Совета РСФСР  
о переименовании  
города Куйбышева  
в город Самару  
и Куйбышевской области  
в Самарскую область

Президиум Верховного Совета РСФСР постановляет: переименовать город Куйбышева в город Самару и Куйбышевскую область в Самарскую область.

Председатель  
Верховного Совета РСФСР  
Б.Н. Ельцин  
Москва.  
Дом Советов РСФСР,  
25 января 1991 г.

ру, Александр Масленников. Он обладал огромным авторитетом в рабочей среде и потрясающей харизмой. Краеведы нашли информацию и о том, что некоторые соратники Куйбышева неоднозначно оценивали его роль в обороне города от белочехов. И уже в 50-х годах поднимали вопрос о возвращении городу исконного названия.

#### «Штаб» в библиотеке

По словам главного библиографа СОУНБ Александра Завального, сначала все инициаторы переименования города действовали разрозненно. Однако в феврале 1989-го 12 активистов собрались в библиотеке политической книги и решили учредить общественный комитет «Самара». В его состав вошел священник Иоанн, архиепископ Куйбышевский и Сызранский. Председателем был избран писатель Андрей Павлов, завоевавший авторитет краеведов после издания книги «Запасная столица».

Своеобразным штабом комитета стала библиотека политической книги. Прямо на входе здесь положили амбарную тетрадь. На ее страницах каждый желающий мог высказать свое мнение по



вопросу переименования Куйбышева. Было немало возмущенных отзывов. Порой в библиотеку врывались люди, махали кулаками, обзывались, кричали: «Вы против советской власти!». Однако больше было сторонников идеи. Внук скульптора Владимира Шервуда, автора снесенного в революцию памятника Александру II, специально приезжал сюда, чтобы поддержать инициативу. И даже старые партийцы, знавшие Куйбышева лично, говорили, что он сам был бы против присвоения старинному городу его имени. Интересную запись оставил будущий губернатор, в то время председатель горисполкома Совета народных депутатов Константин Титов: «Разве у нас нет других проблем? Мы можем составить огромный список, что нужно в Куйбышеве решать, утверждать и делать, а не отвлекать людей от нужной работы и тратить огромные средства, а употребить их на нужды города: телефонизацию, ускорение строительства метро, наведение чистоты города и т.д.». Сейчас, оценивая все плюсы и минусы возвращения городу исторического имени, Константин Титов замечает, что в действительности расходы на переименование были не так уж велики. Но поскольку он баллотировался от рабочей Безмянки, избиратели дали ему наказ ни в коем случае не поддерживать вредную инициативу.

- Представители моего родного коллектива - авиационного завода почти все были эвакуированы во время войны из Воронежа. Они говорили: мы ехали работать в Куйбышев, в Куйбышеве и будем жить, - рассказывает Константин Алексеевич.

### Заснули в Куйбышеве, проснулись в Самаре

И все же в глубине души сам Титов не был противником новшества. В студенческие годы он часто выезжал на спортивные соревнования в другие города и там слышал, что все называли наших земляков именно самарцами. Решающую роль, по мнению Титова,

сыграла поддержка Куйбышевского облисполкома, который возглавлял Виктор Тархов. В конце концов удалось добиться того, что одновременно были переименованы и город, и область. У жителей Екатеринбурга, к примеру, это не получилось. Как рассказывает первый заместитель главы Самары Владимир Василенко, именно в тот момент он был в командировке в столице Урала. Приехал в Свердловск, а уезжал уже из Екатеринбурга. В то время Владимир Василенко был депутатом горсовета Куйбышева. По его словам, жители областной столицы раскололись на два лагеря, между которыми шла нешуточная борьба. И хотя две трети людей в быту называли себя самарцами, многие понимали, что достичь такого уровня развития старая Самара не могла бы, не стань она в советское время Куйбышевом, запасной столицей. Дискуссия в горсовете была очень жаркая, так как в него входило много представителей промышленности, авиационной и космической отрасли. И все из немногим более 200 депутатов 114 проголосовали «за». Василенко считает, что это можно назвать победой подлинной демократии. И впоследствии ни один из его избирателей, заснувших в Куйбышеве, а проснувшихся в Самаре, не упрекнул его за поддержку инициативы краеведов.

### Борьба до победного конца

Сегодня легко рассуждать о том, что происходило в нашем городе до тех пор, пока не был принят Указ Президиума Верховного Совета РСФСР о переименовании Куйбышева в Самару и Куйбышевской области в Самарскую. Но Александр Завальный вспоминает:

- Зимой 1987 года в городском управлении культуры проходило совещание. И вот последний вопрос: «К нам в отдел стали поступать письма от жителей с просьбой рассмотреть предложение о возвращении городу прежнего названия». Ироническая улыбка пробежала по лицам присутствую-

ющих. «Да как они смеют! - вырвалось у одной почтенной дамы. - На что замахиваются. На святое для каждого жителя нашего города имя Валериана Владимировича Куйбышева!» А один из ветеранов партии даже попытался завязать с докладчиком рукопашный бой. Разгоряченный Завальный резюмировал: пройдет два-три года, и вы будете вспоминать этот разговор уже в Самаре.

Все участники событий тепло отзываются о молодом инженерере Анатолии Петрове, который занимался организацией пикетов, сбором подписей под обращениями в Верховный Совет. Помогал он и отвозить мешки с «народным волеизъявлением» в Москву. Энергичные действия Петрова оказали большое влияние на решающем заседании облсовета, когда развернулась ожесточенная дискуссия. По воспоминаниям Кабытова, в ней принял участие ректор госуниверситета Ленар Храмов. Но даже его призыв вернуть городу историческое имя не возымел должного действия. Слово без очереди взяла директор художественного музея, бесстрашная Анетта Басс. Однако шум и беспорядок в зале продолжались. И тут на трибуну поднялся Анатолий Петров. Он постучал по микрофону и сказал: «Товарищи, я думаю, настало время вернуть нашему городу историческое имя Самара. Прошу проголосовать». Эти простые слова и решили исход дела.

### Александр Завальный, главный библиограф Самарской областной библиотеки:

- Этот день, 25 января 1991 года, для каждого из нас, членов комитета «Самара», стал самым главным в жизни после дня рождения. Я испытываю чувство огромной благодарности ко всем, кто помогал нам в этой борьбе. Горжусь, что самарцы поставили более 80 000 подписей под обращением к властям с призывом вернуть городу его имя. И считаю этот великий день символом гражданского самосознания наших земляков и отправной точкой возрождения историко-культурного наследия края.



### Обращение членов общественного комитета Самара:

“ В Верховный Совет СССР. Мы считаем, что город САМАРА был переименован в 1935 году недемократическим путем, без учета мнения большинства жителей. Этим актом утрачено историческое название славного и героического города, где Ленин начал свой путь в революцию. Просим Верховный Совет восстановить исконное название города и считать исторические названия памятниками истории и культуры народа. Самару - на карту России.



### Из манифеста общественного комитета «Самара»:

“ Создание общественного комитета «Самара» имеет целью объединить усилия городской общественности в направлении возвращения Куйбышеву его исторического имени. Наш комитет будет вести пропаганду историко-культурного наследия нашего города. Мы ставим задачей также изменение, упорядочение топонимической политики и содействие восстановлению наиболее ценных исконных названий.

## Культура

В последних числах декабря в Самарской областной универсальной научной библиотеке выступил поэт, писатель, яркий представитель творческой московской богемы Дмитрий Воденников. Встреча с гостем стала завершающей в цикле «Писатель в библиотеке» в 2020 году. Автор нескольких поэтических сборников известен тем, что пишет колонки и эссе для нескольких центральных изданий, много выступает с лекциями и концертами, учит основам поэтического жанра слушателей школы литературного мастерства «Хороший текст» и «Школы на крыше». Его книга «Воденников в прозе» вошла в лонг-лист премии «Национальный бестселлер» 2019 года.

### ЛИТЕРАТУРА

Поэт не любит рассказывать о себе. Эти сведения можно почерпнуть в его произведениях, где Воденников предельно откровенен. Свою старую таксу он сделал героиней постов в соцсетях, вокруг нее вертится мир в его книге «Сны о Чуне». Из эссе читатель узнает, что он по-прежнему живет в квартире своей бабушки, Александры Васильевны, которая была профессором и руководителем рентгенологического отделения ЦНИИ туберкулеза МЗ СССР, что в детстве он потерял мать. Возможно, поэтому, особенно в раннем творчестве Воденникова, фигурирует тема смерти.

Еще недавно Дмитрий и себя называл мертвым поэтом - десять лет назад его покинула Эвтерпа, муза стихосложения. Но этой «ковидной» осенью случилось чудо - стихи вернулись. Об этом и не только он рассказал своим самарским поклонникам.

« Все эти дни мне казалось, что я заболела. Я кутался в кофты, мне казалось, что у меня ОРВИ или начинающаяся ангина. (К тому времени я уже перенес ковид, и за мной установили слежку - совсем несправедливо мне выписали пятикратный штраф). А когда я написал через четыре дня стихотворение, ощущение озноба прошло.

#### «В поэзии королей нет»

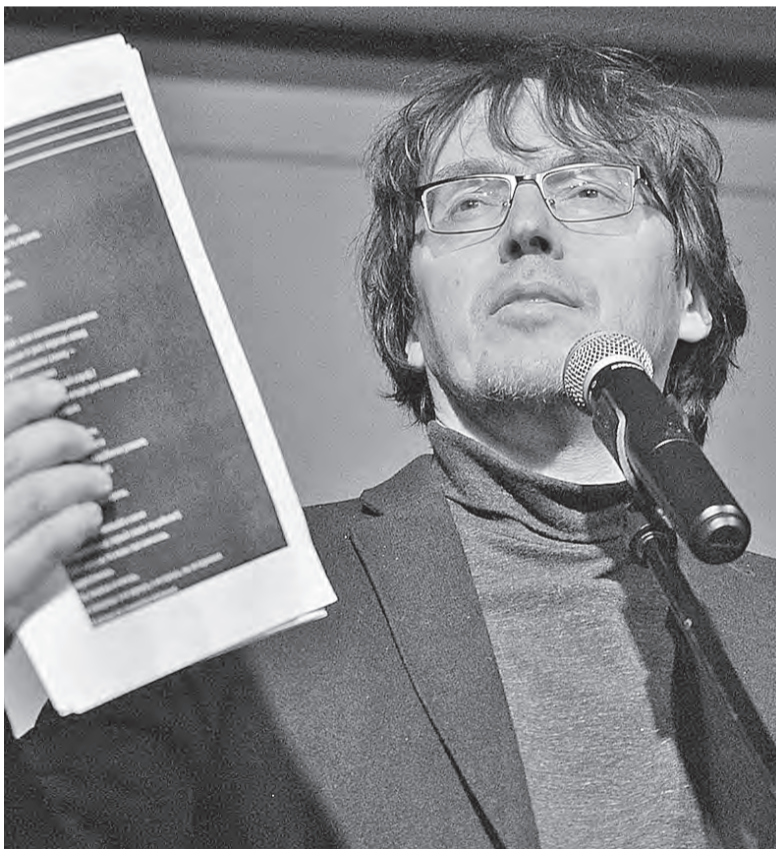
- Когда-то Жданов (*Андрей Жданов, советский партийный деятель* - прим. авт.) назвал поэтессу Ахматову полумонахиней-полублудницей. Она потом долго трясла этими своими «регалиями». И когда меня называют королем поэтов, я чувствую себя Анной Ахматовой... Так получилось, я участвовал в проекте и на нем получил этот титул (*фестиваль «Территория» 2007 года* - прим. авт.), но он ужасно пошло звучит. Во всех интервью я это говорю, но все равно меня представляют именно так. Видимо, судьба...

#### Гул океана

- Однажды от меня ушли стихи, не знаю, на цыпочках или нет. В течение прошедших десяти

# КО МНЕ ВЕРНУЛСЯ ГУЛ ОКЕАНА

Поэт Дмитрий Воденников  
о вдохновении, творческом  
процессе и любимых авторах



лет, а я много в этот период выступал, давал интервью, некоторые журналисты меня спрашивали: «Почему вы бросили писать стихи?» По моему лицу всегда пробежала судорога легкого отвращения. Бросить можно женщину, мужчину или цветок, даже собачку, но стихи бросить нельзя, это они могут тебя бросить.

Стихи - это та вещь, которая является, возможно, единственным оправданием твоей жизни. Они приходят как заболевание. Простофили это состояние называют вдохновением. Я сравниваю стихи с гулом океана. Однажды, очень давно, я выступал в Америке. Мы жили в Нью-Йорке на Манхэттене, а потом к вечеру нас повезли на побережье. Помню, все тонуло во мра-

ке, и я услышал гул океана. Он шумит не так, как ночное море. Когда к тебе приходят стихи, это похоже на тот звук.

И вот неожиданно он ко мне вернулся. Это самое сильное событие в моей жизни. Хотя, поверьте, в ней было много интересного. После 40 лет мне очень везло в любви, дружбе, путешествиях. Но стихи стали самым острым переживанием. В этот момент ты сам себе не принадлежишь. Не ты пишешь, оно тебе пишет. Удивительное чувство, как будто по тебе корякает чье-то перо или бьет по голове клавиша пишущей машинки.

#### «Секретки» из детства

- У меня нет ностальгии по детству, по прожитой жизни. Ты

обращаешься к нему в текстах не потому, что им загнипнотирован. Нет там ничего хорошего. Это достаточно тяжелая, страшная, темная пора, когда ты все про себя знаешь. Даже свои сексуальные предпочтения, хотя по определению их еще быть не может. Детство для меня - это ключ. У каждого из нас была заветная банка или коробочка, в которой хранились всякие чепуховые вещи, намешаны хвоя, песок, может быть, какое-то колечко, сделанное из конфетной фольги. Или люди моего поколения, наверное, помнят, что такое «секретки». Это когда ты зарываешь что-то в землю, накрыв осколком стекла. Потом забываешь, где все закопал. Вот эти секретки, коробочки и есть то, что обозначает тебя. Если бы сейчас мы могли открыть их, то знали бы разгадку нашей жизни. И в этом смысле детство интересно тем, что если мы наберемся смелости, то найдем в нем ключ к нам нынешним. Это как очаг в каморке папы Карло, за которым скрывается потайная дверь, ключ от которой принесет тебе правду.

В 10-11 лет я написал свои первые стихи: «Когда я умру, проветри комнату мою и можешь убрать мои вещи, я никогда не приду». Это я к вопросу о том, что человек не меняется. Я прочитал эти стихи бабушке, и она расплакалась. Было бы странно, если бы она не расплакалась: ребенок собирается умирать. Но, видно, в нас есть кашево яйцо, а в нем игла, которая нас колет. То есть мы уже в детстве знаем свою сверхидею.

#### Любимые авторы

- Я не могу не читать современную поэзию, потому что у меня есть программа на «Радио России» «Поэтический минимум». Если говорить об авторах, то я повторяю это от встречи к встрече. Я очень люблю Линор Горалик. Считаю, она гениальный поэт. Очень люблю Марию Степанову, Федора Сваровского. Есть замечательный молодой поэт Евгений Горон. Он пишет очень интересные тексты. Причем если раньше это были верлибры, то сейчас - рифмованные стихи. Из прозаиков есть замечательный, просто удивительный молодой писатель Максим Жегалин. Он гений в короткой прозе.

#### Табу в поэзии

- В поэзии не существует запретных тем, сама поэзия запретна. Сейчас любой текст существует только в пограничной ситуации. Впрочем, так было всегда. Те же «Я помню чудное мгновенье» Александра Сергеевича Пушкина. Просто за два века они так истерлись, мы так все хорошо знаем про Анну Керн, что стихи эти больше не звучат. Но и сегодня поэт, прозаик всегда ищет «щель», в которой больно, смешно, тревожно. Если не поставить четких ограничений, мы, поэты, всегда будем идти, наступая на запретные темы.

#### Ключи и подсказки

- Я согласился преподавать, потому что это деньги и прочее. Но есть уже несколько случаев, когда мне удалось раскрыть человека. Игорь Ильин - одна из моих побед. На первом семинаре я всегда прошу учеников выбрать и прочитать два своих текста. Игорь тоже читал. Я что-то ему потом мягко сказал. Через два занятия он принес совершенно невозможный, потрясающий верлибр. Это был прорыв.

Человека можно пробить, заставить найти свой «ключ». Я всегда говорю на первых семинарах: «Представьте себе, что перед вами на столе лежит связка ключей. Один из них очень красивый, как у Карабаса Барабаса от подпола, другой - изящный, как у какой-нибудь мадам Помпадур, третий, стальной, - для сейфа, а еще лежит алюминиевый, погнутый, от почтового ящика. Ваша задача найти среди них свой. Я даже написал самоучитель-блокнот с заданиями для писателей и поэтов «Ключи и подсказки».

#### Даты и образы

- Я мыслю образами. Это к вопросу о недостатках. Поэт - это урод в некоторой степени. Никто не знает, что у него в голове. Я, например, совершенно не способен рассчитать правильно даты, у меня проблема с цифрами. У меня мама умерла, когда мне было, как я считал, шесть лет. Ей было 29. Для поста я долго высчитывал дату на калькуляторе. Но папа все равно исправил: «Тебе еще не было шести». И вот когда я думаю, ссорюсь, «теряю берега», я всегда говорю образно.



## Гид развлечений

Программа • 18 - 24 января



## ТЕАТР

**19 ЯНВАРЯ, ВТОРНИК**

«И НИКОГО НЕ СТАЛО» (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.30

«РОДДОМ» (комедия) (18+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.30

**20 ЯНВАРЯ, СРЕДА**

«НЕ ПОКИДАЙ МЕНЯ» (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.30

«БРАЧНЫЙ ДОГОВОР» (комедия) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.30

«РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА» (12+)

«МАСТЕРСКАЯ», 18.30

«МЕТАЛЛОЛОМ» (16+)

САМ «ДОКТОР ЧЕХОВ» В ДОМЕ АКТРА

(УЛ. ВИЛОНОВСКАЯ, 24), 19.00

**21 ЯНВАРЯ, ЧЕТВЕРГ**

«ВОТ ТАК И ЖИВЕМ» (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.30

«ФЕН-ШУЙ» (детективная комедия) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.30

«ГИБНЕТ ХОР» (12+)

«МАСТЕРСКАЯ», 18.30

**22 ЯНВАРЯ, ПЯТНИЦА**

«ВЕЧЕР БАЛЕТОВ ВЛАДИМИРА БУРМЕЙСТЕРА» (12+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 18.30

«ПАПА» (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.30

«БРАЧНЫЙ ДОГОВОР» (комедия) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.30

«ДЕТИ ВОЙНЫ» (12+)

САМАРСКИЙ ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ ТЕАТР, 18.30

**23 ЯНВАРЯ, СУББОТА**

«ГОРОДОК В ТАБАКЕРКЕ» (6+)

«ЛУКОМОРЬЕ», 11.00, 13.00

«ЩЕНОК» (6+)

«ГОРОД», 12.00

«ИГРАЕМ БИДСТРУПА» (театральная клоунада) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 13.00

«ГОРЕ ОТ УМА» (16+)

«САМАРТ», 17.00

«ЛЮБИМЕЦ ПУБЛИКИ» (комедия) (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.00

«ЭЛЬЯ И МАРГАРИТА» (лирическая комедия) (16+)

«КАМЕРНАЯ СЦЕНА», 18.00

«БРАЧНЫЙ ДОГОВОР» (комедия) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.00

«ЛЕТНИЕ ОСЫ КУСАЮТ НАС ДАЖЕ В НОЯБРЕ» (18+)

«МЕСТО ДЕЙСТВИЯ», 18.00

«МОЙ ПАПА - ПИТЕР ПЭН» (12+)

«ГОРОД», 18.00

«ВЕЧЕР БАЛЕТОВ ВЛАДИМИРА БУРМЕЙСТЕРА» (12+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 18.30

«БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА» (16+)

«МАСТЕРСКАЯ», 18.30

**24 ЯНВАРЯ, ВОСКРЕСЕНЬЕ**

«УРОК ВЕСЕЛЫХ МУЗЫКАНТОВ» (6+)

ТЕАТР КУКОЛ, 10.30, 13.00

«ГОРОДОК В ТАБАКЕРКЕ» (6+)

«ЛУКОМОРЬЕ», 11.00, 13.00

«ПО ЗЕЛЕНЫМ ХОЛМАМ ОКЕАНА» (музыкальная сказка) (6+)

«ГОРОД», 12.00

«РОДДОМ» (комедия) (18+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 13.00

«ГОРЕ ОТ УМА» (16+)

«САМАРТ», 17.00

«АМАДЕУС» (16+)

ТЕАТР ДРАМЫ, 18.00

«ЭЛЬЯ И МАРГАРИТА» (лирическая комедия) (16+)

«КАМЕРНАЯ СЦЕНА», 18.00

«БРАЧНЫЙ ДОГОВОР» (комедия) (12+)

«САМАРСКАЯ ПЛОЩАДЬ», 18.00

«ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН» (опера) (12+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 18.30

## КОНЦЕРТЫ

**18 ЯНВАРЯ, ПОНЕДЕЛЬНИК**

«КОСМИЧЕСКИЕ ФАНТАЗИИ» (12+)

ФИЛАРМОНИЯ, 18.30

КОНСТАНТИН ЕМЕЛЬЯНОВ (фортепиано) (12+)

ФИЛАРМОНИЯ, 18.30

**19 ЯНВАРЯ, ВТОРНИК**

«МОРОЗ И СОЛНЦЕ» (12+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 18.30

**20 ЯНВАРЯ, СРЕДА**

«В АВАНГАРДЕ ЭПОХИ» (проект филармонии и Третьяковки в Самаре) (12+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 18.30

**21 ЯНВАРЯ, ЧЕТВЕРГ**

«СКАЗКИ ДЕДУШКИ МОРОЗКО» (0+)

ТЕАТР ОПЕРЫ И БАЛЕТА, 10.30, 13.00

## ВЫСТАВКА

Татьяна Гриднева

13 января, в день рождения губернии, в областной универсальной научной библиотеке состоялось открытие выставки «Пространство самарского времени». Это часть проекта, который охватит весь исторический период существования нашего региона.

Общее название - «Самарская губерния: Люди. События. Символы». Проект, подобно летописи, состоит из трех «томов». Первый рассказывает о дореволюционной Самаре. На экспозиции в отделе искусств библиотеки можно увидеть копии и подлинники документов. Здесь - указ императора Николая I от 6 декабря 1850 года, который гласил: «Образовать на левом берегу Волги новую губернию, под названием Самарской, в которой городу Самаре быть губернским городом». Здесь же - первая карта только что образованного края, газетные статьи, афиши, рекламирующие проезд в наш город великого русского певца Федора Шаляпина, и многое другое.

Созданный при губернаторе Константине Гроде «кабинет для чтения» с самого своего основания вел подборку самарской прессы. Ценнейшие экземпляры хранятся сегодня в фондах СОУНБ. Их статьи рисуют подлинную жизнь губернской столицы и всего нашего края. Сотрудники библиотеки отобрали наиболее интересные из них, посвященные знаковым событиям. Страницы первой газеты «Самарские губернские ведомости» пишут о шагах властей по укреплению и объединению семи уездов, выделенных из состава Оренбургской, Саратовской и Симбирской губерний в единую территорию. Журналисты рассказывают об указах губернатора Степана Волховского, о деловой и светской жизни.

Первый номер «Ведомостей» вышел 5 января 1852 года. В течение 15 лет эта газета была единственным городским периодическим печатным органом. А с 1867 года начали выходить «Самарские епархиальные ведомости» и «Самарский справочный листок». Рядом с пожелтевшими полосами периодических изданий находятся первые адрес-календари. В них в алфавитном порядке перечислены жители Самары - с указанием домашнего адреса и рода занятий. Тут же труды нашего первого историографа Петра Алабина, посвященные юбилейным датам губернии и ее столицы.



## Люди, события, СИМВОЛЫ

К 170-летию Самарской губернии



«Самарская газета», издаваемая с 1884 года, подробно описывает деятельность первого в Российской империи земства. Рассказано о дебютном его заседании в доме Путилова, бывшем дворянском собрании. Освещаются замечательные проекты земского собрания: создание крупнейшей больницы, ныне носящей имя Николая Пирогова, основание Пастеровской станции, учительского института и другие.

Здесь же собраны публикации членов городского общества врачей и отчеты о деятельности бактериологической лаборатории и больницы.

Газета анонсирует открытие 5 мая 1858 года первой в мире кумысолечебницы, в которой доктор Нестор Постников успешно применял свою научную методику исцеления. В нашу губернию приезжали с надеждой больные туберкулезом из Германии, Франции, Италии, Англии и Португалии, а также множество знаменитых деятелей науки и культуры Российской империи

и даже представители правящей династии Романовых. О самарском кумысе писали многие. Эти заметки и брошюры также сохранены архивариусами библиотеки.

Экспозиция «Пространство самарского времени. Том первый» знакомит и с историей Самарского знамени, которое стало священной реликвией болгарского народа. Много материалов посвящено строительству Самаро-Златоустовской железной дороги и ее развитию - вплоть до вхождения в качестве составной части в Транссибирскую магистраль. Рассказывается о возведении крупнейшего в ту пору в Европе Александровского моста через Волгу.

Все печатные материалы разложены на столах, их можно рассмотреть. Или почитать на интерактивных экранах, установленных в зале. Гости библиотеки могут получить в подарок оригинальные копии газеты «Самарские губернские ведомости».

Экспозиция продлится до 28 февраля (12+).

## КИНО

«НЕ ЛЕЧИ МЕНЯ» (комедия) (16+)  
«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«НЕБЕСА ПОДОЖДУТ» (комедия) (16+)  
«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ»  
«ЗАКЛЯТЬЕ. ДРУГАЯ СТОРОНА» (ужасы) (18+)  
«КИНОМОСТ»



«САМОЕ ПЕРВОЕ РОЖДЕСТВО» (комедия) (12+)

«КАРО ФИЛЬМ», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«ОБЫКНОВЕННАЯ СТРАСТЬ» (мелодрама) (18+)

«КАРО ФИЛЬМ», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«С ДНЕМ СМЕРТИ» (детектив) (18+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«ЧУДО-ЖЕНЩИНА 1984» (фэнтези) (12+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«АСТРАЛ. ОНЛАЙН» (ужасы) (16+)

«ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«ДЕВУШКА, ПОДАЮЩАЯ НАДЕЖДЫ» (триллер) (18+)

«ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«ДЕНЬ ГОРОДА» (комедия) (16+)

«ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«ДУША» (мультфильм) (6+)

«КАРО ФИЛЬМ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«ПТИЦА В КЛЕТКЕ. ЗАРАЖЕНИЕ» (триллер) (16+)

«ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«КОНЫ ЮЛИИ И БОЛЬШИЕ СКАЧКИ» (мультфильм) (6+)

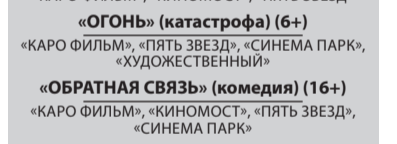
«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК»  
«ПОСЛЕДНИЙ БОГАТЫРЬ: КОРЕНЬ ЗЛА» (приключения) (6+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«ОХОТА НА САНТУ» (фэнтези) (18+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД»  
«ОГОНЬ» (катастрофа) (6+)

«КАРО ФИЛЬМ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ» (комедия) (16+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК»



«РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ» (комедия) (16+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ»  
«СЕМЕЙКА КРУДС: НОВОСЕЛЬЕ» (мультфильм) (6+)

«КАРО ФИЛЬМ», «КИНОМОСТ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»  
«НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2» (комедия) (16+)

«КАРО ФИЛЬМ»  
«СЕРЕБРЯНЫЕ КОНЬКИ» (приключения) (6+)

«КАРО ФИЛЬМ», «ПЯТЬ ЗВЕЗД», «СИНЕМА ПАРК», «ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ»

## ВЫСТАВКИ

«СТАРИННАЯ ЯПОНСКАЯ ФОТОГРАФИЯ» (0+)

МУЗЕЙ МОДЕРНА, ДО 24 ЯНВАРЯ

«ВОТЬ» (6+)

Персональная выставка

Владимира Потапова

ХУДОЖЕСТВЕННЫЙ МУЗЕЙ, ДО 31 ЯНВАРЯ







## ТВ программа

ВТОРНИК, 19 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	МАТЧ ТВ	ПЯТЫЙ КАНАЛ	ОТР
05.00, 09.15 Доброе утро	05.00, 09.30 Утро России	07.00, 09.55, 13.00, 14.45, 16.25, 20.20, 22.50 Новости	06.00, 10.00, 14.00, 18.30, 04.20 Известия	07.00 Д/ф «Лето Господне. Крещение» (12+)
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости	09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести - Самара	07.05, 13.05, 15.45, 23.00, 01.30 Все на «Матч!». Прямой эфир	06.25, 07.05, 07.55, 08.50, 09.45, 10.25, 11.05, 12.05, 13.00 Т/с «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ» (16+)	07.25, 18.05, 03.45 Д/ф «Пять причин поехать в...» (12+)
09.40 Жить здорово! (16+)	09.55 О самом главном (12+)	10.00 Профессиональный бокс. Артуро Гатти против Карлоса Балдомира. Трансляция из США (16+)	14.25, 15.20, 16.20, 17.20 Т/с «ВЫЖИТЬ ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ» (16+)	07.35, 18.20, 19.05 Т/с «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ» (16+)
10.50 Модный приговор (6+)	11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести	11.00 В центре событий (12+)	18.45, 19.35 Т/с «ТАКАЯ РАБОТА» (16+)	09.05 М/ф «Гора самоцветов» (0+)
12.10 Время покажет (16+)	11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым (12+)	12.00 ЕвроФутбол. Обзор (0+)	20.25, 21.05, 21.40, 22.30, 23.20, 01.30 Т/с «СЛЕД» (16+)	09.20, 16.15 Календарь (12+)
15.15, 02.25, 03.05 Давай поженимся! (16+)	12.40, 18.40 60 минут (12+)	13.45 Смешанные единоборства. Bellator. Джулия Бадд против Кристианы «Сайборг» Жустино. Трансляция из США (16+)	00.10 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+)	10.10, 17.05, 04.40 Врачи (12+)
16.00, 03.15 Мужское / Женское (16+)	14.55 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)	14.50 Тайны боевых искусств. Израиль (16+)	01.00 Известия. Итоговый выпуск	10.35, 17.35 Среда обитания (12+)
18.00 Вечерние новости	17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)	16.30, 04.35 Зимние виды спорта. Обзор (0+)	02.15, 03.00, 03.30, 03.55, 04.30, 04.55, 05.30 Т/с «ДЕТЕКТИВЫ» (16+)	11.00, 13.00, 14.00, 16.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 23.00 Новости
18.40 На самом деле (16+)	21.20 Т/с «СКЛИФОВСКИЙ» (12+)	17.30 Все на хоккей! (12+)		11.10, 23.05 Т/с «ДЕТИ АРБАТА» (12+)
19.45 Пусть говорят (16+)	23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	17.55 Хоккей. КХЛ. «Металлург» (Магнитогорск) - «Локомотив» (Ярославль). Прямая трансляция		13.10, 14.20, 21.05 ОТражение (12+)
21.00 Время	02.20 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (12+)	20.25 Хоккей. КХЛ. ЦСКА - «Спартак» (Москва). Прямая трансляция		20.20, 00.45, 04.00 Прав!Да? (12+)
21.30 Т/с «ИЩЕЙКА» (12+)	04.05 Т/с «РАЯ ЗНАЕТ» (12+)	23.25 Футбол. Чемпионат Германии. «Байер» - «Боруссия» (Дортмунд). Прямая трансляция		01.30 Гамбургский счет (12+)
22.30 Док-ток (16+)		02.35 Волейбол. Открытый чемпионат России «Суперлига Париматч». Женщины. «Динамо» (Москва) - «Локомотив» (Калининградская область) (0+)		02.00 ОТражение (12+)
23.30 Япония. Обратная сторона кимоно (18+)		06.05 Тайны боевых искусств. Бразилия (16+)		05.05 Домашние животные (12+)
00.30 Гарик Сукачев. То, что во мне (18+)				05.35 Легенды Крыма (12+)
				06.05 Большая страна (12+)
РОССИЯ КУЛЬТУРА	РОССИЯ 24	НТВ	КАРУСЕЛЬ	ТВ-ЦЕНТР
07.30, 08.00, 08.30, 11.00, 16.00, 20.30, 00.40 Новости культуры	06.00, 07.00, 07.15, 07.30, 07.40, 08.00, 08.15, 08.30, 08.40, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Вести (12+)	05.30 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)	06.00 Ранние пташки (0+)	07.00 Настроение
07.35 Лето Господне (12+)		09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.30 Сегодня	07.55, 08.30 Жужжалка (0+)	09.10 Доктор И... (16+)
08.05, 21.05 Правила жизни (12+)		09.25, 11.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)	08.00 С добрым утром, малыши! (0+)	09.45 Х/ф «ЖЕНАТЫЙ ХОЛОСТЯК» (12+)
08.35, 19.40, 01.00 Д/ф «Настоящая война престолов» (12+)	06.30 Футбол России (12+)	14.25 Чрезвычайное происшествие (16+)	08.40 М/с «Маша и Медведь» (0+)	11.35, 05.40 Д/ф «Виталий Соломин. Я принадлежу сам себе...» (12+)
09.25 Легенды мирового кино (12+)	07.05, 07.35, 08.05, 08.35, 08.45, 09.20, 10.20, 11.25, 12.25, 16.30, 18.20, 22.20 Экономика (12+)	15.00 Место встречи (16+)	09.30 М/с «Китти не кошка» (6+)	12.30, 15.30, 18.50, 23.00, 01.00 События
10.00, 17.35 Х/ф «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ» (12+)		17.25 ДНК (16+)	09.55 М/с «Лунтик и его друзья» (0+)	12.50, 04.10 Т/с «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» (12+)
11.15 Наблюдатель (12+)		19.30, 20.40 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)	10.35 М/ф «Вовка в тридевятом царстве» (0+)	14.40, 06.20 Мой герой. Дмитрий Шевченко (12+)
12.10, 01.50 Д/ф «Мир Улановой» (12+)	07.20, 08.20, 09.35, 10.35 Спорт (12+)	22.20 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» (16+)	10.55 М/ф «Петя и Красная Шапочка» (0+)	15.50 Город новостей
13.20, 23.15 Т/с «ИДИОТ» (12+)	07.45, 11.50, 13.50, 01.50, 04.50 Мобильный репортер (12+)	00.45 Х/ф «ЛЕДОКОЛ» (12+)	11.15 М/с «Фиксики» (0+)	16.05 Т/с «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА» (12+)
14.15 Х/ф «АПОСТОЛ ПАВЕЛ» (12+)		03.05 Место встречи (16+)	11.45 Лапы, морды и хвосты. О собаках (0+)	17.55 90-е. Граждане барыги! (16+)
15.15 Острова (12+)		04.50 Т/с «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)	12.10 М/с «Шаранавты. Герои космоса» (6+)	19.10 Х/ф «СПЕЦЫ» (16+)
16.05 Новости, подробно, книги (12+)	07.50, 08.50, 09.50, 12.50 Погода24 (12+)		12.45 М/с «Роботы-поезда» (0+)	23.35 Осторожно, мошенники! Шоппинг вслепую (16+)
16.20 Эрмитаж (12+)	09.45, 11.45 Вести.net (12+)		13.15 М/с «Тобот Атлон» (6+)	00.05, 02.35 Д/ф «Вадим Мулерман. Война с Кобзоном» (16+)
16.50 Сати. Нескучная классика... (12+)			13.40 М/с «Бен-10» (12+)	01.35, 03.55 Петровка, 38 (16+)
18.35 Зальцбургский фестиваль (12+)	10.45, 15.40, 02.40 Гость (12+)		14.10 М/с «Ниндзяго» (6+)	01.55 Прощание. Юрий Никулин (16+)
19.30 Цвет времени (12+)	12.40, 13.35, 16.40, 01.35, 04.35 Репортаж (12+)		14.30 М/с «Белка и Стрелка. Тайны космоса» (0+)	03.15 Д/ф «Третий рейх» (12+)
20.45 Главная роль (12+)	13.30, 17.35, 23.35 Погода (12+)		14.55 М/с «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)	
21.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)	14.40, 17.40, 20.40, 23.45 WWW (12+)		15.00 Навигатор. Новости (0+)	
21.50 Искусственный отбор (12+)	18.30, 22.30, 05.30 Вести. Дежурная часть		15.10 М/с «Семья Трефликов» (0+)	
22.30 Белая студия (12+)	19.00 Факты (12+)		15.30 М/с «Ник-изобретатель» (0+)	
00.10 Д/ф «Проявления Павла Каплевича» (12+)	21.30 Экономика. Курс дня (12+)		16.40 Танцоры (0+)	
03.00 Профилактика			17.00 Курьез не всерьез! (0+)	

## АНОНС Новые поступления в библиотеку

## Вдохновение вокруг нас

## Поэзия и путешествия во времени

Самарская областная универсальная научная библиотека приглашает за новыми книгами. Большой выбор литературы, недавно пополнившей фонды, ждет читателей в отделе абонемента (улица Мичурина, 58).

Ирина Кириллова

## «Веселая наука». Максим Амелин (0+)

Отдельное иллюстрированное издание поэмы в жанре фэнтези, написанной по мотивам народных легенд о московском чародее Брюсе. Его прототипом стал один из ближайших сподвижников Петра I - полководец, дипломат и ученый, проявивший свои таланты в разных областях знаний и навыков, генерал-фельдцейхмейстер граф Яков Вилимович Брюс (1669 - 1735). Невероятные события разворачиваются в Санкт-Петербурге и Москве, на земле и в небесах, в прошлом и в будущем.

## «Псоглавцы». Алексей Иванов (18+)

Трое молодых москвичей приезжают на халтурку в глухую деревню Поволжья. Им надо снять со стены заброшенной церкви погибающую фреску. На ней - еретическое изображение святого Христофора с головой



собаки. Оказывается, деревня в старину была раскольничьим скитом, а халтурка - опыт таинственных дэнжерологов, саперов мировой культуры. И во мгле торфяных пожаров утраченная историческая память порождает жуткого Псоглавца - то ли демона раскольников, то ли бога лагерной охраны. Это жанровый роман, ужастик про оборотней. Новая деревенская проза. Стилизация под веб-серфинг по теме русского раскола. Но в целом «Псоглавцы» - история про незримые границы культуры и стражей этих границ. У любого общества есть определенный круг убеждений, и человеку не позволено покидать его. А если уж кто осмеливается выйти за священный предел, то в погоню за ним кидаются чудовища.

## «Концертмейстер». Максим Замшев (16+)

Год 1947-й. Медработник Людмила Гудкова крадет из больницы морфий для своего друга, композитора Александра Лапшина. Год 1951-й. Майор МГБ Апполинарий Отпевалов арестован как соучастник врага народа, бывшего руководителя МГБ СССР Виктора Абакумова, но вскоре освобожден без объяснения причин. Год 1974-й. Органы госбезопасности СССР раскрывают сеть распространителей антисоветской литературы в городе Владимире. Год 1985-й. Пианист Арсений Храповицкий звонит в дверь собственной квартиры, где он не решался появиться более десяти лет. Каким таинственным образом связаны между собой эти события? Как перебороть себя и сохранить в себе свет, когда кругом одна тьма?

## «Сны о Чуне». Дмитрий Воденников (16+)

Дмитрий Воденников - известный поэт и блестящий эссеист, автор и ведущий, хозяин таксы Чуни, за жизнью которой вот уже несколько лет следит весь фейсбук. «Сны о Чуне» - концентрация слова и мысли. Воденников шутя рассказывает о главном и важном, для себя в частности и для всех в общем. О гениях и простых радостях, о боли и вечных ценностях, о любви и том человеческом (а иногда и собачьем), что есть в каждом.

## «Стихи обо всем». Дмитрий Воденников (16+)

Поэт - человек, который слышит слово. Слово - то, что отличает нас от животных. А с другой стороны, поэт - одно из самых древних животных со времен гибели динозавров. Маленький зверек. В сущности - крыса. Он первым чувствует приближение катастрофы. Только бежать с корабля ему некуда. Пусть не будет катастроф. С остальным мы справимся.

## ТЕРРА-РЕН ТВ

06.00, 05.40 Территория заблуждений (16+)  
 07.00 Документальный проект (16+)  
 08.00 С бодрым утром! (16+)  
 09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости (16+)  
 10.00, 16.00 Д/ф «Засекреченные списки» (16+)  
 12.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым (16+)  
 13.00, 17.00, 20.00 112 (16+)  
 14.00 Загадки человечества с Олегом Шишкиным (16+)  
 15.00 Невероятно интересные истории (16+)  
 18.00, 04.00 Тайны Чапман (16+)  
 19.00, 03.15 Самые шокирующие гипотезы (16+)  
 21.00 Х/ф «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ» (12+)  
 23.05 Водить по-русски (16+)  
 00.30 Знаете ли вы, что? (16+)  
 01.30 Х/ф «КОЛОНИЯ» (16+)

## ГУБЕРНИЯ

06.00, 18.30, 20.30, 00.00 «Новости губернии» (12+)  
 06.05 «Человек мира. Зимбабве. Первое знакомство» (12+)  
 06.30, 14.30 «Слово прокурору» (12+)  
 06.45, 14.20 «Школа здоровья» (16+)  
 07.00 «Утро губернии» (12+)  
 09.05, 14.05, 20.10 Ток-шоу «О чем говорят» (12+)  
 09.20 «Мультимир» (6+)  
 10.00, 00.30 «ЕСЛИ НАМ СУДЬБА» (16+)  
 11.00, 01.50 Т/с «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ» (12+)  
 13.05 Т/с «ТЕНЬ САМУРАЯ» (16+)  
 14.45 «Писатели России» (12+)  
 15.00, 03.05 Т/с «КАПИТАН ГОРДЕЕВ» (16+)  
 16.00 «2+2. Путешествие с детьми» (12+)  
 16.50 «Среда обитания» (12+)  
 17.00, 05.10 Т/с «КРЫША МИРА» (16+)  
 18.00 «Человек мира. Марокко. Замок из песка. Часть 1» (12+)  
 18.50 «На защите ваших прав» (16+)  
 19.05 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК» (16+)  
 21.05 «Территория Тольятти» (12+)  
 21.20 Т/с «АННА ГЕРМАН» (12+)  
 22.15 Х/ф «УЧЕНИК МАСТЕРА» (16+)  
 01.20 «Своими ногами» (12+)  
 04.55 «Неограниченные возможности» (12+)

## СТС

08.00, 07.50 Ералаш (0+)  
 08.15 М/с «Спирит. Дух свободы» (6+)  
 09.00 М/с «Том и Джерри» (0+)  
 09.35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» (6+)  
 10.00, 21.00 Миша портит все (16+)  
 11.00 Т/с «ПСИХОЛОГИНИ» (16+)  
 12.00 «Уральские пельмени». СмехBook (16+)  
 12.05 Х/ф «ТЕЛЕКИНЕЗ» (16+)  
 14.05 Т/с «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (16+)  
 18.55 Т/с «РОДКОМ» (16+)  
 22.00 Х/ф «ДИВЕРГЕНТ» (12+)  
 00.50 Х/ф «ТРИ ИКС» (16+)  
 03.10 Русские не смеются (16+)  
 04.10 М/ф «Квартирка Джо» (12+)  
 05.25 Т/с «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» (12+)  
 06.55 б кадров (16+)  
 07.40 М/ф «Ежик в тумане» (0+)

## ЗВЕЗДА

07.00 Сегодня утром (12+)  
 09.00, 14.00, 19.00, 22.15 Новости дня  
 09.20, 19.30 Специальный репортаж (12+)  
 09.40 Д/ф «Легенды госбезопасности. Виталий Коротков. Тайны послевоенного Берлина» (16+)  
 10.25, 11.05, 14.15, 15.05 Т/с «СОБР» (16+)  
 11.00, 15.00 Военные новости  
 19.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)  
 20.40 Легенды армии (12+)  
 21.25 Улика из прошлого (16+)  
 22.25 Открытый эфир (12+)  
 00.05 Между тем (12+)  
 00.40 Х/ф «КОНЕЦ ИМПЕРАТОРА ТАЙГИ» (0+)  
 02.20 Х/ф «СЕМЕН ДЕЖНЕВ» (6+)  
 03.40 Х/ф «ПРЕДЛАГАЮ РУКУ И СЕРДЦЕ» (12+)  
 05.05 Х/ф «ПРАВДА ЛЕЙТЕНАНТА КЛИМОВА» (12+)  
 06.30 Д/с «Москва фронту» (12+)

## ДОМАШНИЙ

08.30, 07.25 По делам несовершеннолетних (16+)  
 10.00 Давай разведемся! (16+)  
 11.10, 05.45 Тест на отцовство (16+)  
 13.20, 04.55 Д/ф «Реальная мистика» (16+)  
 14.25, 04.05 Д/ф «Понять. Простить» (16+)  
 15.30 Д/ф «Порча» (16+)  
 16.00, 03.35 Д/ф «Знахарка» (16+)  
 16.30, 21.00 Т/с «ЦЫГАНКА» (16+)  
 01.30 Т/с «ПОДКИДЫШИ» (16+)  
 08.15 б кадров (16+)

## ГИС

## САМАРА ГИС

## «Разговор по душам»

В студии программы «Разговор по душам» врач-психотерапевт Алексей Зотов в формате прямого эфира ответит на вопросы телезрителей. Начало эфира в 18:15. Вопросы задавайте по тел. (846) 202-11-22 и в наших соцсетях (16+).

## «Мастер спорта»

Самарские спортсмены провели первые игры после новогодних каникул. Баскетболисты клуба «Самара» сыграли матчи в Суперлиге, а хоккеисты - в ВХЛ. Подробности в программе «Мастер спорта» в 19:45 (12+).

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 14.00, 15.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 00.00, 03.00 Информационная программа «События» (12+)  
 06.30, 14.35, 03.30 Д/ф «Живые символы планеты» (12+)  
 07.30 Просто о вере (0+)  
 08.30, 14.05 М/с «С.О.Б.Е.З.» (6+)  
 08.45, 14.20 Д/ф «Академия Стеклашкина» (6+)  
 09.30, 04.45 «Лекарства, которые спасли мир» (12+)  
 10.00, 15.15, 02.15 «ПРИНЦ СИБИРИ» (12+)  
 10.50, 16.10 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+)  
 11.40, 17.20, 05.10 Т/с «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» (16+)  
 12.30, 20.30 Территория права (повтор) (12+)  
 13.05, 23.15 Д/ф «Прокуроры-5. Крысиные тропы в Новый Свет» (12+)  
 13.50, 18.45 Д/с «И в шутку, и всерьез» (6+)  
 18.15 Спик-шоу «Город-С». Разговор по душам (16+)  
 19.30 Город, история, события (12+)  
 19.45 Мастер спорта (12+)  
 21.30 Х/ф «ИСПЫТАНИЕ» (16+)  
 00.30 Х/ф «МОСКВА - ГЕНУЯ» (16+)  
 03.55 Живая музыка (0+)

## ТВЗ

07.00, 06.45 Мультфильмы (0+)  
 10.30, 11.05, 11.40, 12.15, 18.25, 19.00 Т/с «СЛЕПАЯ» (16+)  
 12.50, 13.25, 14.00, 14.35, 16.45, 17.20, 17.55 Т/с «ГАДАЛКА» (16+)  
 15.40 Мистические истории (16+)  
 19.30, 20.30 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ» (16+)  
 21.30, 22.15, 23.10 Т/с «МЕНТАЛИСТ» (12+)  
 00.00 Х/ф «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА» (16+)  
 02.30 Знахарки (16+)  
 03.15 Сверхъестественный отбор (16+)  
 04.00 Исповедь экстрасенса (16+)  
 04.45, 05.30 Городские легенды (16+)  
 06.15 Охотники за привидениями. Битва за Москву (16+)

## МИР

06.00 Х/ф «БЕЛЫЙ КЛЫК» (0+)  
 06.45 Т/с «НЕПОБЕДИМЫЙ» (16+)  
 10.50, 11.10, 19.15, 20.25 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-2» (16+)  
 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 01.00 Новости «События» (12+)  
 14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)  
 15.10, 18.15, 04.00 Дела судебные. Битва за будущее (16+)  
 16.05, 04.45 Дела судебные. Новые истории (16+)  
 17.15 Мировое соглашение (16+)  
 22.40 Игра в кино (12+)  
 23.25 Назад в будущее (12+)  
 00.20 Всемирные игры разума (12+)  
 01.15 Т/с «САДОВОЕ КОЛЬЦО» (12+)  
 05.30 Х/ф «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА» (0+)

## СПАС

06.00, 01.20 День Патриарха (0+)  
 06.10, 05.15 Мультфильмы на «Спасе» (0+)  
 07.00, 09.00 Утро на «Спасе» (0+)  
 11.00 Божественная литургия. Прямая трансляция (0+)  
 14.00 Дорога (0+)  
 15.00, 15.30 Монастырская кухня (0+)  
 16.00, 01.35 Реакция (12+)  
 16.50, 00.50 Иоанн Креститель. Цикл «Пророки» (12+)  
 17.20 Свидетельство о любви (12+)  
 18.55, 22.20 Т/с «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА» (12+)  
 20.30, 02.15 Новый день. Новости на «Спасе» (0+)  
 21.20 Прямая линия. Ответ священника (0+)  
 23.35 Мама (12+)  
 03.00 В поисках Бога (12+)  
 03.25 Не верю! Разговор с атеистом (16+)  
 04.15 Простые чудеса (12+)  
 05.00 Крещение Господне (12+)  
 05.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук (0+)

## СКАТ-ТНТ

07.00, 07.30 ТНТ. Gold (16+)  
 08.00 Битва дизайнеров (16+)  
 08.30, 09.00, 09.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 20.00, 20.30 Т/с «САШАТАНЯ» (16+)  
 10.00 Бородина против Бузовой (16+)  
 11.00, 11.30, 12.00, 12.30 Т/с «ОЛЬГА» (16+)  
 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+)  
 21.00, 21.30 Т/с «ГУСАР» (16+)  
 22.00 Импровизация. Дайджесты - 2021 (16+)  
 23.00 Женский стендап (16+)  
 00.00, 00.30 ХБ (16+)  
 01.00, 02.00 Импровизация (16+)  
 03.00 Comedy Баттл (16+)  
 03.55, 04.45 Открытый микрофон (16+)  
 05.35, 06.05, 06.30 ТНТ. Best (16+)

## ЛИТЕРАТУРА Электронные книги

## ОРАТОРСКОЕ ИСКУССТВО

Как научиться говорить на профессиональном уровне

Самарская областная научная библиотека предлагает новинки, доступные на различных электронных ресурсах. Книги могут читать бесплатно все желающие, достаточно зарегистрироваться на сайте библиотеки.

Ирина Кириллова

**«Искусство сторителлинга. Как создавать истории, которые попадут в самое сердце аудитории».** Кармин Галло (16+)



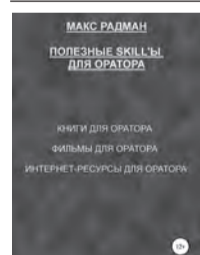
Кармин Галло, автор бестселлеров по коммуникациям, убежден, что одна яркая и эмоциональная история способна вдохновить других лучше любой презентации в PowerPoint. И на страницах этой книги он рассказывает, как впечатляюще продемонстрировать себя, идею или бизнес, используя лишь один инструмент - сторителлинг. С его помощью можно решить сразу три задачи: проинформировать, просветить и вдохновить. Дана подробная инструкция, как сделать так, чтобы рассказанные вами истории рождали доверие, подстегивали продажи и мотивировали людей, убеждая их выбирать желательный курс действий.

**«Как писать убедительно. Искусство аргументации в научных и научно-популярных работах».** Джеральд Графф, Кэти Биркенштайн (12+)



Авторы предлагают относиться к написанию научных и научно-популярных работ не как к изнурительному труду, а как к увлекательному и приятному занятию. Множество несложных шаблонов и эффективных приемов, которые они рекомендуют применять на разных этапах, позволяют справиться с замыслом любой сложности. Инструменты ведения полемики, описанные в книге, универсальны. Они помогут чувствовать себя уверенно при проведении презентаций, чтении докладов и во время самых острых и сложных дискуссий. Книга представляет собой практическое методическое пособие, которое может быть полезно не только научным работникам, пишущим статьи, доклады и диссертации, но и студентам, часто сталкивающимся с трудностями при создании рефератов, курсовых и дипломных работ.

**«Полезные skill'ы для оратора».** Макс Радман (12+)



Учиться ораторскому искусству можно везде. Есть разные интернет-ресурсы, книги, фильмы и так далее. Беда в том, что не у каждого есть время собрать воедино все эти полезные skill'ы. У автора время нашлось - и получилась книга. В ней списки нужных сайтов, приложений, литературы и так далее. А еще полезные упражнения.

**«Разговорный гипноз: практический курс».** Анвар Бакиров (16+)



Разговорный гипноз - это способ управления настроением собеседника и его состоянием. Притом каждый в большей или меньшей степени обладает этим навыком. Например, ребенок с первого

взгляда понимает, можно ли сейчас просить у мамы игрушку и подходящий ли это момент, чтобы рассказать о двойке. Анвар Бакиров, специалист по гипнозу и нейролингвистическому программированию, собрал в своей книге ценную информацию и практические советы по разговорному гипнозу. Как формировать у собеседника состояние открытости, как взять его под бессознательный контроль и ввести в транс. Есть упражнения, советы и рекомендации специалистов.

**«Битва за внимание. Как быть услышанным в эпоху инфошума».** Сергей Кузин (12+)



Эта книга о том, как владеть вниманием аудитории онлайн и офлайн. Она поможет всем, кто выступает публично, делает посты в соцсетях и публикует видео. Книга позволит не просто «зацепить» аудиторию, а удержать ее надолго. Интересно рассказать о скучном и просто о сложном. Говорить с теми, кто заранее решил вас не слушать. Держать внимание тех, на кого нельзя шикнуть. Незнакомая, равнодушная, статусная публика - автор научит, что делать с любой из них.



СРЕДА, 20 ЯНВАРЯ

ТВ программа

ТЕРРА-РЕН ТВ	СТС	ДОМАШНИЙ	ТВЗ	СПАС
06.00 Территория заблуждений (16+)	08.00, 07.50 Ералаш (0+)	08.30, 07.35 По делам	07.00 Мультфильмы (0+)	06.00, 01.35 День Патриарха (0+)
07.00, 11.00 Документальный проект (16+)	08.15 М/с «Спирит. Дух свободы» (6+)	несовершеннолетних (16+)	10.30, 11.05, 11.40, 12.15, 18.25, 19.00 Т/с	06.10, 05.15 Мультфильмы на «Спасе» (0+)
08.00 С бодрым утром! (16+)	09.00 М/с «Том и Джерри» (0+)	10.00 Давай разведемся! (16+)	«СЛЕПАЯ» (16+)	07.00, 07.30, 15.00, 15.30 Монастырская кухня (0+)
09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости (16+)	09.35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» (6+)	11.05, 05.55 Тест на отцовство (16+)	12.50, 13.25, 14.00, 14.35, 16.45, 17.20, 17.55	08.00, 10.00 Утро на «Спасе» (0+)
10.00 Знаете ли вы, что? (16+)	10.00, 21.00 Миша портит все (16+)	13.15, 05.00 Д/ф «Реальная мистика» (16+)	Т/с «ГАДАЛКА» (16+)	12.00 Святитель Феофан Затворник. Цикл «День Ангела» (0+)
12.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым (16+)	11.00 Т/с «ПСИХОЛОГИНИ» (16+)	14.25, 04.10 Д/ф «Понять. Простить» (16+)	15.40 Мистические истории (16+)	12.30, 21.20 Прямая линия. Ответ священника (0+)
13.00, 17.00, 20.00 112 (16+)	12.00 «Уральские пельмени». СмехBook (16+)	15.30 Д/ф «Порча» (16+)	19.30, 20.30 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ» (16+)	13.30 СВОЕ с Андреем Даниленко (6+)
14.00, 00.30 Загадки человечества с Олегом Шишкиным (16+)	12.20 Х/ф «ДИВЕРГЕНТ» (12+)	16.00, 03.40 Д/ф «Знахарка» (16+)	21.30, 22.15, 23.10 Т/с «МЕНТАЛИСТ» (12+)	14.00, 03.15 Не верю! Разговор с атеистом (16+)
15.00 Невероятно интересные истории (16+)	15.05 Т/с «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (16+)	16.30, 21.00 Т/с «ЦЫГАНКА» (16+)	00.00 Х/ф «САБОТАЖ» (18+)	16.00, 01.50 Реакция (12+)
16.00 Неизвестная история (16+)	18.55 Т/с «РОДКОМ» (16+)	01.35 Т/с «ПОДКИДЫШИ» (16+)	02.15 Знахарки (16+)	16.50 Золотое кольцо. Путешествие (12+)
18.00, 04.15 Тайны Чапман (16+)	22.00 Х/ф «ИНСУРГЕНТ» (12+)	08.25 б кадров (16+)	03.15 Сверхъестественный отбор (16+)	17.55 Мама (12+)
19.00, 03.30 Самые шокирующие гипотезы (16+)	00.15 Х/ф «ТРИ ИКСА-2. НОВЫЙ УРОВЕНЬ» (16+)		04.00 Исповедь экстрасенса (16+)	19.10, 22.20 Т/с «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА» (12+)
21.00 Х/ф «БАГРОВАЯ МЯТА» (16+)	02.15 Русские не смеются (16+)		04.45, 05.30, 06.15 Городские легенды (16+)	20.30, 02.30 Новый день. Новости на «Спасе» (0+)
22.55 Смотреть всем! (16+)	03.15 Х/ф «ДРАКУЛА БРЭМА СТОКЕРА» (18+)			23.45 Курск. Двадцать лет спустя. С Аркадием Мамонтовым (12+)
01.30 Х/ф «НЕВЕРОЯТНАЯ ЖИЗНЬ УОЛТЕРА МИТТИ» (12+)	05.25 Т/с «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» (12+)			00.35, 01.05 Дмитрий Донской. Государь. Воин. Отец (12+)
	06.55 б кадров (16+)			04.05 И будут двое... (12+)
	07.40 М/ф «Железные друзья» (0+)			05.00 Святой Иоанн Предтеча (12+)
				05.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук (0+)

САМАРСКАЯ  
ГАЗЕТА

ПОДПИСКА-2021

ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ!  
ЖДЕМ ВАС ВО ВСЕХ ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ!

ГУБЕРНИЯ	ЗВЕЗДА	ГИС	МИР	СКАТ-ТНТ
06.00, 18.30, 20.30, 00.00 «Новости губернии» (12+)	07.00 Сегодня утром (12+)	06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 14.00, 15.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 00.00, 03.00 Информационная программа «События» (12+)	06.00 Х/ф «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА» (0+)	07.00, 07.30 ТНТ. Gold (16+)
06.05 «Человек мира. Марокко. Замок из песка. Часть 1» (12+)	09.00, 14.00, 19.00, 22.15 Новости дня	06.30, 14.35, 03.30 Д/ф «Живые символы планеты» (12+)	07.00 Т/с «ИЗБРАННИЦА» (16+)	08.00 Новое утро (16+)
06.30 «Актуальное интервью» (12+)	09.15, 19.30 Специальный репортаж (12+)	07.30 Территория права (повтор) (12+)	10.50 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-2» (12+)	08.30, 09.00, 09.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 20.00, 20.30 Т/с «САШАТАНЯ» (16+)
06.45 «Территория Тольятти» (12+)	09.35 Д/ф «Легенды госбезопасности. Феликс Дзержинский. Слово чекиста» (16+)	08.30, 14.05 М/с «С.О.Б.Е.З.» (6+)	11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 01.00 Новости (16+)	10.00 Бородина против Бузовой (16+)
07.00 «Утро губернии» (12+)	10.25, 11.05, 14.15, 14.50, 15.05 Т/с «СОБР» (16+)	08.45, 14.20 Д/ф «Академия Стеклашкина» (6+)	11.10, 20.25, 19.15 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-2» (16+)	11.00, 11.30, 12.00, 12.30 Т/с «ОЛЬГА» (16+)
Профилактика оборудования	11.00, 15.00 Военные новости	09.30, 04.45 «Лекарства, которые спасли мир» (12+)	14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+)
17.00, 05.10 Т/с «КРЫША МИРА» (16+)	19.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)	10.00, 15.15, 02.15 «ПРИНЦ СИБИРИ» (12+)	15.10, 18.15, 04.00 Дела судебные. Битва за будущее (16+)	21.00, 21.30 Т/с «ГУСАР» (16+)
18.00 «Человек мира. Марокко. Замок из песка. Часть 2» (12+)	20.40 Последний день (12+)	10.50, 16.10 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+)	16.05, 04.45 Дела судебные. Новые истории (16+)	22.00 Двое на миллион (16+)
18.50 «Агрокурьер» (12+)	21.25 Д/с «Секретные материалы» (12+)	11.40, 17.20, 05.10 Т/с «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» (16+)	17.15 Мировое соглашение (16+)	23.00 Stand up (16+)
19.05 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК» (16+)	22.25 Открытый эфир (12+)	12.30, 20.30 Спик-шоу «Город-С». Разговор по душам (повтор) (16+)	22.40 Игра в кино (12+)	00.00, 00.30 ХБ (16+)
20.10 Ток-шоу «О чем говорят» (12+)	00.05 Между тем (12+)	13.05, 23.20 Д/ф «Теория заговора. Супермаркеты» (16+)	23.25 Назад в будущее (12+)	01.00, 02.00 Импровизация (16+)
21.05 «Поэты и музы» (12+)	00.40 Х/ф «ИНСПЕКТОР ГАИ» (12+)	13.45, 18.45 Д/с «И в шутку, и всерьез» (6+)	00.20 Всемирные игры разума (12+)	03.00 Comedy Баттл (16+)
21.20 Т/с «АННА ГЕРМАН» (12+)	02.10 Х/ф «НЕЗНАКОМЫЙ НАСЛЕДНИК» (0+)	18.15 Город-С. Самарская среда с Яном Налимовым (12+)	01.15 Т/с «САДОВОЕ КОЛЬЦО» (12+)	03.55, 04.45 Открытый микрофон (16+)
22.15 Х/ф «СЛАДКОЕ ПРОЩАНИЕ ВЕРЫ» (16+)	03.35 Х/ф «КОНЕЦ ИМПЕРАТОРА ТАЙГИ» (0+)	19.30 МоЁТВ (12+)	05.30 Х/ф «СВИНАРКА И ПАСТУХ» (0+)	05.35, 06.05, 06.30 ТНТ. Best (16+)
00.30 «ЕСЛИ НАМ СУДЬБА» (16+)	05.00 Х/ф «СЕМЕН ДЕЖНЕВ» (6+)	21.30 Х/ф «СОЛДАТСКИЙ ДЕКАМЕРОН» (16+)		
01.20 Х/ф «НЕ ИГРА» (16+)	06.15 Д/ф «Неизвестные самолеты» (0+)	00.30 Х/ф «ИСПЫТАНИЕ» (16+)		
03.05 Т/с «КАПИТАН ГОРДЕЕВ» (16+)		03.55 Живая музыка (0+)		
04.55 «Неограниченные возможности» (12+)				



## ДЕЙСТВИЯ В СЛУЧАЕ ЗАПАХА ГАЗА В ПОДЪЕЗДЕ



Недопустимо разжигание открытого огня и курение



Организовать интенсивное проветривание помещения: открыть окна, форточки, наружные двери



Отключать подачу газа, трогать краны и задвижки на общем газопроводе должны только специалисты



Организовать постоянное наблюдение из вне за подъездом, для соблюдения мер безопасности среди жильцов и прохожих



Запрещается включать (выключать) электрические приборы и освещение



При интенсивном запахе газа следует организованно покинуть помещение



Обратить внимание на припаркованные автомобили. Они могут являться источником искры или мешать проезду спецтранспорта

## ТВ программа

ЧЕТВЕРГ, 21 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	НТВ	ПЯТЫЙ КАНАЛ	ОТР
05.00, 09.15 Доброе утро	05.00, 09.30 Утро России	05.35 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)	06.00, 10.00, 14.00, 18.30, 04.25 Известия	07.00, 01.25 Активная среда (12+)
09.00, 12.00, 15.00, 03.00 Новости	09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести - Самара	09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 00.30 Сегодня	06.25, 07.05, 07.50, 08.40, 10.25, 11.20, 12.15, 13.15, 14.25 Т/с «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ» (16+)	07.25, 18.05, 03.45 Д/ф «Пять причин поехать в...» (12+)
09.40 Жить здорово! (16+)	09.55 О самом главном (12+)	09.25, 11.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)	09.35 День ангела (0+)	07.35, 18.20, 19.05 Т/с «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ» (16+)
10.50 Модный приговор (6+)	11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести	14.25 Чрезвычайное происшествие (16+)	14.40, 15.35, 16.35, 17.30 Т/с «ЛЕГАВЫЙ-2» (16+)	09.05 М/ф «Гора самоцветов» (0+)
12.10, 01.30, 03.05 Время покажет (16+)	11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым (12+)	15.00 Место встречи (16+)	18.45, 19.40 Т/с «ТАКАЯ РАБОТА» (16+)	09.20, 16.15 Календарь (12+)
15.15 Давай поженимся! (16+)	12.40, 18.40 60 минут (12+)	17.25 ДНК (16+)	20.25, 21.25, 22.25, 23.20, 01.30 Т/с «СЛЕД» (16+)	10.10, 17.05, 04.40 Врачи (12+)
16.00, 03.50 Мужское / Женское (16+)	14.55 Т/с «МОРОЗОВА» (16+)	19.30, 20.40 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)	00.10 Т/с «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЕРКА-3» (16+)	10.35, 17.35 Среда обитания (12+)
18.00 Вечерние новости	17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)	22.20 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» (16+)	01.00 Известия. Итоговый выпуск	11.00, 13.00, 14.00, 16.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 23.00 Новости
18.40 На самом деле (16+)	21.20 Т/с «СКЛИФОВСКИЙ» (12+)	00.45 Х/ф «СОБИБОР» (12+)	02.15, 03.00, 03.30, 04.00, 04.40, 05.05, 05.35 Т/с «ДЕТЕКТИВЫ» (16+)	11.10, 23.05 Т/с «ДЕТИ АРБАТА» (12+)
19.45 Пусть говорят (16+)	23.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)	03.00 Место встречи (16+)		12.00 Вспомнить все (12+)
21.00 Время	02.20 Т/с «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ» (12+)	04.45 Т/с «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)		12.10, 23.55 Х/ф «ПРАЗДНИК НЕПТУНА» (12+)
21.30 Т/с «ИЩЕЙКА» (12+)	04.05 Т/с «РАЯ ЗНАЕТ» (12+)			13.10, 14.20, 21.05 Отражение (12+)
22.30 Большая игра (16+)				20.20, 00.45, 04.00 Прав!Да? (12+)
23.30 Япония. Обратная сторона кимоно (18+)				02.00 ОТРАЖЕНИЕ (12+)
00.30 Неизвестная Антарктида. Миллион лет назад (12+)				05.05 Домашние животные (12+)
				05.35 Легенды Крыма (12+)
				06.05 За дело! (12+)
				06.45 От прав к возможностям (12+)



ПОДПИСКА-2021

А ВЫ ПОДПИСАЛИСЬ НА «САМАРСКУЮ ГАЗЕТУ»?  
СПЕШИТЕ НА ПОЧТУ ИЛИ ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ НА САЙТЕ SGPRESS.RU

РОССИЯ КУЛЬТУРА	РОССИЯ 24	МАТЧ ТВ	КАРУСЕЛЬ	ТВ-ЦЕНТР
07.30, 08.00, 08.30, 11.00, 16.00, 20.30, 00.40 Новости культуры	06.00, 07.00, 07.15, 07.30, 07.40, 08.00, 08.15, 08.30, 08.40, 09.00, 10.00, 10.45, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 16.40, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Вести (12+)	07.00, 09.55, 13.00, 14.45, 16.25, 19.15, 22.25 Новости	06.00 Ранние пташки (0+)	07.00 Настроение
07.35 Пешком... (12+)	06.15, 12.40, 17.40, 20.40, 23.45, 04.40 Репортаж (12+)	07.05, 13.05, 15.45, 19.20, 22.35, 01.00 Все на «Матч!». Прямой эфир	07.55, 08.30 Жужжалка (0+)	09.10 Доктор И... (16+)
08.05, 21.05 Правила жизни (12+)	06.35 Геоэкономика (12+)	10.00 Профессиональный бокс. Сергей Липинец против Кастю Клейтона. Трансляция из США (16+)	08.00 М/с «Маша и Медведь» (0+)	09.40 Х/ф «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ» (12+)
08.35, 19.40, 01.00 Д/ф «Настоящая война престолов» (12+)	07.05, 07.35, 08.05, 08.35, 08.45, 09.20, 10.20, 11.15, 12.25, 16.30, 18.20, 22.20, 01.45 Экономика (12+)	11.00 В центре событий (12+)	09.30 М/с «Китти не кошка» (6+)	11.30, 05.35 Д/ф «Клара Лучко и Сергей Лукьянов. Украденное счастье» (12+)
09.30 Легенды мирового кино (12+)	07.20, 08.20, 09.35, 10.35 Спорт (12+)	12.00 ЕвроФутбол. Обзор (0+)	09.55 М/с «Лунтик и его друзья» (0+)	12.30, 15.30, 18.50, 23.00, 01.00 События
09.55, 17.35 Х/ф «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ» (12+)	07.45, 13.50, 01.50 Мобильный репортер (12+)	13.45 Смешанные единоборства. АМС Fight Nights. Алексей Махно против Давида Хачатряна. Максим Буторин против Артура Пронина. Трансляция из Москвы (16+)	10.35 М/ф «Мойдодыр» (0+)	12.50, 04.00 Т/с «ПУАРО АГАТЫ КРИСТИ» (12+)
11.15 Наблюдатель (12+)	07.50, 08.50, 09.50, 12.50 Погода24 (12+)	14.50 Тайны боевых искусств. Таиланд (16+)	10.55 М/ф «Тараканище» (0+)	14.40, 06.20 Мой герой. Владимир Мишуков (12+)
12.10, 01.50 XX век (12+)	09.45 Вести.net (12+)	16.30 Большой хоккей (12+)	11.45 Все, что вы хотели знать, но боялись спросить (6+)	15.00 Город новостей
13.25, 23.15 Т/с «ИДИОТ» (12+)	10.25, 17.35, 23.35 Погода (12+)	17.00 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины. Прямая трансляция из Италии	12.10 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» (0+)	16.05 Т/с «ЧИСТО МОСКОВСКИЕ УБИЙСТВА» (12+)
14.20 Абсолютный слух (12+)	11.30 Мнение (12+)	19.55 Хоккей. КХЛ. «Ак Барс» (Казань) - «Локомотив» (Ярославль). Прямая трансляция	12.45 М/с «Роботы-поезда» (0+)	17.55 90-е. Безработные звезды (16+)
15.05 Линия жизни (12+)	13.35, 04.25 Энергетика (12+)	22.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Панатинаикос» (Греция) - «Химки» (Россия). Прямая трансляция	13.15 М/с «Тобот Атлон» (6+)	19.15 Х/ф «СПЕЦЫ» (16+)
16.05 Новости, подробно, театр (12+)	15.40, 00.40, 02.40, 03.40 Гость (12+)	02.05 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины. Трансляция из Италии (0+)	13.40 М/с «Бен-10» (12+)	23.35 10 самых... Война со свекровью (16+)
16.20 Моя любовь - Россия! (12+)	18.30, 22.30, 05.30 Вести. Дежурная часть	04.05 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Зенит» (Россия) - «Анадолу Эфес» (Турция) (12+)	14.10 М/с «Ниндзяго» (6+)	00.05 Д/ф «Актерские драмы. Предательское лицо» (12+)
16.45 2 Верник 2 (12+)	19.00 Факты (12+)	06.05 Тайны боевых искусств. США (16+)	14.30 М/с «Белка и Стрелка. Тайны космоса» (0+)	01.35 Петровка, 38 (16+)
18.40, 03.00 Зальцбургский фестиваль (12+)	21.30 Экономика. Курс дня (12+)		14.55 М/с «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)	01.55 Дикае деньги. Юрий Айзеншпис (16+)
20.45 Главная роль (12+)			15.00 Навигатор. Новости (0+)	02.35 Д/ф «Приговор. Шахро Молодой» (16+)
21.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)			15.10 М/с «Семья Трефликов» (0+)	03.20 Д/ф «Третий рейх» (12+)
21.50 Д/ф «Лютики-цветочки «Женитьбы Бальзамина» (12+)			15.30 М/с «Ник-изобретатель» (0+)	
22.35 Энигма (12+)			16.40 Трам-пам-пам (0+)	
00.10 Д/ф «Проявления Павла Каплевича» (12+)			17.05 Курьез не всерьез! (0+)	
			17.10 М/с «Царевны» (0+)	
			18.00 М/с «Кинди Кидс. Твои веселые подружки!» (0+)	
			18.05 М/с «Ми-Ми-Мишки» (0+)	
			19.25 М/с «Оранжевая корова» (0+)	
			20.15 М/с «Пластелинки» (0+)	
			20.20 М/с «Сказочный патруль» (0+)	
			21.15 М/с «Май Литтл Пони. Пони Лайф» (0+)	
			21.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)	
			21.45 М/с «Три кота» (0+)	
			23.30 М/с «Бакуган. Вооруженный альянс» (6+)	
			23.50 М/с «Приключения Ам Няма» (0+)	
			00.15 М/с «Гормити» (6+)	
			00.45 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (6+)	
			01.10 М/с «Элвин и бурундуки» (6+)	
			02.20 М/с «Инспектор Гаджет» (6+)	
			03.05 М/с «Котики, вперед!» (0+)	
			05.00 М/с «Пингвиненок Пороро» (0+)	

## РЕЦЕПТЫ

## 4 НИЗКОКАЛОРИЙНЫХ САЛАТА С ЦИТРУСОВЫМИ

Новогодние каникулы прошли, а лишние килограммы, как обычно, остались. И «что бы такого съесть, чтобы похудеть» из старой шутки превратилось в насущный вопрос. Нашли четыре рецепта интересных и низкокалорийных салатов, в которых есть цитрусовые - чтобы не забывать вкус праздника.



## Салат из лосося и мандаринов

Лосось свежий, филе - 300 г  
Мандарин с кислинкой - 3-5 шт.  
Руккола - горсть  
Салат корн - горсть  
Каперсы - 2 ст. л.  
Пармезан - 50 г  
Оливковое масло - 3 ст. л.  
Белый винный уксус - 2 ст. л.  
Соль - 1 ч. л.  
Сахар - 1 ч. л.  
Свежемолотый перец (лучше белый) - по вкусу

Накануне приготовления замаринуем рыбу. Очистим ее от кожи, натрем

смесью соли, сахара и перца, поместим в глубокую емкость и зальем смесью уксуса и оливкового масла. Закроем крышкой и оставим в холодильнике на ночь. Почистим мандарины, разделим на дольки и тоже оставим на тарелке на несколько часов, чтобы мембраны чуть подсохли - так их будет гораздо легче снимать. Выложим на тарелку смесь рукколы и корна. Сверху - тонкие ломтики лосося и дольки мандарина, очищенные от пленок и семян. Посыплем каперсами (как вариант можно использовать зеленые оливки без косточки) и молотым перцем, заправим оставшимся рыбным маринадом. Украсим тонкими пластинками пармезана.



## ЧЕТВЕРГ, 21 ЯНВАРЯ

## ТВ программа

ТЕРРА-РЕН ТВ	СТС	ДОМАШНИЙ	ТВЗ	СПАС
06.00, 07.00 Документальный проект (16+)	08.00, 07.50 Ералаш (0+)	08.30, 08.20 6 кадров (16+)	07.00 Мультфильмы (0+)	06.00, 01.25 День Патриарха (0+)
08.00 С бодрым утром! (16+)	08.15 М/с «Спирит. Дух свободы» (6+)	08.50, 07.30 По делам несовершеннолетних (16+)	10.30, 11.05, 11.40, 18.25, 19.00 Т/с «СЛЕПАЯ» (16+)	06.10, 05.15 Мультфильмы на «Спасе» (0+)
09.30, 13.30, 17.30, 20.30, 00.00 Новости (16+)	09.00 М/с «Том и Джерри» (0+)	09.55 Давай разведемся! (16+)	12.15 Вернувшиеся (16+)	07.00, 07.30, 15.00, 15.30 Монастырская кухня (0+)
10.00 Д/ф «Засекреченные списки» (16+)	09.35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» (6+)	11.00, 05.50 Тест на отцовство (16+)	13.25, 14.00, 14.35, 16.45, 17.20, 17.55 Т/с «ГАДАЛКА» (16+)	08.00, 10.00 Утро на «Спасе» (0+)
12.00 Как устроен мир с Тимофеем Баженовым (16+)	10.00, 21.00 Миша портит все (16+)	13.10, 04.55 Д/ф «Реальная мистика» (16+)	15.40 Мистические истории (16+)	12.00, 04.45 Украина, которую мы любим (12+)
13.00, 17.00, 20.00 112 (16+)	11.00 Т/с «ПСИХОЛОГИНИ» (16+)	14.20, 03.05 Д/ф «Понять. Простить» (16+)	19.30, 20.30 Т/с «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ» (16+)	12.30, 21.20 Прямая линия. Ответ священника (0+)
14.00, 00.30 Загадки человечества с Олегом Шишкиным (16+)	12.00 «Уральские пельмени». СмехBook (16+)	15.25 Д/ф «Порча» (16+)	21.30, 22.15, 23.10 Т/с «МЕНТАЛИСТ» (12+)	13.30 Белые ночи на «Спасе» (12+)
15.00 Невероятно интересные истории (16+)	12.20 Х/ф «ТРИ ИКС» (16+)	15.55, 03.35 Д/ф «Знахарка» (16+)	00.00, 01.00, 02.00, 02.45 Т/с «ВИКИНГИ» (16+)	14.05 Простые чудеса (12+)
16.00 Знаете ли вы, что? (16+)	14.40 Т/с «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ» (12+)	16.25, 21.00 Т/с «ЦЫГАНКА» (16+)	03.30, 04.15, 05.00, 05.45 Властители (16+)	16.00, 01.40 Реакция (12+)
18.00, 04.00 Тайны Чапман (16+)	18.55 Т/с «РОДКОМ» (16+)	01.30 Т/с «ПОДКИДЫШИ» (16+)	06.30 Охотники за привидениями. Битва за Москву (16+)	16.50 Курск. Двадцать лет спустя. С Аркадием Мамонтовым (12+)
19.00, 03.10 Самые шокирующие гипотезы (16+)	22.00 Х/ф «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ» (12+)			17.45 Сербия. Опыт любви (12+)
21.00 Х/ф «КОМАНДА «А»» (16+)	00.20 Х/ф «ТРИ ИКСА. МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО» (16+)			19.00, 22.20 Т/с «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА» (12+)
23.15 Смотреть всем! (16+)	02.20 Русские не смеются (16+)			20.30, 02.20 Новый день. Новости на «Спасе» (0+)
01.30 Х/ф «ИДЕНТИЧНОСТЬ» (16+)	03.20 Х/ф «ДЕВЯТАЯ ЖИЗНЬ ЛУИ ДРАКСА» (18+)			00.05 Цвет войны. Битва за Москву (12+)
05.35 Военная тайна (16+)	05.10 Т/с «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» (12+)			00.55 Дмитрий Донской. Государь. Воин. Отец (12+)
	07.10 6 кадров (16+)			03.05 В поисках Бога (12+)
	07.40 М/ф «Лев и заяц» (0+)			03.30 Прямая линия жизни (0+)
				04.20 Я хочу ребенка (12+)
				05.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук (0+)



ПОДПИСКА-2021

НЕ УСПЕЛИ ПОДПИСАТЬСЯ С ЯНВАРЯ 2021 ГОДА? ОФОРМИТЕ ПОДПИСКУ С ТЕКУЩЕГО МЕСЯЦА ДО 19-ГО ЧИСЛА МЕСЯЦА, ПРЕДШЕСТВУЮЩЕГО ПОДПИСНОМУ!

ГУБЕРНИЯ	ЗВЕЗДА	ГИС	МИР	СКАТ-ТНТ
06.00, 18.30, 20.30, 00.00 «Новости губернии» (12+)	07.00 Сегодня утром (12+)	06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 13.00, 14.00, 15.00, 17.00, 19.00, 20.00, 21.00, 00.00, 03.00 Информационная программа «События» (12+)	06.00 Х/ф «СВИНАРКА И ПАСТУХ» (0+)	07.00, 07.30 ТНТ. Gold (16+)
06.05 «Человек мира. Марокко. Замок из песка. Часть 2» (12+)	09.00, 14.00, 19.00, 22.15 Новости дня	06.30, 14.35, 03.30 Д/ф «Живые символы планеты» (12+)	07.05 Т/с «МОЯ НОВАЯ ЖИЗНЬ» (16+)	08.00 Перезагрузка (16+)
06.30, 20.10 «Актуальное интервью» (12+)	09.15 Д/с «Сделано в СССР» (6+)	07.30 Спик-шоу «Город-С». Разговор по душам (повтор) (16+)	10.50, 11.10 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-2» (16+)	08.30, 09.00, 09.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 20.00, 20.30 Т/с «САШАТАНЯ» (16+)
06.45, 14.20 «Агрокурьер» (12+)	09.30, 19.30 Специальный репортаж (12+)	08.30, 14.05 М/с «С.О.Б.Е.З.» (6+)	11.00, 14.00, 17.00, 20.00, 01.00 Новости (16+)	10.00 Бородина против Бузовой (16+)
07.00 «Утро губернии» (12+)	09.50, 11.05, 14.15, 14.25, 15.05 Т/с «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)	08.45, 14.20 Д/ф «Академия Стеклашкина» (6+)	14.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)	11.00, 11.30, 12.00, 12.30 Т/с «ОЛЬГА» (16+)
09.05, 14.05 Ток-шоу «О чем говорят» (12+)	11.00, 15.00 Военные новости	09.30, 04.45 «Лекарства, которые спасли мир» (12+)	15.10, 18.15, 04.00 Дела судебные. Битва за будущее (16+)	16.00, 17.00, 18.00, 19.00 Однажды в России. Спецдайджест (16+)
09.20 «Мультимир» (6+)	19.50 Д/с «Без права на ошибку. История и вооружение инженерных войск» (12+)	10.00, 15.15, 02.15 «ПРИНЦ СИБИРИ» (12+)	16.05, 04.45 Дела судебные. Новые истории (16+)	21.00, 21.30 Т/с «ГУСАР» (16+)
10.00, 00.30 «ЕСЛИ НАМ СУДЬБА» (16+)	20.40 Легенды телевидения (12+)	10.50, 16.10 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА» (16+)	17.15 Мировое соглашение (16+)	22.00 Шоу «Студия Союз» (16+)
11.00, 01.20 «Сесиль в стране чудес. Калмыкия» (12+)	21.25 Код доступа (12+)	11.40, 17.20, 05.10 Т/с «ПРЕДЛАГАЕМЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» (16+)	19.15, 20.25 Т/с «ЧУЖОЙ РАЙОН-3» (16+)	00.00, 00.30 ХБ (16+)
11.45 «День открытых дверей» (12+)	22.25 Открытый эфир (12+)	12.30, 20.30 Город-С. Самарская среда с Яном Налимовым (повтор) (12+)	22.40 Игра в кино (12+)	01.00, 02.00 Импровизация (16+)
12.05, 02.25 Т/с «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ» (12+)	00.05 Между тем (12+)	13.05 Shopping гид. Путеводитель по скидкам (12+)	00.25 Назад в будущее (12+)	03.00 ТНТ-Club (16+)
13.05 Т/с «ТЕНЬ САМУРАЯ» (16+)	00.40 Х/ф «ЧУЖИЕ ЗДЕСЬ НЕ ХОДЯТ» (6+)	13.10, 23.15 Д/ф «Я их всех очень люблю» (12+)	00.20 Всемирные игры разума (12+)	03.05 Comedy Баттл (16+)
14.30 «Поисковый отряд» (12+)	02.05 Х/ф «ЖАЖДА» (16+)	13.50, 18.45 Д/с «И в шутку, и всерьез» (6+)	01.15 Т/с «САДОВОЕ КОЛЬЦО» (12+)	03.55, 04.45 Открытый микрофон (16+)
14.45 «Азбука потребителя» (12+)	03.25 Х/ф «ДВА ГОДА НАД ПРОПАСТЬЮ» (6+)	18.15 Город-С. Звоните доктору (16+)	05.30 Х/ф «СЕМЕРО СМЕЛЫХ» (0+)	06.05, 06.30 ТНТ. Best (16+)
14.50, 16.50 «Писатели России» (12+)	05.00 Х/ф «НЕЗНАКОМЫЙ НАСЛЕДНИК» (0+)	19.30 Город, история, события (12+)		
15.00, 03.05 Т/с «КАПИТАН ГОРДЕЕВ» (16+)	06.20 Д/с «Хроника Победы» (12+)	19.45 Мастер спорта (12+)		
16.00 «Большие дебаты» (12+)	06.45 Д/с «Оружие Победы» (6+)	21.30 Х/ф «Я НЕ ТАКОЕ! Я НЕ ТАКАЯ!» (16+)		
17.00, 05.10 Т/с «КРЫША МИРА» (16+)		00.30 Х/ф «СОЛДАТСКИЙ ДЕКАМЕРОН» (16+)		
18.00 «Человек мира. Ингушетия. Связанные одним тейпом. Часть 1» (12+)		03.55 Живая музыка (0+)		
18.50 «Спорткласс» (12+)				
19.05 «БЕСПОКОЙНЫЙ УЧАСТОК» (16+)				
21.05 «Дачные сезоны с Мариной Рыкалиной» (12+)				
21.30 Т/с «АННА ГЕРМАН» (12+)				
22.20 Х/ф «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ» (6+)				
02.00 «День открытых дверей» (12+)				
04.55 «Неограниченные возможности» (12+)				

## Салат из грейпфрута с лимонным рисом по-индийски

Грейпфрут - 1 шт.  
Авокадо - 1 шт.  
Огурец - 1 шт.  
Кинза - 1 пучок  
Лимон - 1 шт.  
Рис басмати - 350 г

Масло сливочное - 4 ст. л.  
Корица - 1/2 палочки  
Зерновая горчица - 1 ст. л.  
Перец чили - 1 шт.  
Кумин - 1/2 ч. л.  
Соль - по вкусу

На подготовительном этапе нужно промыть рис, вскипятить 1 литр воды, очистить от семян и мелко нарезать перец чили, выжать сок из лимона и натереть цедру. Дальше все делаем быстро. Половину масла разогреваем на сковороде. Кладем кумин, горчицу и полпалочки корицы. Прогреваем специи на сильном огне около 30 секунд. Добавляем перец чили без семян и жарим все вместе еще 30 секунд, постоянно помешивая. Затем всыпаем рис и обжариваем его, пока не впитается все масло. Вливаем кипяток, солим, уменьшаем огонь и варим под крышкой около 10 минут. В это время готовим салат. Грейпфрут очищаем от кожуры и внутренних мембран, нарезаем каждую дольку пополам. Сок собираем в отдельную емкость. Авокадо чистим, режем крупными кубиками и поливаем соком грейпфрута. Огурец очищаем от кожицы и семян, нарезаем как авокадо. Измельчаем зелень кинзы и смешиваем с остальными ингредиентами. Рис снимаем с огня, убираем корицу, добавляем цедру, лимонный сок и оставшееся масло. Перемешиваем и даем настояться около пяти минут. Подаем с салатом.

## Салат с апельсином и креветками

Королевские креветки очищенные - 300 г  
Апельсин - 3-5 шт.  
Салат айсберг - 1 шт.  
Авокадо - 1 шт.  
Арахис - 1/2 ст.  
Мед - 1 ч. л.  
Зерновая горчица - 1 ч. л.  
Соевый соус - 3 ст. л.  
Оливковое масло - 1-2 ст. л.



Креветки обжариваем на оливковом масле и оставляем остывать. На сухой сковороде поджариваем арахис и очищаем от шелухи. С апельсина срезаем кожуру и с помощью ножа достаем мякоть из пленок. Каждую дольку нарезаем пополам. Авокадо чистим и нарезаем небольшими ломтиками. Салат айсберг режем крупными кусками и выкладываем в большую тарелку. Добавляем остальные ингредиенты и осторожно перемешиваем. В отдельной емкости смешиваем мед, зерновую горчицу и соевый соус и заправляем салат получившимся миксом.

## Салат с помело и куриной грудкой

Куриная грудка - 1 шт.  
Помело - 1 шт.  
Сыр пармезан - 100 г  
Тыквенные семечки очищенные - 1/2 ст.  
Микс салатов - 2 горсти  
Оливковое масло - 2 ст. л.  
Лимонный сок - 1 ст. л.  
Соль, свежемолотый черный перец - по вкусу  
Перец чили - 1 стручок (по желанию)

Куриную грудку натрите солью и перцем и запекуте в духовке при 200 градусах (около 30 минут). Дайте остыть и нарежьте крупными кубиками. С помело снимите кожуру и очистите мякоть от пленок. Разделите дольки на небольшие ломтики. Тыквенные семечки обжарьте на сухой сковороде. Пармезан нарежьте тонкими пластинками. В миске смешайте заправку - оливковое масло, лимонный сок, соль и перец. Если любите острое, можно добавить мелко нарезанную мякоть стручка перца чили. На большую тарелку выложите микс салатов. Сверху - кусочки курицы и помело. Посыпьте тыквенными семечками и пластинками пармезана. Равномерно полейте соусом.

## ТВ программа

ПЯТНИЦА, 22 ЯНВАРЯ

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	НТВ	ПЯТЫЙ КАНАЛ	ОТР
05.00, 09.15 Доброе утро	05.00, 09.30 Утро России	05.30 Т/с «ПАСЕЧНИК» (16+)	06.00, 10.00, 14.00 Известия	07.00 Фигура речи (12+)
09.00, 12.00, 15.00 Новости	09.00, 14.30, 21.05 Местное время. Вести - Самара	09.00, 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Сегодня	06.25, 07.05, 07.50, 08.40, 09.40, 10.25, 11.00, 12.00, 13.00 Т/с «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ» (16+)	07.25 Д/ф «Пять причин поехать в...» (12+)
09.40 Жить здорово! (16+)	09.55 О самом главном (12+)	09.25, 11.25 Т/с «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ» (16+)	14.25, 15.20, 16.20, 17.15 Т/с «ЛЕГАВЫЙ-2» (16+)	07.35 Т/с «ОСТРОВ НЕУЖУБНЫХ ЛЮДЕЙ» (16+)
10.50, 03.20 Модный приговор (6+)	11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Вести	14.25 Чрезвычайное происшествие (16+)	18.10, 19.05 Т/с «ТАКАЯ РАБОТА» (16+)	09.05 М/ф «Гора самоцветов» (0+)
12.10 Время покажет (16+)	11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым (12+)	15.00 Место встречи (16+)	19.55, 20.45, 21.30, 22.20, 23.10, 00.00, 01.45 Т/с «СЛЕД» (16+)	09.20, 16.15 Календарь (12+)
15.15, 04.10 Давай поженимся! (16+)	12.40, 18.40 60 минут (12+)	17.25 ДНК (16+)	00.45 Светская хроника (16+)	10.10, 17.05 Домашние животные (12+)
16.00, 04.50 Мужское / Женское (16+)	14.55 Близкие люди (12+)	18.25 Жди меня (12+)	02.30, 03.05, 03.35, 04.05, 04.30, 05.00, 05.35 Т/с «ДЕТЕКТИВЫ» (16+)	10.35, 17.35 Среда обитания (12+)
18.00 Вечерние новости	17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир (16+)	19.30, 20.40 Т/с «БАЛАБОЛ» (16+)		11.00, 13.00, 14.00, 16.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 23.00 Новости
18.40 Человек и закон (16+)	21.20 Т/с «СКЛИФОВСКИЙ» (12+)	22.20 Т/с «РЕАЛИЗАЦИЯ» (16+)		11.10 То, что задело (12+)
19.45 Поле чудес (16+)	01.45 XIX Торжественная церемония вручения Национальной кинематографической премии «Золотой Орел» (16+)	00.20 Своя правда (16+)		11.25 Х/ф «УЖИН В ЧЕТЫРЕ РУКИ» (12+)
21.00 Время	04.05 Т/с «РАЯ ЗНАЕТ» (12+)	00.15 Т/с «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)		13.10, 14.20, 21.05 Отражение (12+)
21.30 Х/ф «КРАСОТКА В УДАРЕ» (12+)				18.05 За строчкой архивной... (12+)
23.25 Х/ф «АННА И КОРОЛЬ» (12+)				18.35, 19.05 Х/ф «СВЯЗЬ» (16+)
01.55 Х/ф «РЕКА НЕ ТЕЧЕТ ВСПЯТЬ» (12+)				20.20 За дело! (12+)
				23.05 Имею право! (12+)
				23.35 Х/ф «ОСТРОВ» (16+)
				01.30 Х/ф «ШПИОН» (16+)
				03.15 Х/ф «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ» (12+)
				04.50 Д/ф «Тайна смерти Тутанхамона» (12+)
				05.45 Выступление Московского камерного оркестра Musica Viva (6+)



ПОДПИСКА-2021

ПОДПИШИТЕСЬ и получайте свежий номер каждые вторник, четверг и субботу!

РОССИЯ КУЛЬТУРА	РОССИЯ 24	МАТЧ ТВ	КАРУСЕЛЬ	ТВ-ЦЕНТР
07.30, 08.00, 08.30, 11.00, 16.00, 20.30, 00.40 Новости культуры	06.00, 07.00, 07.15, 07.30, 07.40, 08.00, 08.15, 08.30, 08.40, 09.00, 10.00, 10.45, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 01.00, 02.00, 04.00, 05.00 Вести (12+)	07.00, 09.55, 13.00, 14.45, 18.20, 20.30, 22.55 Новости	06.00 Ранние пташки (0+)	07.00 Настроение
07.35 Пешком... (12+)	06.35, 12.40, 15.40 Гость (12+)	07.05, 13.05, 15.45, 20.35, 01.30 Все на «Матч!». Прямой эфир	07.55, 08.30 Жужжалка (0+)	09.10, 12.50 Х/ф «КОГДА ВОЗВРАЩАЕТСЯ ПРОШЛОЕ» (16+)
08.05 Правила жизни (12+)	06.50, 07.05, 07.35, 08.05, 08.35, 08.45, 09.20, 10.20, 11.25, 12.25, 16.30, 20.30, 22.20, 01.50 Экономика (12+)	10.00 Профессиональный бокс. Оскар Де Ла Хойя против Мэнни Пакьяо. Трансляция из США (16+)	08.00 С добрым утром, малыши! (0+)	12.30, 15.30, 18.50 События
08.35 Д/ф «Настоящая война престолов» (12+)	07.20, 08.20, 09.35, 10.35 Спорт (12+)	11.00 В центре событий (12+)	08.40 М/с «Маша и Медведь» (0+)	13.25, 16.05 Х/ф «ВТОРАЯ ПЕРВАЯ ЛЮБОВЬ» (12+)
09.25 Легенды мирового кино (12+)	07.45, 11.50, 13.50 Мобильный репортер (12+)	12.00 Все на Футбол! Афиша (16+)	09.55 М/с «Лунтик и его друзья» (0+)	15.50 Город новостей
09.50 Х/ф «ЮРКИНЫ РАССВЕТЫ» (12+)	07.50, 08.50, 09.50, 12.50 Погода24 (12+)	12.30 «Дакар - Live». Специальный репортаж (12+)	10.35 М/ф «Летучий корабль» (0+)	17.55 Д/ф «Актерские драмы. Предательское лицо» (12+)
11.20 Х/ф «МАЯК НА КРАЮ СВЕТА» (12+)	09.45, 11.45 Вести.net (12+)	13.45 Смешанные единоборства. Веллатор. Кристиана «Сайборг» Жустино против Арлин Бленкоув. Трансляция из США (16+)	10.55 М/ф «Кот в сапогах» (0+)	19.20 Х/ф «СПЕЦЫ» (16+)
11.30 Цвет времени (12+)	10.25, 13.30, 17.35, 23.35 Погода (12+)	14.50 Тайны боевых искусств. Индия (16+)	11.15 М/с «Фиксики» (0+)	23.00 В центре событий
13.40, 23.00 Т/с «ИДИОТ» (12+)	13.35, 16.40, 17.40, 20.40, 23.45 Репортаж (12+)	16.05 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины. Прямая трансляция из Италии (16+)	11.45 Студия Калыки-Малыки (0+)	00.10 Приют комедиантов (12+)
14.35 Власть факта (12+)	14.40, 04.40 Машиностроение (12+)	23.05 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Менхенгладбах) - «Боруссия» (Дортмунд). Прямая трансляция	12.45 М/с «Роботы-поезда» (0+)	02.05 Д/ф «Георгий Вицин. Не надо смеяться» (12+)
15.15 Больше, чем любовь (12+)	18.30, 22.30, 05.30 Вести. Дежурная часть	23.25 Футбол. Чемпионат Германии. «Боруссия» (Менхенгладбах) - «Боруссия» (Дортмунд). Прямая трансляция	13.15 М/с «Тобот Атлон» (6+)	02.45 Петровка, 38 (16+)
16.05 Письма из провинции (12+)	19.00 Факты (12+)	02.30 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины. Трансляция из Италии (0+)	13.40 М/с «Бен-10» (12+)	03.00 Х/ф «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ» (12+)
16.35 Энигма (12+)	21.30 Экономика. Курс дня (12+)	04.30 Все на Футбол! Афиша (12+)	14.10 М/с «Ниндзяго» (6+)	05.55 Д/ф «Лариса Лужина. За все надо платить...» (12+)
17.15 Х/ф «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ» (0+)	00.00, 03.00 Международное обозрение (12+)	05.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Трансляция из Германии (0+)	14.30 М/с «Белка и Стрелка. Тайны космоса» (0+)	
18.25 Зальцбургский фестиваль (12+)	02.35 Индустрия кино (12+)	06.05 Тайны боевых искусств. Таиланд (16+)	14.55 М/с «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)	
19.45 Царская ложа (12+)			15.00 Навигатор. У нас гости! (0+)	
20.45 Смехоностальгия (12+)			15.10 М/с «Семья Тредфилов» (0+)	
21.15 Искатели (12+)			15.30 М/с «Буба» (6+)	
22.00 Линия жизни (12+)			16.40 Король караоке (0+)	
23.55 2 Верник 2 (12+)			17.05 Курьез не всерьез! (0+)	
01.00 Х/ф «ЗАКАТ» (16+)			17.10 М/с «Снежная Королева. Хранители Чудес» (0+)	
03.15 Мультфильмы для взрослых (18+)			17.40 М/с «Приключения Барби в доме мечты» (0+)	
			18.00 М/с «Кинди Кидс. Твои веселые подружки!» (0+)	
			18.05 М/с «Ми-Ми-Мишки» (0+)	
			19.25 М/с «Зебра в клеточку» (0+)	
			20.15 М/с «Пластинки» (0+)	
			20.20 М/с «Сказочный патруль» (0+)	
			21.15 М/с «Май Литтл Пони. Пони Лайф» (0+)	
			21.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)	
			21.45 М/с «Оранжевая корова» (0+)	
			23.30 М/с «С.О.Б.Е.З.» (6+)	
			23.55 М/с «Инфинити Надо» (6+)	
			00.15 М/с «Трансформеры. Кибервселенная» (6+)	
			00.45 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (6+)	

ПРОЕКТ Из приюта - домой

## ЖИВОТНЫЕ ИЩУТ ХОЗЯЕВ

«СГ» продолжает публиковать звериные «анкеты» и давать контакты учреждений, откуда можно забрать животных. Все четвероногие, которым ищут дом, социализированы, стерилизованы, обработаны от паразитов. Большинство собак приучено к выгулу, кошек - к лотку. Кроме того, каждое животное уже проявило свой нрав, а значит, вы сможете подобрать друга, подходящего вам по темпераменту.



Неаполь

Хорош собой, воспитан. С сородичами не конфликтует, но и себя в обиду не дает. Очень серьезный пес, его доверие придется заслужить. Для этого понадобятся настойчивость и достаточное количество свободного времени. Приют «Надежда», телефон 231-41-00.



Тайга

Молодая, умная, с отличными охранными качествами. Хорошо ходит на поводке, обожает прогулки. Приют «Хати», телефон 8-927-692-13-13.



Бетта

Общительная, игривая, сообразительная. Вырастет небольшого размера. Подойдет для семьи с детьми. Возраст - 7 месяцев. Стационар для животных «ФлагманВет», телефон 8-927-703-05-51.



Чарли

Смышленный, ласковый. Несмотря на столь юный возраст, 2,5 месяца, уже проявляет охранные качества. Телефон куратора 8-909-342-71-40.



Кариша

Любит умеренную ласку и уважительное отношение к личному пространству. Избирательна и аккуратна в общении. Примерный возраст - 4 года. Котокафе «ЧуКОТка», телефон 8-927-651-21-95.



## ТВ программа

СУББОТА, 23 ЯНВАРЯ

## ПЕРВЫЙ

06.00 Доброе утро. Суббота  
 09.00 Умницы и умники (12+)  
 09.45 Слово пастыря (0+)  
 10.00, 12.00 Новости  
 10.15 Джентльмены удачи. Все оттенки Серого (12+)  
 11.15, 12.20 Видели видео? (6+)  
 14.05 К 100-летию Арно Бабаджаняна. «И неба было мало, и земли...» (12+)  
 15.00 Вечер музыки Арно Бабаджаняна (12+)  
 16.30 Кто хочет стать миллионером? (12+)  
 18.05, 21.20 Сегодня вечером (16+)  
 21.00 Время  
 23.00 Х/ф «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ» (16+)  
 01.00 Обезьяны проделки (12+)  
 02.35 Модный приговор (6+)  
 03.25 Давай поженимся! (16+)  
 04.05 Мужское / Женское (16+)

## РОССИЯ КУЛЬТУРА

07.30 Библийский сюжет (12+)  
 08.05 М/ф «Тигренок на подсолнухе». «Не люблю - не слушай». «Архангельские новеллы». «Волшебное кольцо» (0+)  
 09.00 Х/ф «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ» (0+)  
 10.15 Д/ф «Неизвестная» (12+)  
 10.45 Х/ф «ПОД СЕВЕРНЫМ СИЯНИЕМ» (12+)  
 12.45 Телевизионный марафон юношеских оркестров мира (12+)  
 18.50 Больше, чем любовь (12+)  
 19.30 Дмитрий Певцов. «Баллада о Высоцком» (12+)  
 21.30 Д/ф «Караваджо. Душа и кровь» (12+)  
 23.00 Агора (12+)  
 00.00 Х/ф «ЛЮБОВНИКИ МАРИИ» (16+)  
 01.45 Эдмар Кастанеда на Монреальском джазовом фестивале (12+)  
 02.35 Д/ф «Серенгети» (12+)  
 03.35 Мультфильмы для взрослых (18+)

## РОССИЯ 1

05.00 Утро России. Суббота (12+)  
 08.00 Местное время. Вести - Самара  
 08.20 Местное время. Суббота  
 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 Вести  
 11.15 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)  
 12.15 Доктор Мясников (12+)  
 13.20 Т/с «ВХОДЯ В ДОМ, ОГЛЯНИСЬ» (12+)  
 18.00 Привет, Андрей! (12+)  
 20.00 Вести в субботу  
 21.00 Х/ф «БЕЗ ЛЮБВИ» (12+)  
 01.10 Х/ф «ПУТЬ К СЕБЕ» (16+)

## РОССИЯ 24

06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 23.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 04.30, 05.00 Вести (12+)  
 06.35 Гость (12+)  
 06.50, 09.15 Экономика (12+)  
 07.10, 10.15, 12.25, 15.10, 16.20, 17.15, 18.40, 20.30, 21.45, 01.40 Репортаж (12+)  
 07.35, 03.35 Индустрия кино (12+)  
 08.20 АгитПроп (12+)  
 08.40 Городские технологии (12+)  
 09.35, 16.35, 05.35 Погода24 (12+)  
 10.35 Вести.net. Итоги (12+)  
 11.00, 22.00 Международное обозрение (12+)  
 13.25 Мнение (12+)  
 14.25, 23.30, 04.25 Честный детектив (12+)  
 15.30 Церковь и мир (12+)  
 19.05 Горизонты атома (12+)  
 19.20 Вести. Дежурная часть  
 21.15, 02.35, 05.05 Мобильный репортер (12+)  
 00.00 Вести в субботу (12+)

## МАТЧ ТВ

07.00 Профессиональный бокс. Даниэль Дюбуа против Джо Джойса. Трансляция из Великобритании (16+)  
 08.00, 09.55, 12.30, 15.15, 17.20, 19.55, 23.00 Новости  
 08.05, 12.35, 15.20, 17.25, 20.00, 23.10, 02.00 Все на «Матч!». Прямой эфир  
 10.00 М/ф «В гостях у лета» (0+)  
 10.20 М/ф «Первый автограф» (0+)  
 10.30 Х/ф «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В ДЖУНГЛИ» (12+)  
 13.20 Лыжный спорт. Кубок мира. Скиатлон. Женщины. Прямая трансляция из Финляндии  
 14.20 Лыжные гонки. Марафонская серия Ski Classics. 42 км. Трансляция из Италии (0+)  
 15.50 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины. Прямая трансляция из Италии  
 17.45 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины. Прямая трансляция из Италии  
 20.55 Футбол. Чемпионат Италии. «Милан» - «Аталанта». Прямая трансляция  
 23.55 Футбол. Чемпионат Франции. «Монако» - «Марсель». Прямая трансляция  
 03.00 Шорт-трек. Чемпионат Европы. Трансляция из Польши (0+)  
 04.00 Конькобежный спорт. Кубок мира. Трансляция из Нидерландов (0+)  
 05.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Трансляция из Германии (0+)  
 06.05 Тайны боевых искусств. Индия (16+)

## НТВ

05.35 Х/ф «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ» (16+)  
 07.00 Х/ф «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-2» (16+)  
 09.00, 11.00, 17.00 Сегодня  
 09.20 Готовим с Алексеем Зиминим (0+)  
 09.50 Поедем, поедим! (0+)  
 10.25 Едим дома (0+)  
 11.20 Главная дорога (16+)  
 12.00 Живая еда с Сергеем Малоземовым (12+)  
 13.00 Квартирный вопрос (0+)  
 14.00 Секрет на миллион (16+)  
 16.00 Своя игра (0+)  
 17.20 Следствие вели... (16+)  
 20.00 Центральное телевидение (16+)  
 21.00 Ты не поверишь! (16+)  
 22.00 Т/с «ПЕС» (16+)  
 00.30 Международная пирамида (18+)  
 01.20 Квартирник НТВ у Маргулиса (16+)  
 03.00 Т/с «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)

## ПЯТЫЙ КАНАЛ

06.00, 06.25, 06.45, 07.20, 07.45, 08.20, 08.50, 09.20 Т/с «ДЕТЕКТИВЫ» (16+)  
 10.00 Светская хроника (16+)  
 11.00, 11.55, 12.45, 13.40 Т/с «ТАКАЯ РАБОТА» (16+)  
 14.25, 15.15, 16.00, 16.55, 17.40, 18.30, 19.20, 20.05, 20.55, 21.45, 22.35, 23.20, 00.10 Т/с «СЛЕД» (16+)  
 01.00 Известия. Главное  
 01.55, 02.45, 03.25 Т/с «СВОИ-3» (16+)  
 04.00 Т/с «СВОИ-2. УБИЙЦА С ТОГО СВЕТА» (16+)  
 04.40, 05.25 Т/с «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ» (16+)

## КАРУСЕЛЬ

06.00 Летящие звери (0+)  
 07.55, 08.30 Жужжалка (0+)  
 08.00 С добрым утром, малыши! (0+)  
 08.40 М/с «Деревяшки» (0+)  
 10.00 Съедобное или несъедобное (0+)  
 10.20 М/с «Малыши и Медведь» (0+)  
 10.30 М/с «Зебра в клеточку» (0+)  
 11.45 Зеленый проект (0+)  
 12.05 М/с «Пластинки» (0+)  
 12.10 М/с «Три кота» (0+)  
 13.30 ТриО! (0+)  
 13.50 М/ф «Энчантималс. Тайны заснеженной долины» (0+)  
 14.35 М/с «Сказочный патруль. Хроники чудес» (0+)  
 15.30 Большие праздники (0+)  
 16.00 Ералаш (6+)  
 17.15 М/с «Снежная Королева. Хранители Чудес» (0+)  
 17.40 М/с «Приключения Барби в доме мечты» (0+)  
 18.05 М/с «Кошечки-собачки» (0+)  
 20.00 Х/ф «БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ» (6+)  
 21.30 Спокойной ночи, малыши! (0+)  
 21.45 М/с «Лео и Тиг» (0+)  
 23.05 М/с «Радужно-бабочково-единорожная кошка» (6+)  
 23.30 М/с «С.О.Б.Е.З» (6+)  
 23.55 М/с «Инфинити Надо» (6+)  
 00.15 М/с «Трансформеры. Кибервселенная» (6+)  
 00.45 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (6+)  
 01.10 М/с «Смешарики. Пинкод» (6+)  
 02.00 М/с «Луни Тюнз шоу» (6+)  
 05.00 М/с «Пингвиненок Пороро» (0+)

## ОТР

07.00, 17.05 Большая страна (12+)  
 08.00 5 минут для размышлений (12+)  
 08.05 Хит-микс RU.TV (12+)  
 09.00, 15.45, 16.05 Календарь (12+)  
 09.55 Новости Совета Федерации (12+)  
 10.10 За дело! (12+)  
 10.50, 18.00 Д/ф «Тайна смерти Тутанхамона» (12+)  
 11.40 Дом «Э» (12+)  
 12.05 Х/ф «ОСТРОВ» (16+)  
 14.00, 16.00, 20.00 Новости  
 14.05 Выступление Красноярского государственного академического ансамбля танца Сибири имени М.С. Годенко (12+)  
 16.40 Среда обитания (12+)  
 19.00 Гамбургский счет (12+)  
 19.30 Домашние животные (12+)  
 20.05, 06.05 ОТражение (12+)  
 21.00 Х/ф «СВЯЗЬ» (16+)  
 22.20 Культурный обмен (12+)  
 23.00 Х/ф «ШПИОН» (16+)  
 00.50 Выступление Московского камерного оркестра Musica Viva (6+)  
 02.00 Х/ф «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ» (16+)  
 03.55 Х/ф «КАК Я ПРОВЕЛ ЭТИМ ЛЕТОМ» (16+)

## ТВ-ЦЕНТР

06.35 Х/ф «Ты - МНЕ, Я - ТЕБЕ» (12+)  
 08.10 Православная энциклопедия (6+)  
 08.40 Х/ф «ЖЕЛЕЗНАЯ МАСКА» (12+)  
 11.25, 12.45 Х/ф «ДЕТИ ПОНЕДЕЛЬНИКА» (16+)  
 12.30, 15.30, 00.45 События  
 13.35, 15.45 Х/ф «ГДЕ ЖИВЕТ НАДЕЖДА?» (12+)  
 17.55 Х/ф «ТОТ, КТО РЯДОМ» (12+)  
 22.00 Постскриптум (12+)  
 23.15 Право знать! (16+)  
 01.00 Приговор. Валентин Ковалев (16+)  
 01.50 Д/ф «Политические тяжеловесы» (16+)  
 02.30 Сорок шестой (16+)  
 02.55 Линия защиты (16+)  
 03.25 90-е. Короли шансона (16+)  
 04.05 90-е. Граждане барыги! (16+)  
 04.45 90-е. В шумном зале ресторана (16+)  
 05.25 90-е. Безработные звезды (16+)  
 06.10 Петровка, 38 (16+)

## ДЕЖУРНЫЙ по городу

• **Обманул пенсионерку.** В полицию поступило сообщение о мошенничестве в отношении пожилой жительницы дома на улице Калининградской. Недавно в ее квартире установили пластиковые окна. Спустя некоторое время к хозяйке пришел один из монтажников. Он сказал, что необходимо смазать части конструкции. Доверчивая самарчанка впустила мастера в квартиру. После того, как работа была закончена, гость сообщил: при установке окон пенсионерка заплатила больше установленной суммы, в связи с чем он готов вернуть ей разницу в 1 250 рублей. Передал женщине пяти тысячную купюру и попросил сдачи. Та отсчитала необходимую сумму. Только после ухода мастера она обнаружила, что он подsunул ей банкноту «Банка приколов». Полицейские задержали злоумышленника. 27-летний парень рассказал, что после

увольнения из фирмы у него возникли материальные трудности, и он вспомнил про пожилую клиентку с улицы Калининградской. Приобрел в киоске упаковку билетов «Банка приколов» номиналом 5 000 рублей и отправился к пенсионерке. Уголовное дело передано в суд для рассмотрения по существу.

• **Ошибся водитель, а пострадал пассажир.** 38-летняя женщина ехала на автомобиле «Фиат» по Южному шоссе со стороны Заводского в направлении Уральского. Нарушила правила и столкнулась с попутно двигавшимся «Рено». Тот в свою очередь торпедировал еще один «Рено», выезжавший с прилегающей территории. В результате происшествия легкие телесные повреждения получил девятилетний пассажир «Фиата».

• **Столкновение в снегопад.** 24-летний парень поздним вечером ехал на «Ниссане» по Московскому шоссе со стороны улицы Жигулевской в направлении

улицы XXII Партсъезда. Напротив дома №103 он потерял контроль над автомобилем и врезался в «Киа», двигавшийся во встречном направлении. Телесные повреждения получила 50-летняя пассажирка «Киа», ей назначено амбулаторное лечение.

• **Врезался в столб.** Водитель 1983 года рождения следовал на автомобиле «Рено Logan» по Московскому шоссе. Напротив дома №111 он не справился с управлением и врезался в световую опору, расположенную справа по ходу движения машины. Телесные повреждения получила пассажирка - женщина 1976 года рождения, находившаяся на переднем сиденье. Пострадавшей назначено амбулаторное лечение.

• **Трактор крепче.** Ночью 23-летний парень ехал на автомобиле «ВАЗ-21074» по 10-му проезду. У дома на Волжском шоссе он потерял контроль над машиной и врезался в трактор МТЗ, двигавшийся во встречном направле-

нии. Госпитализирован пассажир легкового автомобиля - ровесник водителя. Сотрудники полиции выясняют обстоятельства произошедшего.

• **Сбил пешехода.** 35-летний водитель следовал на автомобиле «Опель Астра» по Московскому шоссе со стороны улицы Алма-Атинской в направлении Ракитовского шоссе. Напротив дома на 17-м км он сбил 61-летнюю женщину, которая перебежала проезжую часть в неполюженном месте. Пострадавшую доставили в медицинское учреждение.

• **«Фирменное» происшествие.** 21-летний водитель автомобиля «Хендай Элантра» при перестроении напротив дома №95А на Московском шоссе не уступил дорогу «Хендай Сонате», следовавшей в попутном направлении. Произошло столкновение. Подбитый автомобиль занесло на крайнюю левую полосу, где он врезался в «Хендай Гетц». Телесные повреждения получил

водитель «Сонаты», ему назначено амбулаторное лечение.

• **Будьте здоровы.** На прошлой неделе в губернии зарегистрировано 8 094 случая ОРВИ и гриппа. Показатель на 10 тысяч населения - 25,16. В том числе в Самаре - 2 602 случая. Это 22,02 на 10 тысяч населения. В области заболеваемость ниже эпидемиологического порога по совокупному населению на 25,55%, в возрастных группах наблюдения от 0 до 2 лет - на 79,40%, от 3 до 6 лет - на 72,86%, от 7 до 14 лет - на 77,08%. Порог превышен в категории от 15 лет и старше - на 36,76%. В Самаре уровень заболеваемости по совокупному населению города ниже эпидемиологического порога на 25,30%. В возрастных группах наблюдения от 0 до 2 лет - на 84,44%, от 3 до 6 лет - на 82,95%, от 7 до 14 лет - на 85,45%, от 15 лет и старше - на 22,06%. Управление Роспотребнадзора по Самарской области напоминает, что наиболее эффективной защитой от гриппа остается вакцинация.

## СУББОТА, 23 ЯНВАРЯ

## ТВ программа

ТЕРРА-РЕН ТВ	
06.00	Невероятно интересные истории (16+)
07.35	Х/ф «КАРАТЕ-ПАЦАН» (12+)
10.05	Минтранс (16+)
11.10	Самая полезная программа (16+)
12.15	Военная тайна (16+)
14.15	СОВБЕЗ (16+)
15.15	Д/ф «Как выбраться из долгов и начать зарабатывать?» (16+)
16.20	Д/ф «Засекреченные списки. Как тебе такое? Русские народные методы» (16+)
18.20	Х/ф «ГЕОШТОРМ» (16+)
20.25	Х/ф «ДЭДПУЛ-2» (16+)
22.45	На крючке (16+)
01.05	Х/ф «БАВИЛОН НАШЕЙ ЭРЫ» (16+)
02.55	Х/ф «ПАРНИ СО СТВОЛАМИ» (16+)
04.40	Тайны Чапман (16+)

## ГУБЕРНИЯ

06.00, 20.00	Т/с «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН» (12+)
07.00, 11.00	«Путь паломника» (12+)
07.25	«Актуальное интервью» (12+)
07.35	«Спорт-класс» (12+)
07.50	«Ручная работа» (12+)
08.05	Ток-шоу «О чем говорят» (12+)
08.20, 09.30	«Мультимир» (6+)
09.00	«Природоведение с Александром Хабургаевым. Коллективный разум» (6+)
09.45	Х/ф «ВЕСЕЛАЯ ФЕРМА» (6+)
11.25	«Календарь губернии» (12+)
11.30	Х/ф «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА» (6+)
13.20	Х/ф «КАРМЕН» (16+)
15.20	Х/ф «КОЛЯ – ПЕРЕКАТИ ПОЛЕ» (12+)
17.00	«Еще дешевле» (12+)
17.30	«Он и она» (16+)
19.00	«Губерния. Итоги» (12+)
19.30	«Магия вкуса. Сладкая жизнь. Фильм 1» (12+)
21.00	ТВ-шоу «Слава Богу, ты пришел!» (16+)
22.00	Т/с «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» (16+)
23.40	Х/ф «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ» (6+)
01.20	«Неограниченные возможности» (12+)
01.40	«Свадебный размер» (16+)
02.30	«EUROMAXX: окно в Европу» (16+)
03.00	Х/ф «НИЧЕЙ» (12+)
04.15	Х/ф «БЛЮЗ ОПАДАЮЩИХ ЛИСТЬЕВ» (16+)

СТС	
08.00, 07.50	Ералаш (0+)
08.15	М/с «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)
09.00	М/с «Три кота» (0+)
09.30	М/с «Том и Джерри» (0+)
10.00	М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» (6+)
10.25, 12.00	Шоу «Уральских пельменей» (16+)
11.00	ПроСТО кухня (12+)
12.40	Х/ф «ИНСУРГЕНТ» (12+)
15.00	Х/ф «ДИВЕРГЕНТ. ЗА СТЕНОЙ» (12+)
17.20	Х/ф «ТЕЛЕПОРТ» (16+)
19.05	М/ф «Как приручить дракона» (12+)
21.00	М/ф «Как приручить дракона-2» (0+)
23.00	Х/ф «ВЕЛИКАЯ СТЕНА» (12+)
00.55	Х/ф «ТРОН. НАСЛЕДИЕ» (12+)
03.20	Х/ф «НУ, ЗДРАВСТВУЙ, ОКСАНА СОКОЛОВА!» (16+)
05.05	Т/с «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» (12+)
07.00	6 кадров (16+)
07.40	М/ф «На лесной тропе» (0+)

## ЗВЕЗДА

08.25, 09.10	Х/ф «КОРОЛЬ ДРОЗДОБОРОД» (0+)
09.00, 14.00, 19.00	Новости дня
10.00	Легенды музыки (6+)
10.30	Легенды кино (6+)
11.15	Д/с «Загадки века» (12+)
12.05	Улика из прошлого (16+)
12.55	Не факт! (6+)
13.30	Круиз-контроль (6+)
14.15	СССР. Знак качества (12+)
15.05	Морской бой (6+)
16.05	Х/ф «НАСТОЯТЕЛЬ» (16+)
18.00, 19.25	Х/ф «НАСТОЯТЕЛЬ-2» (16+)
19.10	Задело! (12+)
20.20	Легендарные матчи (12+)
23.55	Х/ф «БЕРЕМ ВСЕ НА СЕБЯ» (6+)
01.30	Т/с «ПАРШИВЫЕ ОВЦЫ» (16+)
05.00	Х/ф «В НЕБЕ «НОЧНЫЕ ВЕДЬМЫ» (0+)
06.15	Д/с «Зафронтовые разведчики» (12+)
06.55	Х/ф «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ!» (12+)

ДОМАШНИЙ	
08.30, 08.10	6 кадров (16+)
08.35	Д/ф «Порча» (16+)
10.35, 05.25	Х/ф «ЖЕНСКАЯ ИНТУИЦИЯ» (12+)
13.05, 01.55	Т/с «ТРИ СЕСТРЫ» (16+)
20.00	Т/с «ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ» (16+)
21.55	Х/ф «НУЛЕВОЙ ЦИКЛ» (16+)
07.20	Д/ф «Знать будущее. Жизнь после Ванги» (16+)

## ГИС



06.00, 07.00, 08.00, 09.00	Информационная программа «События» (16+)
06.25, 07.25, 08.25, 09.25	Афиша (0+)
06.30	Просто о вере (0+)
07.30, 16.30	Город-С. Звоните доктору (повтор) (16+)
08.30	МоЁТВ (12+)
09.30, 15.00	«Здорово есть!» (6+)
10.00	М/ф «Переполюх в Гималаях» (12+)
11.25, 05.35	Д/ф «Наше кино. История большой любви» (12+)
12.00	Х/ф «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА» (12+)
13.30	«КОМИССАР МЕГРЭ», 2 серии (12+)
15.30	Город-С. Самарская среда с Яном Налимовым (повтор) (12+)
16.00, 20.00	Информационная программа «События. Итоги» (16+)
16.25	Shopping гид. Путеводитель по скидкам (12+)
17.00	Х/ф «ПЕРЕПРАВА», 2 серии (16+)
20.35	Х/ф «БЕГУЩАЯ ПО ВОЛНАМ» (0+)
22.45	Х/ф «МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ» (16+)
00.25	Х/ф «ПРИНЦЕССА ИЗ МОНПАНСЬЕ» (16+)
02.40	Х/ф «К ЧУДУ» (12+)
04.30	Живая музыка (0+)

ТВЗ	
07.00, 10.15	Мультфильмы (0+)
10.00	Рисуем сказки (0+)
11.30, 12.30	Т/с «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ» (16+)
13.30	Х/ф «БАГРОВЫЕ РЕКИ» (16+)
15.45	Х/ф «СРЕДЬ БЕЛА ДНЯ» (16+)
17.45	Х/ф «ПАССАЖИР» (16+)
20.00	Х/ф «Я, АЛЕКС КРОСС» (16+)
22.00	Х/ф «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА» (16+)
00.00	Х/ф «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ» (16+)
02.30	Х/ф «САБОТАЖ» (18+)
04.15, 05.00	Городские легенды (16+)
05.45, 06.30	Тайные знаки (16+)

## МИР

06.00	Мультфильмы (0+)
08.10	Игра в слова (6+)
09.10	Мультфильмы (12+)
09.25	Наше кино. История большой любви (12+)
10.00	Слабое звено (12+)
11.00	Погода в Мире
11.10	Х/ф «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!» (0+)
13.10, 17.15, 20.15	Т/с «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ» (16+)
17.00, 20.00	Новости
03.10	Х/ф «ЯДЫ, ИЛИ ВСЕМИРНАЯ ИСТОРИЯ ОТРАВЛЕНИЙ» (16+)
04.45	Х/ф «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ» (0+)

СПАС	
06.00, 01.50	День Патриарха (0+)
06.10, 09.00, 09.45, 05.15	Мультфильмы на «Спасе» (0+)
07.00, 07.30, 08.00, 08.30	Монастырская кухня (0+)
09.30, 05.45	Тайны сказок. С Анной Ковальчук (0+)
10.00, 21.55, 02.05	Простые чудеса (12+)
10.55	И будут двое... (12+)
11.55	Русский обед (6+)
12.55	В поисках Бога (12+)
13.25	Х/ф «БЕЛЫЙ ПУДЕЛЬ» (0+)
14.55	Наши любимые песни. Концерт (12+)
15.55, 17.30, 18.45, 20.10	Т/с «ОЛЬГА СЕРГЕЕВНА» (12+)
22.50, 02.50	Дорога (0+)
23.50	Украина, которую мы любим (12+)
00.20, 03.40	Не верю! Разговор с атеистом (16+)
01.15	Белые ночи на «Спасе» (12+)
04.30	Святитель Феофан Затворник. Цикл «День Ангела» (0+)
05.00	Лица Церкви (6+)

## СКАТ-ТНТ

07.00, 02.20	ТНТ Music (16+)
07.30	ТНТ. Gold (16+)
08.00, 08.30, 09.00, 11.30	Т/с «САШАТАНЯ» (16+)
09.30	Битва дизайнеров (16+)
10.00	Битва экстрасенсов (16+)
12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00	Однажды в России (16+)
22.00	Секрет (16+)
23.00	Женский стендап (16+)
00.00	Х/ф «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА» (18+)
02.45, 03.35	Импровизация (16+)
04.20	Comedy Баттл (16+)
05.10	Открытый микрофон (16+)
06.00, 06.30	ТНТ. Best (16+)

## ГОРОСКОП

## ОВЕН (21.03 - 20.04)

Некоторым представителям знака в начале недели придется приложить усилия, чтобы достичь поставленных целей. В результате перед вами откроются перспективы, способные изменить жизнь в лучшую сторону. Вторник лучше посвятить домашним делам, в этот день вы сможете сделать то, что откладывали долгое время. Важные перемены ждут вас в середине недели. Благодаря своей интуиции и правильным решениям вы преодолеете все проблемы. В семейной жизни все будет спокойно и гладко.

## ТЕЛЕЦ (21.04 - 21.05)

В понедельник Тельцам будет сложно строго соответствовать графику и соблюдать дисциплину. Однако день может стать удачным и плодотворным. Наступающий период благоприятен для преображения, укрепления достигнутых позиций. Прислушайтесь к тому, что говорят окружающие, если хотите, чтобы вас тоже услышали. Это важно как в общении с близкими, так и с партнерами по бизнесу. В пятницу велика вероятность получить отличное предложение, которое позволит вам иметь дополнительный доход.

## БЛИЗНЕЦЫ (22.05 - 21.06)

Многим Близнецам успех будет сопутствовать

уже в начале недели. Звезды не располагают к активным действиям, поэтому наслаждайтесь тем, что удастся получить без усилий. Не стоит браться за новые дела. Если вы поддадитесь порыву, то можете совершить необдуманные действия, которые перечеркнут все ваши планы. Только благодаря волевым усилиям Близнецам удастся направить энергию в нужное русло и переждать этот неподходящий период. В четверг и пятницу могут произойти неожиданные перемены.

## РАК (22.06 - 23.07)

Идея преображения и изменения своего образа может настало увлечь Раков на этой неделе, что в результате они рискуют лишиться значительной суммы. Потратив время и деньги на покупку огромного количества косметики и обновление гардероба, вы не оставите себе времени на отдых, поэтому приобретения могут не принести желаемого удовлетворения. Середина недели будет наполнена противоречиями. Однако если Раки смогут сосредоточиться на повседневных делах, то успеют справиться с большим объемом работы, которую давно планировали.

## ЛЕВ (24.07 - 23.08)

Львам, вероятно, придется столкнуться с недопониманием в семейной и личной жизни. Во вторник вам будет особенно трудно сдерживать эмоции, выражать собственное мнение. Желание доказать свою правоту и навязать точку зрения партнеру может стать причиной нарушения гармонии и спокойствия

во взаимоотношениях с близкими. Чтобы избежать проблем, необходимо оставаться сдержанными и не поддаваться раздражению. Отложите решение личных вопросов на другой период, лучше займитесь фитнесом, а вечером просто прогуляйтесь.

## ДЕВА (24.08 - 23.09)

Уже первые дни начинающейся недели готовят для Дев массу неожиданностей как в деловой сфере, так и в личной жизни. Вас ждут приятные романтические приключения. Исключительно благоприятное впечатление вы сможете произвести на близких и партнеров по работе. Со стороны будет казаться, что для вас нет ничего невозможного, несмотря на то, что далеко не все дается вам легко. Некоторые представители знака поставят новые жизненные цели. Вы не только наконец ясно осознаете, чего именно хотите достичь, но и выберете наиболее правильный путь к своей цели.

## ВЕСЫ (24.09 - 23.10)

Весам хватит сил преодолеть любые трудности и препятствия, возникающие в этот период. Энергия, переполняющая представителей знака, поможет осуществить все желаемое. Делайте, что считаете нужным, вам все по плечу, а некоторые задержки окажутся даже кстати. В субботу Весам лучше хорошо отдохнуть, чтобы избежать переутомления. Однако перед этим звезды советуют выбросить весь хлам и позаботиться о порядке в доме. Будьте внимательны, чтобы случайно не выбросить то, что нужно кому-то из близких.

## СКОРПИОН (24.10 - 22.11)

В первой половине недели Скорпион может погрузиться в размышления, которые не принесут хорошего настроения. Главное - не впадайте в депрессию. Попробуйте сосредоточиться на новых планах, поговорите с потенциальными единомышленниками. Именно благодаря совместным усилиям вам удастся достичь поставленных целей за короткое время. В среду и четверг вероятно получение легкой прибыли, подарков, вы отлично проведете время и повеселитесь. На этой неделе вы поймете, как важно иметь верных партнеров и настоящих друзей.

## СТРЕЛЕЦ (23.11 - 21.12)

Понедельник - удачное время для Стрельцов, которые нуждаются в поддержке авторитетных партнеров. Возможно новое знакомство, которое окажется полезным, но кратковременным. В этот период вас ждут значительные перемены. В среду и четверг избегайте ответственности во всех сферах жизни. Восстановить силы поможет качественный отдых. В конце недели вероятны новые предложения от партнеров. Они откроют для вас новые возможности, а дополнительная нагрузка обязательно даст хорошие плоды.

## КОЗЕРОГ (22.12 - 20.01)

Некоторые Козероги поддадутся мечтам, будут строить воздушные замки, мысленно рисовать прекрасное будущее. Однако звезды рекомендуют более реально и серьезно оценить

сложившуюся ситуацию. Если вы откажетесь активно работать и вкладывать силы в реализацию задуманного, избежать ответственности не удастся. В результате вам придется принять условия, которые окажутся менее приятными, чем прежние. Проявите творческий подход, и ваше руководство оценит вас по достоинству.

## ВОДОЛЕЙ (21.01 - 19.02)

Хотя существенных проблем в начале недели не предвидится, Водолеи найдут, о чем поразмыслить. Не стоит расстраиваться, если покупка окажется неудачной или в магазине не будет вещи вашего размера. Посетите другой магазин, и вам обязательно улыбнется удача. В результате вы получите желаемое. Склонность к консерватизму и размеренности в действиях может стать причиной потери влияния в конце недели. Постарайтесь быть более гибкими в делах и проявите активность.

## РЫБЫ (20.02 - 20.03)

Для Рыб эта неделя будет настоящим испытанием на прочность. Они столкнутся с завистью окружающих, интригами. Внешние воздействия сильно отразятся на настроении представителей этого знака, поэтому они могут замкнуться и совершенно забыть о самовыражении. Однако сложившиеся обстоятельства Рыбы примут как должное и смогут приспособиться ко всему. Вторая половина недели ознаменуется повышенным вниманием со стороны начальства. Вероятны дополнительные рабочие нагрузки и срочные поручения.

# ТВ программа

## ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24 ЯНВАРЯ

### ПЕРВЫЙ

**05.00, 06.10** Т/с «ЛИЧНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА» (16+)  
**06.00, 10.00, 12.00** Новости  
**06.55** Играй, гармонь любимая! (12+)  
**07.40** Часовой (12+)  
**08.10** Здоровье (16+)  
**09.20** Непутевые заметки (12+)  
**10.15** Жизнь других (12+)  
**11.15, 12.15** Видели видео? (6+)  
**14.10** Ледниковый период (0+)  
**17.25** Я почти знаменит (12+)  
**19.25** Лучше всех! (0+)  
**21.00** Время  
**21.50** Концерт Максима Галкина (12+)  
**23.00** Т/с «МЕТОД-2» (18+)  
**00.00** Х/ф «ОБЫКНОВЕННЫЙ ФАШИЗМ» (16+)  
**02.20** Модный приговор (6+)  
**03.10** Давай поженимся! (16+)  
**03.50** Мужское / Женское (16+)

### РОССИЯ КУЛЬТУРА

**07.30** М/ф «Приключения домовенка». «Дом для Кузьки». «Сказка для Наташи». «Возвращение домовенка» (0+)  
**08.35** Х/ф «РАССМЕШИТЕ КЛОУНА» (12+)  
**10.50** Обыкновенный концерт (12+)  
**11.15** Д/ф «Чертовое колесо Арно Бабаджаняна» (12+)  
**12.00** Х/ф «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...» (12+)  
**13.15** Другие Романовы (12+)  
**13.45** Д/ф «Серенгети» (12+)  
**14.45** Игра в бисер (12+)  
**15.25** Х/ф «МАЙ В МЭЙФЭЙРЕ» (12+)  
**17.00** Д/ф «Забывтое ремесло» (12+)  
**17.15** Пешком... (12+)  
**17.45** Романтика романа (12+)  
**20.30** Новости культуры  
**21.10** Х/ф «СКАЗ ПРО ТО, КАК ЦАРЬ ПЕТР АРАПА ЖЕНИЛ» (12+)  
**22.45** Пласидо Доминго и друзья (12+)  
**00.20** Х/ф «НЕЖНАЯ ИРМА» (12+)  
**02.40** Искатели (12+)  
**03.25** Мультфильмы для взрослых (18+)

### РОССИЯ 1

**04.20, 01.30** Х/ф «ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ» (12+)  
**06.00, 03.20** Х/ф «ТОЛЬКО ТЫ» (12+)  
**08.00** Местное время. Воскресенье  
**08.35** Устами младенца (12+)  
**09.20** Когда все дома с Тимуром Кизяковым (12+)  
**10.10** Сто к одному (12+)  
**11.00** Большая переделка (12+)  
**12.00** Парад юмора (16+)  
**13.20** Т/с «ВХОДЯ В ДОМ, ОГЛЯНИСЬ» (12+)  
**18.00** Танцы со звездами (12+)  
**20.00** Вести недели  
**22.00** Москва. Кремль. Путин (12+)  
**22.40** Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым (12+)

### РОССИЯ 24

**06.00, 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00** Вести (12+)  
**06.10, 07.20, 09.40, 10.15, 13.10, 15.15, 16.10, 17.15, 18.20, 19.40, 20.45, 21.30, 03.15** Репортаж (12+)  
**06.35, 13.35, 01.35** Вести.net. Итоги (12+)  
**08.15** Горизонты атома (12+)  
**08.35, 03.35** Геоэкономика (12+)  
**11.20, 20.05** Вести. Дежурная часть  
**12.10** Парламентский час (12+)  
**14.25** Честный детектив (12+)  
**15.35** Погода24 (12+)  
**16.35, 01.10** Агент бизнеса (12+)  
**17.35, 00.50** Мобильный репортер (12+)  
**19.15** Церковь и мир (12+)  
**22.00** Вести недели  
**00.40** Городские технологии (12+)  
**02.25** Мнение (12+)

### МАТЧ ТВ

**07.00** Смешанные единоборства. AMC Fight Nights WINTER CUP. Вячеслав Василевский против Богдана Гуськова. Трансляция из Москвы (16+)  
**08.00, 09.55, 13.25, 17.00, 19.55, 23.00** Новости  
**08.05, 17.05, 20.00, 23.10, 02.00** Все на «Матч!». Прямой эфир  
**10.00** М/ф «Старые знакомые» (0+)  
**10.20** М/ф «Ну, погоди!» (0+)  
**10.30** Д/ф «Конор Макгрегор» (16+)  
**12.25** Лыжный спорт. Кубок мира. Эстафета. Женщины. Прямая трансляция из Финляндии  
**13.30** Лыжный спорт. Кубок мира. Эстафета. Мужчины. Прямая трансляция из Финляндии  
**14.55** Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Женщины. Прямая трансляция из Италии  
**16.30** Биатлон с Дмитрием Губерниевым (12+)  
**17.25** Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины. Прямая трансляция из Италии  
**19.00** Лыжный спорт. Кубок мира. Эстафета. Трансляция из Финляндии (0+)  
**20.55** Футбол. Чемпионат Италии. «Лацио» - «Сассуоло». Прямая трансляция  
**23.55** Футбол. Чемпионат Испании. «Атлетико» - «Валенсия». Прямая трансляция  
**03.00** Шорт-трек. Чемпионат Европы. Трансляция из Польши (0+)  
**04.00** Конькобежный спорт. Кубок мира. Трансляция из Нидерландов (0+)  
**05.00** Бобслей и скелетон. Кубок мира. Трансляция из Германии (0+)  
**06.05** Тайны боевых искусств. Гонконг (16+)

### НТВ

**06.10** Х/ф «ЛЮБИТЬ ПО-РУССКИ-3. ГУБЕРНАТОР» (16+)  
**08.00** Центральное телевидение (16+)  
**09.00, 11.00, 17.00** Сегодня  
**09.20** У нас выигрывают! (12+)  
**11.20** Первая передача (16+)  
**12.00** Чудо техники (16+)  
**12.55** Дачный ответ (0+)  
**14.00** НашПотребНадзор (16+)  
**15.05** Однажды... (16+)  
**16.00** Своя игра (0+)  
**17.20** Следствие вели... (16+)  
**19.00** Новые русские сенсации (16+)  
**20.00** Итоги недели  
**21.10** Звезды сошлись (16+)  
**22.40** Основано на реальных событиях (16+)  
**01.50** Скелет в шкафу (16+)  
**02.20** Т/с «СЕМИН. ВОЗМЕЗДИЕ» (16+)

### ПЯТЫЙ КАНАЛ

**06.00, 06.10, 03.35, 06.55, 04.20, 07.40, 05.00, 08.25** Т/с «ПЯТНИЦКИЙ. ГЛАВА ЧЕТВЕРТАЯ» (16+)  
**09.20, 10.10, 11.10, 12.05, 00.05, 01.05, 02.00, 02.55** Т/с «АЗ ВОЗДАМ» (16+)  
**13.05, 14.00, 14.55, 15.45, 16.45, 17.40, 18.35, 19.30, 20.25, 21.20, 22.20, 23.15** Т/с «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-2» (16+)

### КАРУСЕЛЬ

**06.00** М/с «Малышарики» (0+)  
**07.55, 08.30** Жужжалка (0+)  
**08.00** С добрым утром, малыши! (0+)  
**08.40** М/с «Йоко» (0+)  
**10.00** Еда на ура! (0+)  
**10.20** М/с «Малыши и Медведь» (0+)  
**10.30** М/с «Супер Ралли» (0+)  
**11.45** Мастерская «Умелые ручки» (0+)  
**12.05** М/с «Пластинки» (0+)  
**12.10** М/с «Простоквашино» (0+)  
**13.30** Игра с умом (0+)  
**13.50** М/с «Фееринки» (0+)  
**15.30** Букабу (0+)  
**15.40** М/с «Приключения Ам Няма» (0+)  
**16.00** Ералаш (6+)  
**17.15** М/с «Снежная Королева. Хранители Чудес» (0+)  
**17.40** М/с «Приключения Барби в доме мечты» (0+)  
**18.05** М/с «Смешарики» (0+)  
**19.50** М/с «Оранжевая королева» (0+)  
**21.30** Спокойной ночи, малыши! (0+)  
**21.45** М/с «Ми-Ми-Мишки» (0+)  
**23.05** М/с «Радужно-бабочково-единорожная кошка» (6+)  
**23.30** М/с «С.О.Б.Е.З» (6+)  
**23.55** М/с «Инфинити Надо» (6+)  
**00.15** М/с «Трансформеры. Кибервселенная» (6+)  
**00.45** М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (6+)  
**01.10** М/с «Смешарики. Пинкод» (6+)  
**02.00** М/с «Колобанга. Только для пользователей Интернета» (6+)  
**05.00** М/с «Пингвиненок Пороро» (0+)

### ОТР

**07.00, 17.05** Большая страна (12+)  
**08.00** 5 минут для размышлений (12+)  
**08.05** За дело! (12+)  
**08.45** От прав к возможностям (12+)  
**09.00, 15.45, 16.05** Календарь (12+)  
**10.00** Служу Отчизне (12+)  
**10.30** Гамбургский счет (12+)  
**11.00, 02.45** Х/ф «СВЯЗЬ» (16+)  
**12.20, 05.20** Х/ф «СПАРТАК И КАЛАШНИКОВ» (12+)  
**14.00, 16.00** Новости  
**14.05** Х/ф «УЖИН В ЧЕТЫРЕ РУКИ» (12+)  
**16.40** Среда обитания (12+)  
**18.00** Имею право! (12+)  
**18.30, 04.55** Д/ф «Фритьоф Нансен. Нет жизни без борьбы» (12+)  
**19.00** Активная среда (12+)  
**19.30** Домашние животные (12+)  
**20.00, 02.00** Отражение недели (12+)  
**20.45** Моя история (12+)  
**21.20** Х/ф «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ» (16+)  
**23.10** Вспомнить все (12+)  
**23.40** Х/ф «КАК Я ПРОВЕЛ ЭТИМ ЛЕТОМ» (16+)  
**01.45** Д/ф «Пять причин поехать в...» (12+)  
**04.05** Культурный обмен (12+)

### ТВ-ЦЕНТР

**06.25** Х/ф «ССОРА В ЛУКАШАХ» (12+)  
**08.00** Фактор жизни (12+)  
**08.35** Х/ф «ВСЕ О ЕГО БЫВШЕЙ» (12+)  
**10.45** Д/ф «Георгий Вицин. Не надо смеяться» (12+)  
**11.40** Спасите, я не умею готовить! (12+)  
**12.30, 01.20** События  
**12.45** Х/ф «ВОЗВРАЩЕНИЕ «СВЯТОГО ЛУКИ» (0+)  
**14.40** Смех с доставкой на дом (12+)  
**15.30** Московская неделя  
**16.05** Хроники московского быта. Мать-кукушка (12+)  
**17.00** Прощание. Михаил Козаков (16+)  
**17.55** Женщины Игоря Старыгина (16+)  
**18.40** Х/ф «СВОДНЫЕ СУДЬБЫ» (12+)  
**22.30, 01.35** Х/ф «КОГОТЬ ИЗ МАВРИТАНИИ-2» (16+)  
**02.30** Петровка, 38 (16+)  
**02.40** Х/ф «ТОТ, КТО РЯДОМ» (12+)  
**05.50** Д/ф «Вадим Спиридонов. Я уйду в 47» (12+)  
**06.30** Осторожно, мошенники! Шопинг вслепую (16+)

### КРОССВОРД №706

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** **5.** Приемная дамская комната в богатом доме. **8.** Военное снаряжение и обмундирование. **9.** Источник тихого шелеста в лесу. **10.** Замкнутая и непрерывная череда событий. **11.** «Цветное» название долларов. **12.** Грубо и примитивно выполненная работа. **13.** Центр региона на реке Белой. **17.** Название мэрии, если бы мы жили в 1800 году. **22.** Агент, специализирующийся на недвижимости. **23.** «Минус», ударивший по зелени. **24.** Треугольный платок как головной убор. **25.** Вода, собравшаяся на крышке кастрюли. **26.** Свидание влюбленных в назначенное время. **27.** Повесть Достоевского называется «Неточка ...». **28.** Кавалерист, в броню одетый.

**ПО ВЕРТИКАЛИ:** **1.** Остатки от разделанных орехов. **2.** Знаменитое блюдо, которое придумали в итальянском городке Генуя. **3.** Одна из услуг, предлагаемая клиентам салонами магии и колдовства. **4.** Фильм, прославивший Джека Леммона. **5.** Состав, что «лечит на раны». **6.** Экран для отображения информации. **7.** Доблестный рыцарь у Вальтера Скотта. **14.** Российский император, заключивший союз с Наполеоном. **15.** Косинус, деленный на синус. **16.** Ценное вещество из раковин некоторых моллюсков. **17.** Он на самом деле играет по нотам. **18.** Милосердие и человеколюбие. **19.** Популярный сорт копченой колбасы. **20.** Электрическое сопротивление. **21.** Европейское название азиатской игры в нарды.

	1	2	3	4	5	6	7	
8								
					9			
10								
					11			
12								
					13	14	15	16
17	18	19	20	21	22			
23								
					24			
25								
					26			
27								
					28			

Ответы • на кроссворд №704 от 26 декабря 2020 г., стр. 22:

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ:** **5.** Ремикс. **8.** Макулатура. **9.** Стремя. **10.** Экстрасенс. **11.** Трепак. **14.** Второе. **15.** Овал. **16.** Гривна. **17.** Тройка. **18.** Мэри. **19.** Йогурт. **23.** Тягач. **26.** Право. **27.** Автомат. **28.** Парус. **29.** Лихач. **30.** Тумблер. **31.** Амат. **32.** Тютюн. **33.** Камбала.  
**ПО ВЕРТИКАЛИ:** **1.** Байка. **2.** Хунта. **3.** Галантерея. **4.** Душегрейка. **5.** Расстегай. **6.** Маркетинг. **7.** Комбайнер. **12.** Космополит. **13.** Матриархат. **20.** Оптимум. **21.** Ухмылка. **22.** Тетерка. **23.** Топчан. **24.** Гурман. **25.** Частик.

### РОССИЯ К

#### «МАЙ В МЭЙФЭЙРЕ»

Далекому от моды человеку по имени Майкл Гор-Браун достается в наследство лондонский дом моды. Майкл тут же решает его выгодно продать, но знакомится с главным дизайнером дома Айлин, в которую влюбляется. Наследник оставляет дом себе и начинает ухаживать за Айлин. Конкурирующий дом моды, который планировал выкупить у Майкла его собственность, начинает вести грязную игру, чтобы убедить наследника продать свой бизнес.

СМОТРИТЕ МЮЗИКЛ «МАЙ В МЭЙФЭЙРЕ» 24 ЯНВАРЯ (12+).



ВОСКРЕСЕНЬЕ, 24 ЯНВАРЯ

ТВ программа

ТЕРРА-РЕН ТВ

**06.00** Тайны Чапман (16+)  
**07.00** Прямой эфир. Турнир по смешанным единоборствам UFC 257. Дастин Порье vs Конор Макгрегор (16+)  
**08.30** Х/ф «БАГРОВАЯ МЯТА» (16+)  
**10.15** Х/ф «КОЛОМБИАНА» (16+)  
**12.15** Х/ф «КОМАНДА «А» (16+)  
**14.40** Х/ф «ЛЫСЫЙ НЯНЬКА. СПЕЦЗАДАНИЕ» (16+)  
**16.35** На крючке (16+)  
**19.00** Х/ф «ДЖЕК РИЧЕР» (16+)  
**21.35** Х/ф «ДЖЕК РИЧЕР-2. НИКОГДА НЕ ВОЗВРАЩАЙСЯ» (16+)  
**00.00** Добров в эфире (16+)  
**01.05** Военная тайна (16+)  
**03.00** Самые шокирующие гипотезы (16+)  
**05.25** Территория заблуждений (16+)

ГУБЕРНИЯ

**06.00, 20.00** Т/с «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН» (12+)  
**07.00** «Путь паломника» (12+)  
**07.25** «Народное признание» (12+)  
**07.40, 11.40** «Губерния. Итоги» (12+)  
**08.00** «Другой Тольятти» (12+)  
**08.10, 09.30** «Мультимир» (6+)  
**09.00** «Про животных и людей. Шри-Ланка. Живые тракторы Востока» (12+)  
**09.45** М/ф «Робики» (6+)  
**11.00** «Школа здоровья» (16+)  
**11.10** «Ручная работа» (12+)  
**12.20** «Сделано в Евразии» (12+)  
**12.30** Х/ф «ФОРТ РОСС: В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ» (6+)  
**14.15** «Последний день» (12+)  
**15.00** Х/ф «СТАРТАП» (12+)  
**16.40** Х/ф «НЕВЕРОЯТНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ МИСТЕРА СПИВЕТА» (6+)  
**18.30** «EUROMAXX: окно в Европу» (16+)  
**19.00** «Точки над i» (12+)  
**19.45** «Сохраняйте чек» (12+)  
**21.00** «Свадебный размер» (16+)  
**22.00** Т/с «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО» (16+)  
**23.40** Х/ф «ГОРЯЧИЕ НОВОСТИ» (16+)  
**02.10** ТВ-шоу «Слава Богу, ты пришел!» (16+)  
**03.00** «Неограниченные возможности» (12+)  
**03.20** Х/ф «СЛЕДЫ НА ВОДЕ» (16+)  
**05.00** «Своими ногами» (12+)  
**05.30** «Путь художника» (12+)

СТС

**08.00, 07.50** Ералаш (0+)  
**08.15** М/с «Тролли. Праздник продолжается!» (6+)  
**09.00** М/с «Три кота» (0+)  
**09.30** М/с «Царевны» (0+)  
**09.50** М/с «Как приручить дракона. Легенды» (6+)  
**10.50** М/ф «Драконы. Гонки бесстрашных. Начало» (6+)  
**11.20** М/ф «Как приручить дракона. Возвращение» (6+)  
**11.45** М/ф «Как приручить дракона» (12+)  
**13.40** М/ф «Как приручить дракона-2» (0+)  
**15.40** Х/ф «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. БРАТСТВО КОЛЬЦА» (12+)  
**19.20** Х/ф «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ДВЕ КРЕПОСТИ» (12+)  
**23.00** Х/ф «ВЛАСТЕЛИН КОЛЕЦ. ВОЗВРАЩЕНИЕ КОРОЛЯ» (12+)  
**03.00** Х/ф «ЧУДО НА ГУДЗОНЕ» (16+)  
**04.40** Т/с «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ» (12+)  
**07.00** 6 кадров (16+)  
**07.40** М/ф «Олень и волк» (0+)

ЗВЕЗДА

**08.30** Х/ф «ЖДИТЕ СВЯЗНОГО» (12+)  
**10.00** Новости недели  
**10.25** Служу России (12+)  
**10.55** Военная приемка (6+)  
**11.45** Скрытые угрозы (12+)  
**12.30** Д/с «Секретные материалы» (12+)  
**13.20** Код доступа (12+)  
**14.10** Специальный репортаж (12+)  
**14.55** Т/с «СМЕРШ. ЛЕГЕНДА ДЛЯ ПРЕДАТЕЛЯ» (16+)  
**19.00** Главное с Ольгой Беловой  
**20.20** Легендарные матчи (12+)  
**00.00** Фетисов (12+)  
**00.45** Х/ф «ИНТЕРВЕНЦИЯ» (0+)  
**02.45** Х/ф «ВЕРТИКАЛЬ» (0+)  
**03.55** Х/ф «713-И ПРОСИТ ПОСАДКУ» (0+)  
**05.10** Х/ф «ОНА ВАС ЛЮБИТ» (0+)  
**06.35** Д/с «Москва фронту» (12+)

ДОМАШНИЙ

**08.30, 08.20** 6 кадров (16+)  
**08.40** Пять ужинов (16+)  
**08.55** Д/ф «Порча» (16+)  
**09.30** Х/ф «НУЛЕВОЙ ЦИКЛ» (16+)  
**11.20** Х/ф «ДОРОГА, ВЕДУЩАЯ К СЧАСТЬЮ» (16+)  
**13.15** Х/ф «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА» (12+)  
**17.05** Х/ф «НАСТУПИТ РАССВЕТ» (16+)  
**21.00** Т/с «ЛЮБОВЬ ПРОТИВ СУДЬБЫ» (16+)  
**00.00** Х/ф «СНАЙПЕРША» (16+)  
**04.00** Т/с «ТРИ СЕСТРЫ» (16+)  
**07.05** Д/ф «Знать будущее. Жизнь после Ванги» (16+)  
**07.55** Домашняя кухня (16+)

ГИС



**06.00, 10.00, 14.00, 18.00** Информационная программа «События. Итоги» (16+)  
**06.30** Х/ф «ПЕРЕПРАВА», 2 серии (16+)  
**09.30** «Здорово есть!» (6+)  
**10.30, 02.40** Х/ф «БЕГУЩАЯ ПО ВОЛНАМ» (0+)  
**12.40, 05.35** Д/ф «Наше кино. История большой любви» (12+)  
**13.30** МоЁжТВ (12+)  
**14.25** Shopping гид. Путеводитель по скидкам (12+)  
**14.30** Город-С. Звоните доктору (повтор) (16+)  
**15.05** М/ф «Переполюх в Гималаях» (12+)  
**16.30** «КОМИССАР МЕГРЭ» (12+)  
**18.30** Город-С. Самарская среда с Яном Налимовым (повтор) (12+)  
**19.00** Х/ф «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА» (12+)  
**20.30** Х/ф «ПРИНЦЕССА ИЗ МОНПАНСЬЕ» (16+)  
**22.45** «Лекарства, которые спасли мир» (12+)  
**23.10** Х/ф «К ЧУДУ» (12+)  
**01.00** Х/ф «МЕРЗЛАЯ ЗЕМЛЯ» (16+)  
**04.50** Живая музыка (0+)

ТВЗ

**07.00** Мультфильмы (0+)  
**11.15** Новый день (16+)  
**11.45, 12.45** Т/с «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ» (16+)  
**13.45, 00.15** Х/ф «БАГРОВЫЕ РЕКИ. АНГЕЛЫ АПОКАЛИПСИСА» (16+)  
**15.45** Х/ф «Я, АЛЕКС КРОСС» (16+)  
**17.45** Х/ф «СМЕРТЕЛЬНАЯ ГОНКА» (16+)  
**20.00** Х/ф «СЕКРЕТНЫЙ АГЕНТ» (16+)  
**22.00** Х/ф «СМЕРТНЫЙ ПРИГОВОР» (16+)  
**02.15** Х/ф «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ» (16+)  
**04.15, 05.00** Городские легенды (16+)  
**05.45, 06.30** Тайные знаки (16+)

МИР

**06.00** Х/ф «СЕРДЦА ЧЕТЫРЕХ» (0+)  
**06.15** Мультфильмы (0+)  
**08.50** Х/ф «ПРИЕХАЛИ НА КОНКУРС ПОВАРА...» (12+)  
**10.25** Рожденные в СССР (12+)  
**11.00, 17.00** Новости  
**11.10, 17.15, 20.30, 02.00** Т/с «МАРГАРИТА НАЗАРОВА» (16+)  
**19.30, 01.00** Вместе

СПАС

**06.00, 00.55** День Патриарха (0+)  
**06.10, 04.30** Свое с Андреем Даниленко (6+)  
**06.45, 09.00, 09.45, 05.15** Мультфильмы на «Спасе» (0+)  
**07.00, 07.30, 08.00, 08.30** Монастырская кухня (0+)  
**09.30, 05.45** Тайны сказок. С Анной Ковальчук (0+)  
**10.00** Дорога (0+)  
**11.00** Божественная литургия. Прямая трансляция (0+)  
**13.55, 03.00** Завет (6+)  
**15.00** Простые чудеса (12+)  
**15.55** Х/ф «ДОЖИВЕМ ДО ПОНЕДЕЛЬНИКА» (0+)  
**18.00** Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова (16+)  
**19.00, 01.10** Главное. С Анной Шафран. Новости на «Спасе» (0+)  
**20.30** Х/ф «ФИЛЕР» (16+)  
**22.10** Парсуна.С Владимиром Легойдой (12+)  
**23.10, 02.30** Щипков (12+)  
**23.45, 05.00** Лица Церкви (6+)  
**00.00** Курск. Двадцать лет спустя (12+)  
**04.00** Я хочу ребенка (12+)

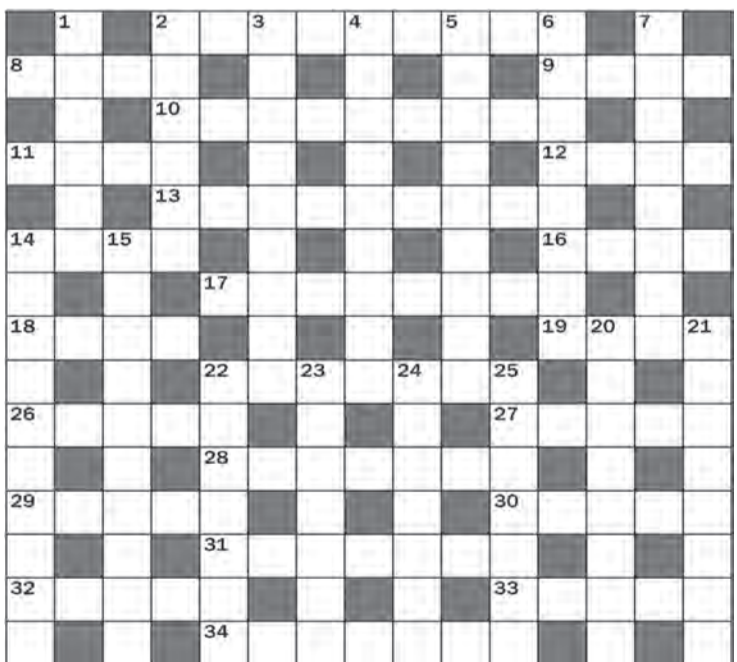
СКАТ-ТНТ

**07.00, 07.30** ТНТ. Gold (16+)  
**08.00, 08.30, 10.00, 10.30, 11.00, 11.30, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30** Т/с «САШАТАНЯ» (16+)  
**09.00** Новое утро (16+)  
**09.30** Перегрузка (16+)  
**12.00, 00.00** Х/ф «ЛЮДИ ИКС. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА» (16+)  
**14.00** Х/ф «ЛЮДИ ИКС. ПЕРВЫЙ КЛАСС» (16+)  
**19.00, 20.00, 21.00** Однажды в России (16+)  
**22.00** Stand up (16+)  
**23.00** Talk (16+)  
**02.00, 03.25** Импровизация (16+)  
**03.00** ТНТ Music (16+)  
**04.15** Comedy Баттл (16+)  
**05.10** Открытый микрофон (16+)  
**06.00, 06.30** ТНТ. Best (16+)

КРОССВОРД №707

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 2.** «... подобно морской воде, от которой жажда тем больше усиливается, чем больше пьешь» (Шопенгауэр).  
**8.** Вагонная каюта, полная уюта. **9.** Отмеренная порция лекарства. **10.** Русский архитектор итальянского происхождения, построивший Зимний дворец в Санкт-Петербурге. **11.** Кусок выдранный шерсти, ткани. **12.** Жилище бога Яхве (Ветхий Завет). **13.** Твердость характера из вредности. **14.** Небольшой отдельный монастырь. **16.** Страна, в которую должны были в 1973 году войти войска СССР по несбывшему пророчеству Ванги. **17.** Детеныш мудрого Хатхи, которого Маугли вытащил из ямы. **18.** Телега, привязанная к ишаку. **19.** «... Делон говорит по-французски». **22.** Верховная лошадь восточной породы. **26.** Вода, насыщенная тем, что в ней кипело. **27.** Все, что может вымолвить годовалый ребенок. **28.** Газета, журнал или книга как продукция. **29.** Шестая часть дачного надела. **30.** Стихия, сила которой измеряется по шкале Бофорта. **31.** «Калибр» бутылочного горлышка. **32.** Обломок скалы, когда-то отполированный и занесенный ледниками. **33.** Колючий зверек, женский род. **34.** Время, отведенное для посещения театрального буфета.

**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Грызун, один из объектов американской спортивной охоты - варминтинга. **2.** Хищник из семейки ястребиных. **3.** Артист, добравшийся до своих далеких поклонников. **4.** Жительница бывшей союзной республики. **5.** Денежное дерево по-научному. **6.** Он сам себе путешественник. **7.** «Такое ... невиданных зверей». **14.** Мероприятие, связанное с созданием новой семьи. **15.** Спаситель и освободитель. **20.** Если дворянин - бархатник, то крестьянин - ... **21.** Государственные или частные конторы, в функции которых входит удостоверение сделок, оформление наследственных прав. **22.** Она дала Тесею нить, чтобы он не заблудился в лабиринте. **23.** Устройство для отбора воды из водопроводной сети для тушения пожара. **24.** Уплотнительная деталь машины, обычно в виде кольца. **25.** Приспешник, не брезгающий ничем, чтобы угодить своему покровителю.



Ответы • на кроссворд №705 от 26 декабря 2020 г., стр. 23:

**ПО ГОРИЗОНТАЛИ: 5.** Визави. **8.** Шкварчание. **9.** Лекало. **10.** Варварство. **11.** Гарант. **12.** Колдовство. **13.** Ночник. **16.** Снеток. **17.** Овод. **18.** Аналог. **22.** Дедал. **25.** Кашне. **26.** Упряжка. **27.** Тонус. **28.** Диета. **29.** Арабика. **30.** Логик. **31.** Весть. **32.** Азазель.  
**ПО ВЕРТИКАЛИ: 1.** Экватор. **2.** Разводы. **3.** Очарование. **4.** Институтка. **5.** Велогонка. **6.** Закорючка. **7.** Валентино. **14.** Волкодав. **15.** Ромштекс. **19.** Нирвана. **20.** Лежбище. **21.** Главарь. **22.** Деталь. **23.** Деньги. **24.** Лусака.

ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦЫ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА

Кадастровым инженером Правосудовым Денисом Михайловичем, 443092, г. Самара, ул. Теннисная, 17, комната 11, тел. 8-927-658-30-30, номер квалификационного аттестата 63-11-95, в отношении земельного участка, расположенного по адресу: Самарская область, г. Самара, Красноглинский р-н, СДТ «Железнодорожник», м-в 28 «Ягодная», уч. 48, кадастровый номер 63:01:0340004:852, выполняются кадастровые работы по уточнению местоположения границы и площади земельного участка. Заказчиком кадастровых работ является Белгородцева Антонина Александровна, адрес: г. Самара, ул. Вольская, д. 77, кв. 94, тел. 8-927-729-94-79. Собрание заинтересованных лиц по поводу согласования местоположения границ земельного участка состоится по адресу: Самарская область, г. Самара, Красноглинский р-н, СДТ «Железнодорожник», м-в 28 «Ягодная», уч. 48 **16 февраля 2021 г. в 12.00.** С проектом межевого плана земельного участка можно ознакомиться по адресу: г. Самара, ул. Теннисная, 17, комната 12. Возражения по проекту межевого плана и требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с **16 января 2021 г. по 15 февраля 2021 г.** по адресу: г. Самара, ул. Теннисная, 17, комната 12. Смежные земельные участки, с правообладателями которых требуется согласовать местоположение границы: 1) земельный участок, расположенный по адресу: Самарская область, г. Самара, Красноглинский р-н, СДТ «Железнодорожник», м-в 28 «Ягодная», уч. 50; 2) земельный участок, расположенный по адресу: Самарская область, г. Самара, Красноглинский р-н, СДТ «Железнодорожник», м-в 28 «Ягодная», уч. 54. А также другие смежные земельные участки, расположенные в кадастровом квартале 63:01:0335006. При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

# Гид развлечений

				Место для гурда	Он же фуру, он же фретка	
Слишком много знает	Французский господин	Красивая птица с хохолком				
			Мини-решето	Огородный салат		
Предварительный набросок	Сигнал рукой	Лучший друг Шрека				
Зачин в хоре						
	"Чёрная малина"	Нечто схожее	Нижайшая просьба	Лесная птица		
	Расправа по методу Лияча				Товары на дом	
					Говорящий попугай	
			Дверца в кассе		Дозорный "вовода"	
					Арина Родионовна	
	След на скатерти	"Пограничный пёс ..."		Нотный ряд	Оперная форма	
			Некто в мешке		Вес драматалла в монете	
Оптический прибор	Только на дамской шляпке	Перистые ...			Полуматерик	
			И норка, и шиншила	Костюмная ткань		
					Фильм на бумаге	
					Клавишное общение	
	Слой под корой	Лёгкая штора	Полнейшая темень		И барбус, и жук-дровосек	
			Добавка в хлеб	Лицо российского автопрома	Родина гигантских варанов	
					Пост Лунначарского	
	"Король" заморский	Природный жёлтый краситель			Герой "Властелина колец"	
					Графство Узлеса	
			Холя и забота	Рыбный инструмент	Спасённая невеста Шрека	
					Резина из автомагистрали	
	Его держат перед Богом	"Орало" оратора			"Турецкий ..." Моцарт	
	Неофициальная информация			Сношенные сапоги		
	Рок поэтично	Гонимый автомобиль			Поп-дива Селин ...	
					Цепля лента патროнов	

## Календарь

<b>Суббота</b>	<b>16 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:46	16:54
Луна	10:51	20:43
	Растущая луна	
<b>Воскресенье</b>	<b>17 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:45	16:55
Луна	11:09	21:56
	Растущая луна	
<b>Понедельник</b>	<b>18 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:44	16:57
Луна	11:23	23:07
	Растущая луна	
<b>Вторник</b>	<b>19 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:43	16:59
Луна	11:36	----
	Растущая луна	
<b>Среда</b>	<b>20 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:42	17:01
Луна	11:48	00:16
	Растущая луна	
<b>Четверг</b>	<b>21 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:40	17:02
Луна	12:01	01:25
	Растущая луна	
<b>Пятница</b>	<b>22 января</b>	
	восход	заход
Солнце	08:39	17:04
Луна	12:15	02:35
	Растущая луна	

## Ответы

на сканворд от 26 декабря, стр. 24:

	И	Р	У	Д	А	
П	Е	М	З	А	О	
О	П	С	А	Л	О	
П	Р	Е	С	С	Г	
Р	Р	О	М	О	Н	
А	А	Л	А	Т	Ы	
В	А	Т	Т	Г	А	Р
К	И	Н	О	С	Т	В
А	К	В	А	П	А	Р
К	Р	Е	С	Т		
Р	Н	О	Т	Ы	Р	Х
К	У	М	И	Р	Б	А
Т	К	У	Р	А	Р	Е
Б	О	Г	А	Ч	М	А
Я	И	Д	Е	Я	О	Т
Ю	Р	Т	А	Р	К	А
Ю	Ф	Е	Я		Д	О
К	А	Р	Н	И	З	П
Е	Б	К	И	З	И	Л
Д	Р	А	Г	У	Н	Т
Ы	Н	С	А	Р	А	Й

## ДНИ РОЖДЕНИЯ

<b>16 ЯНВАРЯ</b>	<b>Боярская Галина Павловна,</b> председатель Совета ветеранов п. Управленческий;
<b>Кузьмичева Екатерина Ивановна,</b> первый заместитель председателя Самарской губернской думы VI созыва;	<b>Девятова Елена Николаевна,</b> директор школы №176;
<b>Мясникова Марина Геннадьевна,</b> управляющая отделением Волго-Вятского главного управления Центрального банка Российской Федерации по Самарской области;	<b>Доценко Иван Дмитриевич,</b> начальник штаба - заместитель начальника управления Федеральной службы войск Национальной гвардии Российской Федерации по Самарской области, полковник;
<b>Шанов Сергей Николаевич,</b> руководитель департамента градостроительства г.о. Самара.	<b>Кузнецов Николай Александрович,</b> депутат Самарской губернской думы VI созыва;
<b>17 ЯНВАРЯ</b>	<b>Стреленко Константин Константинович,</b> директор муниципального предприятия г.о. Самара «Жилсервис»;
<b>Гольдин Александр Моисеевич,</b> председатель Совета ветеранов войны, труда, Вооруженных сил и правоохранительных органов Куйбышевского района Самары;	<b>Халиуллов Шамиль Талгатович,</b> директор муниципального бюджетного учреждения «Дорожное хозяйство».
<b>Ураксина Елена Геннадьевна,</b> директор гимназии №4.	
<b>18 ЯНВАРЯ</b>	<b>21 ЯНВАРЯ</b>
<b>Филиппенко Владимир Михайлович,</b> руководитель управления Государственной охраны объектов культурного наследия Самарской области.	<b>Горшкова Татьяна Николаевна,</b> заведующая детским садом №404;
<b>19 ЯНВАРЯ</b>	<b>Саркисов Карэн Борисович,</b> скульптор, член Московского союза художников;
<b>Андреева Евгения Владимировна,</b> заведующая детским садом №277;	<b>Сафиуллина Татьяна Юрьевна,</b> директор санаторной школы-интерната №9.
<b>20 ЯНВАРЯ</b>	<b>22 ЯНВАРЯ</b>
<b>Артюкова Ольга Ивановна,</b> заведующая детским садом №75.	<b>Рязанов Сергей Владимирович,</b> заместитель председателя думы городского округа Самара VII созыва;
<b>Арсланов Наиль Тахавович,</b> генеральный директор АО «Магистраль»;	<b>Харитонов Максим Николаевич,</b> первый заместитель главы городского округа Самара.

## Неблагоприятные дни в ЯНВАРЕ

Магнитные бури оказывают прямое или косвенное воздействие на наше самочувствие и здоровье. Критическими (трудными) днями, в которые возможны резкие изменения соотношения погодных и других геофизических факторов, в ЯНВАРЕ будут:

**17** (с 15.00 до 17.00).....3 балла      **30** (с 10.00 до 12.00).....3 балла  
**24** (с 19.00 до 21.00).....2 балла



Постарайтесь в эти дни более пристально обратить внимание на свое самочувствие. **Будьте здоровы!**



## Официальное опубликование

**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА**  
**ПОСТАНОВЛЕНИЕ**  
15.01.2021 № 6

**О внесении изменений в отдельные муниципальные  
правовые акты городского округа Самара**

В соответствии с Федеральным законом от 06.10.2003 № 131-ФЗ «Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации», Федеральным законом от 17.07.1999 № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи», постановлением Правительства Российской Федерации от 14.02.2017 № 181 «О Единой государственной информационной системе социального обеспечения», Уставом городского округа Самара в целях приведения муниципальных правовых актов городского округа Самара в соответствие с действующим законодательством постановляю:

1. Внести в пункт 2.3 приложения к постановлению Администрации городского округа Самара от 25.03.2013 № 210 «Об утверждении Порядка предоставления единовременного пособия лицам с ограниченными возможностями – выпускникам общеобразовательных учреждений» следующие изменения:

1.1.1. Подпункт 7 изложить в следующей редакции:  
«7) документы, подтверждающие регистрацию получателя пособия по месту жительства на территории городского округа Самара».

1.1.2. Подпункт 11 изложить в следующей редакции:  
«11) сведения о страховом номере индивидуального лицевого счета (СНИЛС) получателя пособия (при наличии)».

2. Внести в постановление Администрации городского округа Самара от 14.06.2013 № 581 «Об утверждении Порядка предоставления компенсационных выплат на установку индивидуальных приборов учета горячего и холодного водоснабжения отдельным категориям граждан, проживающим на территории городского округа Самара» следующие изменения:

2.1. В пункте 4 постановления слова «Сластенина В.В.» заменить словами «Харитонов М.Н.».  
2.2. В приложении к постановлению (далее – Порядок):  
2.2.1. Абзац первый пункта 2 изложить в следующей редакции:  
«2. Компенсационная выплата предоставляется следующим категориям граждан Российской Федерации, проживающим на территории городского округа Самара».

2.2.2. В пункте 8:  
2.2.2.1. Абзац восьмой исключить.  
2.2.2.2. Дополнить абзацем следующего содержания:  
«сведения о страховом номере индивидуального лицевого счета заявителя (при наличии)».

2.2.3. Пункт 13 после слов «перечисленных в пункте 8 настоящего Порядка» дополнить словами «, за исключением сведений о страховом номере индивидуального лицевого счета заявителя».

2.2.4. Дополнить пунктом 18 следующего содержания:  
«18. Информация о предоставлении компенсационной выплаты размещается в Единой государственной информационной системе социального обеспечения (далее – ЕГИССО). Размещение и получение указанной информации в ЕГИССО осуществляются в соответствии с Федеральным законом от 17.07.1999 № 178-ФЗ «О государственной социальной помощи»».

2.2.5. Приложение к Порядку после слов «нормативными правовыми актами» дополнить словами «и на размещение персональных данных в Единой государственной информационной системе социального обеспечения (ЕГИССО)», после слов «действия (операции) с персональными данными,» дополнить словами «в том числе в ЕГИССО».

3. Внести в приложение № 1 к постановлению Администрации городского округа Самара от 26.05.2015 № 546 «Об утверждении Порядка предоставления единовременной социальной выплаты на проведение ремонта индивидуальных жилых домов и жилых помещений в многоквартирных домах в части их приспособления к физическим возможностям инвалидов» следующие изменения:

3.1. Абзац первый пункта 1.6 после слова «предоставляется» дополнить словами «следующим категориям граждан Российской Федерации».

3.2. Абзац пятый пункта 2.5 изложить в следующей редакции:  
«сведения о страховом номере индивидуального лицевого счета заявителя (при наличии)».

4. Внести в постановление Администрации городского округа Самара от 17.06.2015 № 630 «Об утверждении Порядка предоставления единовременной социальной выплаты инвалидам, проживающим в городском округе Самара, на ремонт жилых помещений» следующие изменения:

4.1. В приложении № 1 к постановлению (далее – Порядок предоставления единовременной социальной выплаты):  
4.1.1. Пункт 1.6 изложить в следующей редакции:  
«1.6. Единовременная социальная выплата носит заявительный характер и предоставляется следующим категориям граждан Российской Федерации, имеющим постоянную регистрацию в городском округе Самара и проживающим на территории городского округа Самара (далее – заявители):  
одиноко проживающие инвалиды 2 группы;  
инвалиды 1 группы».

4.1.2. В пункте 2.5:  
4.1.2.1. Абзац четвертый изложить в следующей редакции:  
«сведения о страховом номере индивидуального лицевого счета заявителя (при наличии)».

4.1.2.2. Абзац седьмой изложить в следующей редакции:  
«документы, подтверждающие регистрацию заявителя и совместно проживающих с ним лиц, указанных в заявлении, по месту жительства в городском округе Самара (для инвалидов 2 группы)».

4.1.2.3. Дополнить абзацем следующего содержания:  
«Заявитель несет ответственность за достоверность самостоятельно представленных сведений и документов».

4.1.3. Дополнить пунктами 2.5.2, 2.5.3 следующего содержания:  
«2.5.2. В случае непредставления заявителем – инвалидом 2 группы документов, указанных в абзаце седьмом пункта 2.5 настоящего Порядка, специалист отдела МКУ в срок не позднее 5 (пяти) рабочих дней со дня регистрации заявления направляет запрос в рамках межведомственного информационного взаимодействия в органы государственной власти, органы местного самоуправления, в распоряжении которых находятся указанные документы (сведения).  
2.5.3. В случае указания в заявлении сведений об отсутствии лиц, совместно проживающих и зарегистрированных с заявителем – инвалидом 2 группы, документы, предусмотренные абзацем седьмым пункта 2.5 настоящего Порядка, в порядке межведомственного информационного взаимодействия не запрашиваются».

4.1.4. Пункт 2.7 после слов «настоящего Порядка» дополнить словами «(в случае представления заявителем полного пакета документов), либо со дня получения ответа на запрос (в случае, указанном в пункте 2.5.2 настоящего Порядка)».

4.1.5. В абзаце втором пункта 3.11 слова «документа, указанного в абзаце четвертом» заменить словами «документов, указанных в абзацах четвертом и седьмом».

4.1.6. Приложение № 1 к Порядку предоставления единовременной социальной выплаты изложить в редакции согласно приложению № 1 к настоящему постановлению.

4.2. В приложении № 3 к постановлению (далее – Порядок формирования и ведения Списка):  
4.2.1. Пункт 2.1 изложить в следующей редакции:  
«2.1. Для включения в Список граждан из числа категорий, указанных в пункте 1.6 Порядка предоставления единовременной социальной выплаты инвалидам, проживающим в городском округе Самара, на ремонт жилых помещений (далее – Порядок предоставления единовременной социальной выплаты), нуждающийся в проведении ремонта жилого помещения лично либо через представителя, полномочия которого удостоверены доверенностью, совершенной в простой письменной форме, обращается в отдел по предоставлению мер социальной поддержки населения соответствующего района МКУ г.о. Самара «ЦОМСПН» (далее – отдел МКУ) с заявлением о включении в указанный Список по форме согласно приложению № 1 к настоящему Порядку».

К заявлению прилагаются следующие документы:  
копия паспорта;  
копия документа, подтверждающего инвалидность 1 или 2 группы;  
документы, подтверждающие регистрацию заявителя и совместно проживающих с ним лиц, указанных в заявлении, по месту жительства в городском округе Самара (для инвалидов 2 группы);  
копии документов, подтверждающих личность и полномочия представителя (в случае обращения через представителя).

Оригиналы данных документов предоставляются заявителем (представителем заявителя) на приеме для обозрения специалисту отдела МКУ и подлежат возврату заявителю (представителю заявителя).

Заявление с приложенными документами регистрируется во время приема заявителя (представителя заявителя) специалистом отдела МКУ в журнале регистрации и в прикладном программном обеспечении «Очередность» (далее – ППО «Очередность») в хронологическом порядке согласно дате и времени подачи заявления.

В случае непредставления заявителем – инвалидом 2 группы документов, подтверждающих регистрацию заявителя и совместно проживающих с ним лиц, указанных в заявлении, по месту жительства в городском округе Самара, специалист отдела МКУ в срок не позднее 5 (пяти) рабочих дней со дня регистрации заявления направляет запрос в рамках межведомственного информационного взаимодействия в органы государственной власти, органы местного самоуправления, в распоряжении которых находятся указанные документы (сведения).

В случае указания в заявлении сведений об отсутствии лиц, совместно проживающих и зарегистрированных с заявителем-инвалидом 2 группы, документы, указанные в абзаце пятом настоящего пункта, в порядке межведомственного информационного взаимодействия не запрашиваются.

Заявитель несет ответственность за достоверность самостоятельно представленных сведений и документов.

Отдел МКУ в течение одного рабочего дня со дня регистрации заявления (в случае представления заявителем полного пакета документов) либо со дня получения ответа на запрос (в случае, указанном в абзаце девятом настоящего пункта) проверяет представленные документы на предмет наличия или отсутствия оснований для отказа во включении заявителя в Список, указанный в пункте 2.2 настоящего Порядка».

4.2.2. В пункте 2.2:  
4.2.2.1. Абзац второй дополнить словами:  
«, за исключением документов, подтверждающих регистрацию заявителя и совместно проживающих с ним лиц, указанных в заявлении, по месту жительства в городском округе Самара».

4.2.2.2. Абзац шестой изложить в следующей редакции:  
«При наличии оснований для отказа во включении заявителя в Список отдел МКУ в срок не позднее 10 рабочих дней со дня регистрации заявления (в случае представления заявителем полного пакета документов) либо со дня получения ответа на запрос (в случае, указанном в абзаце девятом пункта 2.1 настоящего Порядка) направляет заявителю письменное уведомление о наличии в представленных документах оснований для отказа во включении заявителя в Список с перечислением указанных оснований».

4.2.3. В абзаце первом пункта 2.3 слово «приложению» заменить словами «приложению № 2».

4.3. Дополнить Порядок формирования и ведения Списка приложением № 1 в редакции согласно приложению № 2 к настоящему постановлению.

4.4. Приложение к Порядку формирования и ведения Списка считать приложением № 2 к Порядку формирования и ведения Списка.

5. Настоящее постановление вступает в силу со дня его официального опубликования.

6. Контроль за выполнением настоящего постановления возложить на первого заместителя главы городского округа Самара Харитонов М.Н.

**Исполняющий обязанности  
Главы городского округа  
В.А.Василенко**

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1  
к постановлению Администрации  
городского округа Самара  
от 15.01.2021 № 6

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1  
к Порядку предоставления единовременной  
социальной выплаты инвалидам, проживающим  
в городском округе Самара, на ремонт  
жилых помещений

Заместителю главы городского округа –  
руководителю Департамента опеки,  
попечительства и социальной поддержки  
Администрации городского округа Самара

\_\_\_\_\_  
(Ф.И.О.)

от \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(фамилия, имя, отчество)

проживающего по адресу: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
(адрес)

**ЗАЯВЛЕНИЕ**  
о предоставлении единовременной социальной  
выплаты на ремонт жилого помещения

Прошу предоставить единовременную социальную выплату на ремонт \_\_\_\_\_

(адрес жилого помещения)

В указанном жилом помещении требуется провести следующие виды ремонтных работ: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

(перечень необходимых работ)

Уведомляю Вас, что совместно со мной по адресу регистрации: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

зарегистрированных нет \* \_\_\_\_\_

(подпись заявителя)

зарегистрированы по месту жительства \_\_\_\_\_ человек\*: \_\_\_\_\_

(подпись заявителя)

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Степень родства
1.			
2.			
3.			

К заявлению прилагаются:\*\*

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

# Официальное опубликование

5. \_\_\_\_\_

Денежные средства прошу перечислить на счет № \_\_\_\_\_

(указать реквизиты банка)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

(подпись заявителя)

Согласен с обработкой моих персональных данных для целей предоставления мер социальной поддержки в соответствии с действующим законодательством в течение срока действия мер социальной поддержки и на размещение персональных данных в Единой государственной информационной системе социального обеспечения (ЕГИССО).

С целью предоставления мер социальной поддержки даю согласие на действия (операции) с персональными данными, в том числе в ЕГИССО, включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе и передачу), обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных.

Не возражаю против сообщения моих персональных данных в организации, которым данные сведения необходимы для осуществления деятельности в течение срока действия мер социальной поддержки. Настоящее заявление может быть отозвано мной в письменной форме.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

(подпись заявителя)

Заявление

(фамилия, имя, отчество)

проживающего по адресу: \_\_\_\_\_

(адрес)

с приложением документов принято « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.,

зарегистрировано под номером \_\_\_\_\_.

(подпись специалиста, принявшего заявление)

<\*> Одно из полей обязательно к заполнению

<\*\*\*> Указываются документы в соответствии с пунктом 2.5 Порядка предоставления единовременной социальной выплаты инвалидам, проживающим в городском округе Самара, на ремонт жилых помещений.

**Заместитель главы городского округа –  
руководитель Департамента опеки,  
попечительства и социальной поддержки  
Администрации городского округа Самара  
О.В.Слесарева**

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2  
к постановлению Администрации  
городского округа Самара  
от 15.01.2021 № 6

ПРИЛОЖЕНИЕ № 1  
к Порядку формирования и ведения списка  
инвалидов, проживающих в городском  
округе Самара, нуждающихся в ремонт  
жилых помещений

Заместителю главы городского округа –  
руководителю Департамента опеки,  
попечительства и социальной поддержки  
Администрации городского округа Самара

(Ф.И.О.)

от \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество)

проживающего по адресу: \_\_\_\_\_

(адрес)

## ЗАЯВЛЕНИЕ

о включении в список инвалидов, проживающих в городском округе Самара, нуждающихся в ремонте жилых помещений

Прошу включить меня в список инвалидов, проживающих в городском округе Самара, нуждающихся в ремонте жилых помещений.

Уведомляю Вас, что совместно со мной по адресу регистрации: \_\_\_\_\_

зарегистрированных нет \* \_\_\_\_\_

(подпись заявителя)

зарегистрированы по месту жительства \_\_\_\_ человек\*: \_\_\_\_\_

(подпись заявителя)

№ п/п	Ф.И.О.	Дата рождения	Степень родства
1.			
2.			
3.			

К заявлению прилагаются:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

(подпись заявителя)

Согласен с обработкой моих персональных данных для целей предоставления мер социальной поддержки в соответствии с действующим законодательством в течение срока действия мер социальной поддержки.

С целью предоставления мер социальной поддержки даю согласие на действия (операции) с персональными данными, включая сбор, систематизацию, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе и передачу), обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных.

Не возражаю против сообщения моих персональных данных в организации, которым данные сведения необходимы для осуществления деятельности в течение срока действия мер социальной поддержки. Настоящее заявление может быть отозвано мной в письменной форме.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

(подпись заявителя)

<\*> Одно из полей обязательно к заполнению.

**Заместитель главы городского округа –  
руководитель Департамента опеки,  
попечительства и социальной поддержки  
Администрации городского округа Самара  
О.В.Слесарева**

**АДМИНИСТРАЦИЯ ОКТЯБРЬСКОГО  
ВНУТРИГОРОДСКОГО РАЙОНА  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА  
ПОСТАНОВЛЕНИЕ  
12.01.2021 г. № 2**

**О признании утратившими силу отдельных  
постановлений Администрации Октябрьского  
внутригородского района городского округа Самара**

1. Признать утратившими силу:  
постановление Администрации Октябрьского внутригородского района городского округа Самара от 10 февраля 2016 г. № 5 «Об утверждении Порядка предоставления субсидии из бюджета Октябрьского внутригородского района городского округа Самара некоммерческим организациям, не являющимся государственными (муниципальными) учреждениями, осуществляющим охрану общественного порядка на территории Октябрьского внутригородского района городского округа Самара» (в редакции постановлений Администрации Октябрьского внутригородского района городского округа Самара от 02 марта 2017 г. N 29, от 15 июня 2017 г. N 116);

постановление Администрации Октябрьского внутригородского района городского округа Самара от 02 декабря 2016 г. N 230 «Об утверждении Перечня должностей муниципальной службы в Администрации Октябрьского внутригородского района городского округа Самара, замещение которых влечет за собой запрет открывать и иметь счета (вклады), хранить наличные денежные средства и ценности в иностранных банках, расположенных за пределами Российской Федерации, владеть и (или) пользоваться иностранными финансовыми инструментами»;

постановление Администрации Октябрьского внутригородского района городского округа Самара от 30 августа 2017 г. N 159 «Об утверждении порядка принятия решения о признании помещения жилым помещением, жилого помещения пригодным (непригодным) для проживания граждан, а также многоквартирного дома аварийным и подлежащим сносу или реконструкции».

2. Официально опубликовать (обнародовать) настоящее постановление в течение 10 (десяти) дней со дня принятия.

3. Настоящее постановление вступает в силу со дня его официального опубликования (обнародования).

4. Контроль исполнения настоящего постановления оставляю за собой.

**Глава  
Октябрьского внутригородского района  
городского округа Самара  
А.В.Кузнецов**

**АДМИНИСТРАЦИЯ КИРОВСКОГО  
ВНУТРИГОРОДСКОГО РАЙОНА  
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА  
ПОСТАНОВЛЕНИЕ  
12.01.2021 г. № 2**

**О внесении изменений в постановление Администрации Кировского внутригородского района городского округа Самара от 25.03.2016 № 22 «Об утверждении Перечня муниципальных услуг, предоставляемых физическим и юридическим лицам Администрацией Кировского внутригородского района городского округа Самара»**

В соответствии с Федеральным законом от 27.07.2010 № 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг», Трудовым кодексом Российской Федерации, Законом Самарской области от 06.07.2015 № 74-ГД «О разграничении полномочий между органами местного самоуправления городского округа Самара и внутригородских районов городского округа Самара по решению вопросов местного значения внутригородских районов», Уставом Кировского внутригородского района городского округа Самара Самарской области постановляю:

1. Внести в Постановление Администрации Кировского внутригородского района городского округа Самара от 25.03.2016 № 22 «Об утверждении Перечня муниципальных услуг, предоставляемых физическим и юридическим лицам Администрацией Кировского внутригородского района городского округа Самара» (далее – Постановление) следующие изменения:

1.1. В приложении к Постановлению Перечень муниципальных услуг, предоставляемых Администрацией Кировского внутригородского района городского округа Самара, дополнить пунктом 8 следующего содержания:

8	Регистрация трудовых договоров между работниками и работодателями-физическими лицами, не являющимися индивидуальными предпринимателями, и факта прекращения указанных договоров	Статья 303 Трудового кодекса Российской Федерации, постановление Правительства Самарской области от 27.03.2015 № 149 «Об утверждении Типового перечня муниципальных услуг, предоставляемых органами местного самоуправления муниципальных образований Самарской области, и внесении изменений в отдельные постановления Правительства Самарской области»	Физические лица	Бесплатно
---	---	--	-----------------	-----------

2. Настоящее постановление подлежит официальному опубликованию в течение 10 (десяти) дней со дня принятия и вступает в силу со дня его официального опубликования.

3. Контроль за выполнением настоящего постановления оставляю за собой.

**Глава Кировского  
внутригородского района  
городского округа Самара  
И.А.Рудаков**

## ТРУД

## Уволить нельзя

**?** В каких случаях не допускается увольнение беременных женщин?

Оксана

Отвечает начальник управления по надзору за исполнением федерального законодательства прокуратуры Самарской области Дмитрий Макаров:

- Согласно положениям главы 41 Трудового кодекса Российской Федерации, расторжение трудового договора по инициативе работодателя с беременной женщиной не допускается, за исключением случаев ликвидации организации либо прекращения деятельности индивидуальным предпринимателем.

Также не допускается расторжение трудового договора с женщиной, имеющей ребенка в возрасте до трех лет, с одинокой матерью, воспитывающей ребенка в возрасте до 14 лет или ребенка-инвалида в возрасте до 18 лет, с другим лицом, воспитывающим указанных детей без матери.

Не допускается расторжение трудового договора с родителем (иным законным представителем), являющимся единственным кормильцем ребенка-инвалида в возрасте до 18 лет либо единственным кормильцем ребенка в возрасте до трех лет в семье, воспитывающей трех и более



малолетних детей, если другой родитель (иной законный представитель ребенка) не состоит в трудовых отношениях.

Но из этого правила есть исключения, а именно: ликвидация организации либо прекращение деятельности индивидуальным предпринимателем; неоднократное неисполнение работником без уважительных причин трудовых обязанностей, если он имеет дисциплинарное взыскание; однократное грубое нарушение работником трудовых обязанностей; совершение виновных действий работником, непосредственно обслуживающим денежные или товарные ценности, если эти действия дают основание для утраты доверия к нему со стороны работодателя; принятие работником мер по предотвраще-

нию или урегулированию конфликта интересов, стороной которого он является; совершение работником, выполняющим воспитательные функции, аморального проступка, несовместимого с продолжением данной работы; представление работником работодателю подложных документов при заключении трудового договора.

Куда жаловаться на нарушение трудовых прав? Вариантов несколько. Вы вправе обратиться в профсоюз, созданный на базе предприятия, или в комиссию по трудовым спорам. Обжаловать действия либо бездействие работодателя можно также, обратившись в Государственную инспекцию труда в Самарской области, прокуратуру области, города, района либо в судебном порядке.

## СУБСИДИЯ

## Ветеранам труда



**?** Как рассчитывается размер субсидии пенсионерам - ветеранам труда?

Н.,

УЛИЦА ВЕНЦЕКА

Отвечает старший помощник прокурора Самарского района Самары Елена Мирошниченко:

- В соответствии с законом Самарской области от 28 декабря 2004 года №169-ГД «О социальной поддержке ветеранов Великой Отечественной войны - тружеников тыла, ветеранов труда, граждан, приравненных

к ветеранам труда, реабилитированных лиц и лиц, признанных пострадавшими от политических репрессий», ветеранам труда предоставляется компенсация расходов на оплату жилого помещения и коммунальных услуг в размере 50%:

- платы за содержание жилого помещения в пределах регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, установленного законодательством Самарской области;

- платы за коммунальные услуги, рассчитанной исходя из объема потребляемых комму-

нальных услуг, определенного по показаниям приборов учета, но не более нормативов потребления, утверждаемых в установленном законодательством порядке;

- взноса на капитальный ремонт общего имущества в многоквартирном доме, рассчитанного исходя из минимального размера взноса на капитальный ремонт на один квадратный метр общей площади жилого помещения в месяц, установленного правительством Самарской области, и размера регионального стандарта нормативной площади жилого помещения, используемой для расчета субсидий на оплату жилого помещения и коммунальных услуг.

В соответствии с частью 1 статьи 3 закона Самарской области от 28 декабря 2004 года №191-ГД «О региональных стандартах оплаты жилья и коммунальных услуг в Самарской области» региональный стандарт нормативной площади жилого помещения составляет 18 кв. м общей площади на одного члена семьи из трех и более человек, 42 кв. м - на семью из двух человек, 33 кв. м - на одного проживающего человека.

## ЖИЛЬЕ

## Предусмотрены компенсации

**?** Каковы условия государственной программы, предусматривающей покупку жилья молодыми семьями?

Ковалевы

Отвечает исполняющий обязанности прокурора Самары Сергей Аксенов:

- Государственная программа «Обеспечение доступным и комфортным жильем» предусматривает компенсации для молодых семей с детьми в размере 35% от стоимости квартиры,

без детей - 30%. При этом супруги не должны быть старше 35 лет. Приоритетное право на помощь имеют многодетные семьи.

Молодые семьи, участвующие в программе, могут также направлять социальные выплаты на покупку квартир комфорт-класса, использовать их для уплаты первоначального взноса при получении жилищного кредита на уплату цены договора участия в долевом строительстве, на уплату цены договора уступки прав требований по такому договору, рефинансирование ипотечного кредита.

## ТУРИЗМ

## Езжайте с «Миром»

**?** Знаю, что продолжается поддержка государством внутреннего российского туризма, но изменился ряд условий предоставления компенсаций. О чем идет речь?

Леонид,

УЛИЦА БУЯНОВА

Отвечает прокурор Железнодорожного района Самары Александр Диденко:

- Да, государство активно поддерживает туризм внутри страны, в том числе путем предоставления из федерального бюджета субсидии акционерному обществу «Национальная платежная система» на стимулирование доступных внутренних туристических поездок через возмещение части стоимости оплаченной туристской услуги.

Согласно изменениям, внесенным постановлением Правительства РФ от 30 сентября 2020 года №1567, минимальная продолжительность тура или проживания в гостинице сокращена с четырех до двух ночей, минимальная стоимость туристской услуги больше не ограничивается (ранее - не менее 25 тысяч рублей).

Условие оплаты стоимости тура картой «Мир» осталось прежним. На нее будет осуществляться причитающаяся туристу выплата в размере 20% стоимости тура, но не более 20 тысяч рублей (ранее - не более 15 тысяч).

Кроме того, теперь в программе могут участвовать не только гостиницы, санатории и туроператоры, но и туристические агрегаторы.

## ОБСЛЕДОВАНИЕ

## Справки не будет

**?** Прохожу с ребенком психолого-медико-педагогическую комиссию. С меня просят справку от психиатра. Обязана ли я ее предоставлять?

Н.Н.,

ПРОМЫШЛЕННЫЙ РАЙОН

Отвечает прокурор Промышленного района Самары Вячеслав Бобровский:

- Нет. Приказом Минобрнауки России от 20 сентября 2013 года №1082 утверждено Положение о психолого-медико-педагогической комиссии, которое регламентирует ее деятельность, включая порядок проведения комплексного обследования детей. Она вправе запрашивать у органов исполнительной власти, правоохранительных органов, организаций и гражд-

дан сведения, необходимые для осуществления своей деятельности.

Для проведения обследования ребенка его родители (законные представители) предъявляют в комиссию документы, удостоверяющие их личность, подтверждающие полномочия по представлению интересов ребенка, другие бумаги.

При необходимости комиссия запрашивает у соответствующих органов и организаций или у родителей (законных представителей) дополнительную информацию о ребенке.

Комиссия может попросить от вас какую-то справку, но вы вправе отказаться выполнять это пожелание. Обязать вас предоставить упомянутый в вашем вопросе документ она не вправе.

## Спорт

В 2016 году четыре гандболистки тольяттинской «Лады» - Ирина Близнава, Татьяна Ерохина, Дарья Дмитриева и Ольга Акопян в составе сборной России завоевали золотые медали летней Олимпиады в Рио-де-Жанейро. После Игр первые две завершили игроцкую карьеру и стали работать в системе гандбольного клуба «Лада». А Дмитриева и Акопян перебрались в Москву - Дарья продолжает выступать, Ольга вошла в тренерский штаб ЦСКА.

### ГАНДБОЛ

# Ирина Близнава: «Душа рвется на площадку»

Наш собеседник - олимпийская чемпионка, старший тренер-консультант Самарского центра спортивной подготовки, посол ГТО по Самарской области



### Сергей Волков

В составе олимпийской сборной была и Екатерина Маренникова, которая с 2004-го по 2012-й выступала за «Ладу», но приехала в Рио из подмосковного клуба «Звезда» (Звенигород). А потом - следующий зигзаг судьбы: вышла замуж и прочно обосновалась в Автограде, войдя в тренировочный штаб сегодняшней «Лады». Громких титулов у нее тоже предостаточно.

Наш сегодняшний собеседник - одна из представительниц той блистательной плеяды гандболисток, олимпийская чемпионка, старший тренер-консультант Самарского центра спортивной подготовки, посол ГТО по Самарской области Ирина Близнава.

**- В разговоре вы признались, что чувствуете себя совершенно счастливым человеком...**

- Да. Занимаюсь делом, которое мне по душе. Экспериментов больше не будет. После Олимпиады в Рио-2016 пыталась пойти в политику, но обожглась. А тут подрастает дочь Арина, которая тренируется в моей группе. Кто как не я стану для нее лучшим наставником.

**- Вы родом из Краснодара, а как связали свою жизнь с Тольятти?**

- В Краснодаре я родилась. В гандбол попала во втором классе. Пришли тренеры из местной ДЮСШ и пригласили на тренировки. Так и пошло. Летом 2002 года поступило приглашение в команду «Лада» девочек 1986 года рождения. А я ни в какую. И все-таки родители уговорили. Как утверждает тогдашний наставник «Лады» Евгений Васильевич Трефилов, купил меня за бутылку шампанского. Пригласил маму в ресторан и убедил ее отпустить дочь в Тольятти. Хотя мама утверждает, что шампанского не было.

Так в 15 лет я оказалась на берегах Волги. Началась моя профессиональная биография в гандболе. Я почувствовала вкус крупных побед. Тольятти и «Лада» стали для меня родными городом и клубом.



Ни одного дня не пожалела, что осталась. Здесь у меня появились семья, обустроенный быт, и назад в Краснодар я не стремлюсь. Какими бы калачами родители ни заманивали.

**- Путь к вершинам не всегда был легким?**

- Пожалуй. Несколько раз бросала гандбол. Особенно в подростковом возрасте. Мама жаловалась моим тренерам, Сергею Николаевичу и Ирине Васильевне Кос. Те возвращали меня на площадку.

В мой жизни было много наставников, но главный один. Это Евгений Васильевич Трефилов. Как сейчас говорят, уважение и уважуха. Он воспитал нас сильными духом. Поначалу мы никак не могли привыкнуть к его эмоциям. Я даже плакала и не хотела ходить на тренировки. Но со временем адаптировалась к его манере вести занятия. Хотя зачастую мы с Людой Постновой, моей сверстницей, огребали на тренировках по полной. За маленькие провинности он наказывал нас кувырками. Иногда доходило до 300 за тренировку. Но я несколько не жалею, что он был в моей спортивной карьере. Тренер №1. Мы прожили с ним в «Ладе» и в сборной долгую и счастливую жизнь. Не было бы его - не было бы и моей счастливой карьеры.

И золотой олимпийской медали тоже.

**- Как ты стала капитаном олимпийской сборной-2016?**

- Это произошло случайно. У нас в «Ладе» бессменным капитаном была Маша Сидорова, голкипер. Самый уважаемый в команде человек. А тут вдруг перед Олимпиадой Трефилов самовольно назначил на эту должность в сборной меня. Мне тут же девчонки дали кличку Иозеф Блаттер. Глава международной футбольной федерации в этот день по совпадению подал в отставку. Чаше всего меня девчонки просили, чтобы Трефилов дал нам внеочередной выходной. Он всегда шел навстречу. Но был и интересный эпизод противоположного свойства. Перед олимпийским финалом Евгений Васильевич решил дать нам передышку и не проводить тренировку после полуфинала. На что мы возмутились: «Не надо! Зачем менять систему подготовки». Трефилов был в шоке: «Вас, женщины, не поймешь. То сами просите отдых, а теперь уже и не надо...»

**- Вы упомянули про поход в политику...**

- Мы как-то с моей подругой Надеждой Муравьевой, многократной чемпионкой мира и России, решили избраться в городскую думу.

Поддались на уговоры. И вся наша политическая карьера на этом закончилась. Но я приобрела колоссальный жизненный опыт. Поняла, что надо заниматься тем, в чем ты досконально разбираешься и приносишь обществу пользу. Мое призвание - тренер.

**- Несколько раз ты уходила из большого спорта и возвращалась. Почему?**

- В 2007 году, во время чемпионата мира во Франции, я порвала крестообразную связку. Вместо девяти месяцев восстанавливалась шесть. Надо было попадать в состав на Олимпиаду-2008 в Пекине. Видимо, переборщила с нагрузками, и после Игр вновь пришлось лечь на операционный стол. Потом началось длительное восстановление, а в 2010 году родилась Арина. Муж в это время играл в футбол за саратовский «Сокол». Домашняя жизнь мне быстро наскучила, и когда дочери исполнилось четыре месяца, я вернулась в гандбол. Началась подготовка к Олимпиаде-2012 в Лондоне. Выступили мы там неудачно. И я вновь решила завязать с гандболом. В 2014 году родился сын Архип. В это время «Ладу» возглавил волгоградский тренер Левон Акопян. Он хитрым, обманчивым путем, через мужа, игравшего в то время в «Ладе», заставил вернуться на площадку.

### Ирина Близнава

ЗАСЛУЖЕННЫЙ МАСТЕР СПОРТА ПО ГАНДБОЛУ.

Родилась 6 октября 1986 года в Краснодаре. Гандболом стала заниматься с восьми лет.

С 2002 по 2020 год выступала за клуб «Лада» (Тольятти).

Олимпийская чемпионка летних Игр в Рио-де-Жанейро (2016).

Серебряный призер летних Олимпийских игр в Пекине (2008).

Участница Олимпиады в Лондоне (2012). Победительница первенства России среди девушек (2001).

Победительница первенства Европы среди юниорок (2003, 2004).

Победительница молодежного первенства мира (2005).

Серебряный призер чемпионата Европы (2006).

Чемпион мира (2005, 2007).

Обладательница Кубка мира (2007).

Обладательница Кубка ЕГФ (2012).

Серебряный призер Лиги чемпионов (2007).

Чемпион России (2005, 2006, 2008).

Серебряный призер чемпионата России (2007, 2015, 2020).

Бронзовый призер чемпионата России (2011, 2012, 2016).

Обладательница Кубка России (2006).

Награждена медалью ордена «За заслуги перед Отечеством» II степени (2009), орденом Дружбы (2016).

Замужем, двое детей - Арина и Архип.

щадку. Мне, откровенно говоря, не очень хотелось. Все-таки на руках двое маленьких детей. Но поддаюсь уговорам, о чем несколько не жалею. К тому же спортивную форму я набирала быстро. Такая у меня особенность организма. И попала в состав сборной на Игры-2016, которую опять возглавил Евгений Васильевич Трефилов. Так и доигралась до звания олимпийской чемпионки.

**- Что сегодня?**

- Три года я скептически относилась к тому, что стану тренером. Но, видимо, зарекалась ни от чего нельзя. Душа рвется на площадку. Теперь я в роли тренера. Работаю с детишками, и это приносит мне колоссальное удовлетворение.

Я готовлю сборную Самарской области девочек 2010 года рождения. Прикладываю все силы, чтобы передать олимпийскую эстафету, знания и опыт новому поколению гандболисток. Надеюсь, что мой пример их вдохновит.

## ПРОФИЛАКТИКА

Жанна Скокова

После новогодних каникул успели поправиться? Причин для этого полно: малоподвижный образ жизни, желание попробовать как можно больше любимых блюд и множество калорий в каждом из них. Почему-то легкие салаты без майонеза в Новый год никого не вдохновляют. А после начинаются страдания по утраченной стройности. Узнали у экспертов по питанию, как контролировать вес и даже похудеть после праздников.

## Долой запреты

Эксперт в психологии снижения веса Елена Кален считает, что жесткие ограничения в еде не помогут прийти в форму и нала-



дить режим питания. Диеты вводят организм в стресс и помогают сбросить вес лишь на короткое время. Через две-три недели лишние килограммы обычно начинают возвращаться. Конечно, после новогоднего застолья можно устроить разгрузочный день, чтобы помочь организму очистить кишечник и перезагрузиться, но только если нет противопоказаний и проблем с желудочно-кишечным трактом.

- В плане питания нежелательно сразу и резко исключать все любимые продукты. Лучше внедрять полезные привычки постепенно. Например, если во время праздников в рационе было много сладкого, перейти с высококалорийных десертов на фрукты и сухофрукты. При этом стоит прислушиваться к ощущениям в теле и принимать пищу только при наличии чувства голода. Лишние килограммы возникают от лишней еды. Когда человек не голоден, но все равно ест, потому что пришло время обеда или потому что просто хочется что-то пожевать, - объясняет Кален.

Все просто: когда мы не испытываем чувства голода, еда организму не нужна. Он берет энергию из имеющихся запасов. Как раз за счет этого происходит процесс снижения веса. Здесь важно понимать, что не нужно терпеть до последнего. Необходимо утолять голод, как только появилась потребность в еде, тогда и пищи потребуется гораздо меньше.

## Выбирать полезное

Что касается рациона, желательно отдать предпочтение свежим овощам, крупам, макаронам из твердых сортов пшеницы, рыбе и нежирному мясу. При

# Строгие диеты - НЕ ВЫХОД

## Как похудеть после праздников без вреда для организма



### Упражнение для стройности от фитнес-диетолога Аллы Житяевой:

Приседание - базовое многосуставное упражнение, включающее большое количество мышц, сокращение которых улучшит ход лимфы.

Приседаем каждый час (минимум три раза в день). Количество приседаний должно быть равно дате. Например, если сегодня 13 число, то каждый час совершаем по 13 приседаний, а на следующий день по 14 и так далее. При этом вес переносим на пятки. Колени направлены в сторону носков, взгляд вперед, пресс напряжен, вдох внизу, выдох вверх.

Альтернатива - присед на стул. Условия те же, только садимся на стул.

выборе продуктов стоит ориентироваться на свои вкусы. Лучше, проголодавшись, съесть любимое блюдо, чем запихивать в себя то, что совсем не нравится.

- Чтобы прийти в форму, можно начать пить больше воды. Она участвует в обменных процессах и помогает сжигать жир. Попробуйте заменить ею сладкие газированные напитки, чай и кофе, и уже через несколько дней будут заметны первые результаты, - советует Елена.

## Физические нагрузки

Если в планах возобновить тренировки или начать заниматься спортом, не стоит сразу идти в зал на два часа. Интенсивные занятия без подготовки принесут больше вреда, чем пользы.

- Для начала стоит выбрать сильную нагрузку и постепенно увеличивать интенсивность, -

советует психолог. - Даже пятьдесят минут бега или ходьбы лучше, чем ничего. При этом постарайтесь относиться к себе с особым вниманием. Не стоит принуждать себя к спорту. Если занятия в зале не приносят удовольствия, лучше погулять на свежем воздухе, заняться танцами или йогой.

Используйте все возможности, чтобы больше двигаться. Поднимайтесь по лестнице без лифта, выходите из автобуса за пару остановок до своей, не пользуйтесь автомобилем, если можно пройти до места назначения пешком.

Разработайте график физических нагрузок на неделю. Например, первые два дня совершайте прогулки в среднем темпе. На третий день проведите силовые тренировки дома или в фитнес-клубе. На четвертый - гуляйте, поднимайтесь по лестнице или плавайте в бассейне (30-40 минут). На пятый - снова сделайте силовые подходы. В выходные отдохните, но лучше активно - покатайтесь на коньках или на лыжах.

## Моральная поддержка

Чтобы процесс снижения веса приносил радость, можно придумать себе награду за каждый сброшенный килограмм и заручиться поддержкой единомышленников. Потому что, как показывают исследования, снижение веса с поддержкой в три раза эффективнее, чем самостоятель-

КОММЕНТАРИЙ



Андрей Поздеев,

клинический психолог:

- Если человек ориентируется на внешнюю систему приема пищи - неважно, это завтрак, обед или ужин, а может, интервальное голодание, то внешняя система деформирует врожденное пищевое поведение. Пример очень простой: первого и второго января человек провел дома, отдыхая и набираясь сил, энергию не тратил, а третьего января пошел кататься с горок и общаться с друзьями. Если он ориентируется на трехразовое питание, то в эти дни должен питаться одинаково, хотя энергии тратится разное количество. Единственным ориентиром в приеме пищи должно служить чувство физиологического голода. Есть физиологический голод - значит, пришло время подумать о еде. Можно все, но в удовольствие и в небольших количествах. Понятно, что злоупотребление алкоголем и сладкими газированными напитками вредит здоровью, но здесь ключевое слово - злоупотребление.

Нет определенного рецепта, все индивидуально. Совет психологов всегда один: загляните внутрь себя, поймите, что приносит радость и гармонию в вашу жизнь. Если это йога - прекрасно, если отжимания - тоже хорошо.

ное. Если кажется, что худеть будет сложно и придется страдать, а близкие люди говорят, что ты и так хорош, нет никакой мотивации для того, чтобы начать меняться. Нужны уверенность в своих действиях и положительный опыт других людей.

Здесь важно понимать, где именно можно получить такую поддержку. Например, марафоны и онлайн-программы не подойдут. В интернете предлагают избавиться от лишнего веса за деньги, потратив их на эксклюзивные программы. Но здесь кроется много нюансов. Люди с расстройством пищевого поведения, с большим лишним весом, проблемами с самооценкой, отсутствием мотивации не почувствуют себя причастными к важному делу. В итоге они могут получить еще более угнетенное состояние и стресс.

Порой даже в семье сложно найти опору. Так как родственники могут навязывать свое личное мнение, а раздельное питание и вовсе может привести к конфликтам. Поиском поддержки можно в своем окружении. Возможно, рядом есть человек с похожими взглядами и проблемами.

## Люди Самары

### ПРЯМАЯ РЕЧЬ

В Самаре существует секция современного меча боя (СМБ), в которой тренируются не совсем обычные люди. Это спортсмены с ампутированными конечностями. Они пришли сюда, чтобы доказать всему миру, что могут все. Несмотря на свою особенность, бойцы сильны и полны решимости. Среди них мы встретили Дмитрия Курунова - настоящего жизнелюба, человека, у которого есть множество увлечений и хобби. Мужчина рассказал о том, как лишился ноги, прошел реабилитацию и вернулся в спорт.



# Дмитрий Курунов: «Побороть страхи мне помог спорт»

Человек с ампутацией - про современный мечевой бой, возможности протезирования и стереотипы об инвалидах

Жанна Скокова

### Протез для плавания

Я инструктор по дайвингу и подводной охоте. Ногу потерял на работе в Таиланде, попал под скоростной катер. Винты сильно повредили сосуды и ткани. Выглядело это не очень приятно - бывали случаи, когда молодые врачи даже падали в обморок при перевязках. Так что мысленно я был готов к тому, что с ногой придется расстаться.

После операции меня на носилках доставили в военный санаторий «Волга». У меня тогда не совсем восстановился позвоночник и функции колена. Военные медики - народ простой и более суровый. Пришли, поворчали, поворочали меня, потыкали и говорят: «Бывало и похуже. Будешь ходить!». Прислали мне тренера по личной гимнастике.

Первые упражнения я делал лежа и сидя. Движение пошло. Начались поездки на коляске, прогулки по санаторию. Состояние было такое, что иногда падал вместе с костылями. Постепенно я начал чувствовать, что мышцы наливаются силой, процесс идет. Велотренажер, кардиоплатформа - и через три недели я уже уверенно ходил без костылей на учебном протезе.

Через это проходят все ампутанты. Первым делом на культю ставят лечебно-тренировочный протез. Он мало отличается от деревяшки, которой пользовались пираты в XVII веке - сильно напрягает мышцу, натирает кожу до крови и волдырей. К нему нужно приспособиться и привыкнуть.

Потом мне повезло, я попал к очень хорошим протезистам. Доктора обратились ко мне: «Есть возможность сделать современный протез. Что именно ты хочешь от него? Какой образ жизни ведешь?». Естественно, я захотел, чтобы с ним можно было плавать. Нужен был устойчивый протез, чтобы он хорошо выдерживал гравий, гальку, не вяз в песке и можно было спокойно удержаться на суглинке. Чтобы я мог выполнять легкие прыжки и бег для начала.

Специалисты всероссийского общества инвалидов «Опора» организовали целый семинар. Собрали нас, ампутантов, привезли горы протезов, в том числе электронные. Два с лишним дня я тестирую различные модели, пока не выберу конкретную - под названием «Челленджер». Она универсальна, в ней можно менять только ступни. Одна часть комплектующих протеза от немецкой компании, а другая от английской. Собирали его здесь, в Самаре. Так что необязательно протезироваться за границей.

Сейчас я живу так же, как раньше. Потому что все проблемы, связанные с ампутацией, не в ноге, а в голове. Мне удалось с ними справиться.

### Только движение

Перебороть страхи мне помог спорт. Фехтование мне нравилось с детства. Тогда я пытался тренироваться с деревянными палками и даже с рапирой, но не хватало реакции. В зрелые годы я пришел к другому оружию - мечу. Но мечевой бой толком не был

развит, не хватало информации. Я нашел историческое общество «Железный век» и фехтовал там от случая к случаю.

Серьезно стал заниматься год назад. С Иваном, который работает в клубе СМБ «Дюрандаль», нас познакомил воевода Евгений Маклов. До этого с «Железным веком» я странствовал по разным фестивалям. Мы были в поиске места для тренировок. Наконец нашли помещение здесь.

Современный мечевой бой - это единоборство спортсменов, использующих «рубящую» технику фехтования средневековым клинковым оружием. При этом они применяют безопасный спортивный инвентарь, изготовленный по специальной технологии из полимерных материалов.

В рамках СМБ выделяются несколько номинаций боев с разными видами оружия и разными правилами. В некоторых разрешены только рубящие удары, в других есть и уколы. Отдельное место занимают командные сражения. Также бывают крупные маневры с участием команд по сто и более человек, они имитируют большие средневековые сражения.

В мечевом бое задействованы почти все группы мышц, он учит плавно перемещаться, усиливает кровообращение и улучшает координацию движений. Это полезно не только ампутантам, но и ребятам с ДЦП. Это направление уже есть в федерации.

У меня растет сын, я планирую тоже приобщить его к этому мужскому виду спорта. Снаряжение позволяет заниматься им и

детям с пяти лет, и людям в преклонном возрасте. На спортсмена надевают нагрудник и шлем с забралом. Вместо латных доспехов - пластиковые и поролоновые наплечники, налокотники, поножи и так далее. В хоккее используют похожий шлем и нагрудник. Кстати, в него я тоже играю, катаюсь на коньках и еще занимаюсь стрельбой из исторического лука.

### Меня себя, меняешь мир

У меня есть цель: хочу поехать на федеральные соревнования по мечевому бою и разгромить всех. Потом разгромить всех на международных соревнованиях. Не для удовлетворения личных амбиций, а чтобы показать, что отчаиваться не стоит, даже когда вы потеряли руку или ногу. Адреналина мне хватает и в охоте, и в дайвинге, и в хоккее. А показать возможности человека можно только на личном примере.

Я мечтаю собрать команду из наших ребят, чтобы потом подтянулись остальные. Многие, теряя часть тела, отчаиваются, добиваются пенсии и замыкаются в себе, чувствуя какую-то ущербность. Этого быть не должно. Ампутанты могут вести не просто прежний образ жизни, а даже еще более активный.

Приходится иногда сталкиваться со странными представлениями об инвалидах в обществе. Как-то после хоккейного матча один мужчина долго смотрел на наши протезы и наконец сказал: «Я думал, что безногие только на перекрестках стоят». Нам не очень понравилась эта фраза, но она оказалась ак-

туальной. Действительно, в городе много инвалидов просят милостыню. Например, на Московском шоссе и Димитрова несколько лет стоит парень без голени, в военной форме. Хочется спросить у таких: «Почему ты не протезируешься?». Сейчас не нужно покупать протезы, их государство выдает бесплатно. Из наших ребят кто-то служил в Чечне и в Афганистане, но никто из них не вышел бы на дорогу с протянутой рукой.

Возле торгового центра «Поляна» также сидит инвалид без ног. Но есть и люди, которые ходят на двух протезах. Возможно, ему не подсказали, как быть, и человек сам себя запустил. Занятия спортом меняют отношение к инвалидам, их воспринимают по-другому. Плохо, что об этом мало говорят и пишут.

В Самаре очень сильно не хватает школы ходьбы для инвалидов и ампутантов. Их сразу определяют в толпе по походке, потому что в свое время они не научились правильно ходить. Я хотел бы развивать это направление. Вспоминая свои трудности, хотел бы упростить жизнь другим.

Современным мечевым боем в Самаре занимаются восемь человек с протезами. В СМБ используют специальное безопасное снаряжение, разработанное с учетом особенностей детей, подростков и тех, у кого проблемы со здоровьем. Среди дисциплин - владение классическим мечом, двуручным мечом, саблей и другим оружием в разных комбинациях.  
Группа вконтакте - vk.com/smb063

## Усадьба



ДАЧНЫЕ ДАРЫ

Зима в разгаре, но это вовсе не означает, что с дачного участка мы уезжаем без съедобных даров. Природа мудра, она дает урожай даже в январе. В новогодние каникулы многие дачники набрали себе на компоты, для чая самых разных ягод - не просто вкусных, но очень полезных. Так что если осенью в суматохе дел что-то осталось на ветках, можно добирать плоды по мере необходимости.

# УРОЖАЙ ИЗ-ПОД СНЕГА

## Какие витаминные ягоды можно собирать на участке зимой

### Калина

Самая зимняя ягода - калина. Ее снимают на заготовки обычно после первых морозов, когда она станет мягче и немного потеряет горький привкус. Но можно не торопиться убирать эти плоды, ягоды калины могут висеть гроздьями всю зиму. Если, конечно, их не склюют птицы. Но в наших краях пернатые обычно оставляют калину про запас, набрасываясь на ее урожай только при суровой, очень холодной погоде, когда все остальные припасы на ветках уже съедены.

Калина очень полезна. Эту ягоду можно употреблять в самых разных видах: есть размороженную прямо с веточки, делать из нее морсы и кисели, добавлять в чай и компоты, перетирать с сахаром. Ягоды калины содержат в полтора раза больше витамина С, чем лимон. Ее плоды, растолченные с медом, хорошо лечат простуду. Калина обладает мягким жаропонижающим действием, эффективно борется с бронхитами. Настои применяют для остановки кровотечений - это сильнейшее сосудосуживающее средство. Ягоды калины - чемпионы по содержанию солей железа, они успешно применяются в терапии заболеваний, вызванных низким уровнем гемоглобина в крови, а также считаются мощным иммуностимулятором всего организма. И еще подсказка: калиновый сок хорошо чистит кожу на лице.

### Рябина обыкновенная и черноплодная

Гроздь рябины тоже могут висеть на деревьях всю зиму. Но птицы налетают на нее быстрее, чем на калину. Так что эта ягода ближе к концу зимы может достаться пернатым, а не вам. К тому же в нынешнем сезоне рябины обыкновенной уродилось очень мало, многие деревья стоят вообще без плодов.

А вот черноплодка до сих пор украшает кусты своими темными гроздьями - собирайте на здоровье. Ягоды богаты различными микроэлементами. Они содержат витамины А и С, калий, кальций, железо, йод, фосфор, другие полезные вещества.



Растение обладает антиоксидантными свойствами, способствует снижению вязкости крови, нормализует давление, повышает иммунные функции организма. Понемногу ягоды можно просто есть размороженными. Они специфичны на вкус, суховаты, так что их неплохо бы запивать чаем или компотом. Многие делают отличные настойки на черноплодке. Добавляют ее в компоты в сочетании с другими плодами.

### Облепиха

Зима - золотая пора для сбора облепихи. Прихваченные морозцем ягоды не теряют своего вкуса, и при этом собирать их, замороженными, намного проще, чем осенью, когда плоды сложно отрывать от колючих веточек. Примороженная плодоножка становится хрупкой, ягода отделяется от нее без проблем. Всю холодную пору держатся желто-оранжевые плоды на кустах, и всю зиму можно собирать урожай.

Облепиха и полезна, и вкусна. В ней много витаминов и микроэлементов. Облепиховое масло считается чудодейственным. Так что собирайте январский урожай, в этом году облепихи масса. До сих пор кусты стоят ярко-оранжевыми. Ешьте ягоду в свежем виде, размороженной, до-

бавляйте в чай и компот. И в салаты она отлично идет, придавая им приятную кислинку. А косточка отлично прожевывается, ее не надо удалять.

### Барбарис

Прошедшей осенью уродилось много барбариса. Причем в этом году ягоды получились крупные, налитые. Они до сих пор висят на ветках красными гроздьями, отлично приспособившись к зиме.

В ягодах содержится яблочная кислота - отличный компонент к напиткам, сокам, киселям, желе. Из барбариса получается замечательная приправа к мясу, салатам и особенно к плову. Наберите сейчас продолговатые кисленькие плоды и витаминизируйтесь.

### Боярышник

На ветках всю зиму могут висеть и ягоды боярышника. Это ценнейший источник витаминов А и С, сахаров, эфирных масел, дубильных веществ, пектиновых кислот. Плоды боярышника оказывают отличное воздействие на сердечно-сосудистую систему, нормализуют тонус сердечной мышцы, активизируют кровообращение.

Боярышник ешьте сейчас прямо с ветки, он очень вкусный, сладковатый. Кроме того, это за-

мечательный компонент для киселей. Многие добавляют ягоды в чай, компоты.

### Айва японская

Этот плод растет далеко не на каждом участке, между тем культура очень полезная и вкусная. И сейчас, в январе, не снятые осенью плоды можно выкапывать из-под снега и нести на кухню, чтобы заваривать чай кусочками айвы, класть ее дольки в компот.

Семена айвы японской кладите в отвары, которые помогают при кашле, так как они обладают отхаркивающим свойством. Сами кисловатые плоды смешивайте с медом или любым вареньем по своему вкусу, ешьте не здоровые. Кто пристрастился к этой культуре, тот перестает покупать дорогие лимоны, потому что айва - полный их заменитель.

### Шиповник

В этом сезоне богатый урожай шиповника. Его тоже многие собирают не только осенью, но и зимой, по мере необходимости. Собранные плоды подсушите, отламывайте чашелистики и делайте прекрасный витаминный чай: заливайте в термосе горсть ягод и настаивайте под крышкой. Через несколько часов пейте. Эти же ягоды можно затем залить горячей водой вторично. Чтобы улучшить вкус на-

питка и его лечебные свойства, в него добавляют сахар, мед, травы. Отлично сочетается шиповник с мятой, мелиссой.

Подсохшие ягоды лучше всего хранить в сухих стеклянных банках или бутылках. Закрывайте их не крышкой, а марлей, чтобы циркулировал воздух. При таком способе шиповник может сохраняться на протяжении двух и даже трех лет.

### Терн

Плоды терна, или терновника, лучше собирать не осенью, а именно после заморозков. Свежие плотные ягоды не очень приятны на вкус из-за большого количества в них дубильных веществ. А из-за воздействия низких температур дубильные вещества разрушаются, и кисловатые ягоды становятся не такими вяжущими. Собирайте по морозцу и в морозильнике же храните. После разморозки ешьте по несколько штук, кладите по горсти в компот. Плоды терна богаты глюкозой, фруктозой, кислотами.

Не путайте: речь идет именно о терне, а не о терносливе. Последний - ягода гораздо более сочная, и до морозов она не дотягивает, поздней осенью подкисает прямо на деревьях. А менее сочные ягоды терна отлично держатся на ветках хоть всю зиму.

### Виноград

Как это ни странно, в январе можно собирать и виноград. Конечно, если осенью на вашем участке не похозяйничали осы, которые очень любят лакомиться сладким соком поспевших плодов.

С наступлением морозов ягоды обычно сжимаются, будто усыхают. Но бросьте их в компот, проварите - получите и вкусный отвар, и ягоды для еды, оказывающие благотворное воздействие на работу кишечника.

До сих пор на заборах, вертикальных шпалерах висят виноградные гроздья даже крупноягодных сортов. Их вполне можно есть сейчас. Вкус стал еще слаще, чем был осенью.



## Только факты

Уже почти год мы постоянно слышим про коронавирус, большая часть новостей в СМИ посвящена именно этой теме. И тем не менее, оказавшись в числе заболевших, многие люди теряются. Как отличить опасную инфекцию от обычной простуды? Какой анализ покажет COVID-19 и в какой момент его нужно сдавать? Какие прививки будут массово делать самарцам уже в ближайшем будущем? Информацию об этом собрала «СГ».

### ИНСТРУКЦИЯ

# ТРИ ВОПРОСА О COVID-19

## Разбираемся в тонкостях диагностики и вакцинации

### Как отличить простуду и грипп от коронавируса?

COVID-19 вообрал в себя симптомы многих инфекций.

У пациентов могут наблюдаться:

- повышенная температура
- сухой кашель
- одышка
- головная боль

- ломота в теле
- насморк
- слезотечение
- боль в горле
- кишечные расстройства
- сыпь

С высокой долей вероятности на коронавирус указывают:

- потеря обоняния
- признаки матового стекла при компьютерной томографии легких.

Точный диагноз ставят по результатам лабораторных исследований.

### Какие анализы покажут COVID-19?

#### ПЦР-тест

**Когда сдавать:** в начале болезни или после контакта с зараженным.

**Форма:** мазок из носа и/или глотки.

**Где сделать:** в поликлинике и на дому - бесплатно по направлению врача, а также платно в частных лабораториях.

**Условия:** за три часа до анализа нельзя есть, пить, курить, чистить зубы, использовать капли для носа.

**Что показывает:** положительный результат с очень высокой вероятностью подтверждает наличие вируса COVID-19. Однако и отрицательный не позволяет полностью исключить коронавирус.

#### Анализ на антитела IgM

**Когда сдавать:** через 7-10 дней после начала болезни.

**Форма:** анализ крови.

**Где сделать:** платно в частных лабораториях и некоторых медучреждениях, например, на станции переливания крови.

**Условия:** натощак.



**Что показывает:** если у вас есть антитела IgM, вы болеете COVID-19 или перенесли инфекцию совсем недавно.

#### Анализ на антитела IgG

**Когда сдавать:** не ранее, чем через две недели с начала болезни.

**Форма:** анализ крови.

**Где сделать:** платно в част-

ных лабораториях и некоторых медучреждениях, например, на станции переливания крови.

**Условия:** натощак.

**Что показывает:** если у вас есть антитела IgG, вы переболели COVID-19 в прошлом. Скорее всего, это произошло более двух недель назад, но точно сказать, когда именно, не представляется возможным.

### Какие вакцины существуют и чем они отличаются?

#### Спутник V

**Разработчик:** НИЦ имени Гамалеи.

Создана на основе аденовируса и гена белка SARS-CoV-2.

**Принцип действия:** вирус доставляет в клетку генетический материал, но не может размножиться и вызывать заболевание. После введения вырабатываются антитела.

**Схема:** вакцина вводится дважды с интервалом в три недели.

**Иммунитет:** формируется через 21 день после второй вакцинации.

**Наличие в Самаре:** первые партии вакцины уже поступили, начали прививать отдельные категории граждан.

#### ЭпиВак Корона

**Разработчик:** ГИИ вирусологии и биотехнологии «Вектор».

Создана на основе пептидов - фрагментов белка SARS-CoV-2.

**Принцип действия:** пептиды закреплены на белке-носителе, который вместе с гидроксидом алюминия помогает усилить иммунный ответ. Стимулирует выработку антител.

**Схема:** вакцина вводится дважды с интервалом в две-три недели.

**Иммунитет:** формируется через 30 дней после второй вакцинации.

**Наличие в Самаре:** первая партия вакцины уже поступила, начали прививать отдельные категории граждан.

#### Вакцина НИИ имени Чумакова

**Разработчик:** Федеральный научный центр исследований и разработки иммунобиологических препаратов имени Чумакова РАН.

Создана на основе инактивированного вируса.

**Принцип действия:** инактивированный вирус вместе со вспомогательным веществом, гидроксидом алюминия, запускает в организме иммунный ответ.

**Схема:** вакцина вводится дважды с интервалом в две недели.

**Иммунитет:** формируется на 14-й день после второй вакцинации.

**Наличие в Самаре:** нет.

### Возможные осложнения при вакцинации:

- озноб
  - повышение температуры
  - боль в мышцах и суставах
  - головная боль
  - отек, покраснение в месте укола
- Все симптомы, как правило, проходят в течение трех дней. Тяжелых реакций в регионе не выявлено.

### В Самарской области работает колл-центр для пациентов с ОРВИ и COVID-19

Любой самарец в случае появления симптомов инфекционного заболевания может позвонить на горячую линию по телефону 8-800-30-22-163. Она работает ежедневно с 8 до 20 часов. Таким образом можно оформить вызов врача на дом - оператор передаст информацию в поликлинику по месту проживания.

Подготовила Анна Щербакова

**САМАРСКАЯ  
ГАЗЕТА**

№4  
(6729)

УЧРЕДИТЕЛЬ, ИЗДАТЕЛЬ - Администрация г.о. Самара.  
АДРЕС УЧРЕДИТЕЛЯ, ИЗДАТЕЛЯ: 443010, Самарская область, г. Самара, ул. Кузнецова, 137.

Газета зарегистрирована Поволжским региональным управлением регистрации и контроля за соблюдением законодательства РФ о средствах массовой информации Государственного комитета Российской Федерации по печати. Регистрационный номер С 0481 от 7 декабря 1998 г.

### МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА «САМАРСКАЯ ГАЗЕТА»

**ДИРЕКЦИЯ**  
Руководитель учреждения -  
Бубнова Е.В.

**Заместители руководителя:**  
Краснова И.В., Михайлова А.В.

#### РЕДАКЦИЯ

Главный редактор - Копалиани В.В.

Заместители редактора: Андрианов В.Л., Ваулина Ю.Ю., Преснухина Е.В.

Руководитель службы выпуска - Калядина О.Е.

Ответственный секретарь - Блинков С.А.

АДРЕС РЕДАКЦИИ 443020, Самарская область, г. Самара, ул. Галактионовская, 39. E-mail: info@sgpress.ru.  
Телефоны: 979-75-80 (приемная); 979-75-82 (отдел рекламы).

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ ПА613, ПА535, ПО438, ПИ967, 52403, 52401, 53401, ПА621, ПА612, ПО439, ПИ378, С2403, С2401, С3401.

ТИРАЖ 7 050. В розницу цена свободная.

За содержание рекламы несет ответственность рекламодатель. Незаказанные материалы не оплачиваются. Время подписания в печать: по графику - 19.00, фактическое - 19.00. Дата выхода в свет 16.01.21 г.

Отпечатано в Самарском филиале ООО «Типография КомПресс-Москва»

(443082, Самарская область, г. Самара, улица Клиническая, 257).

Заказ №46.

ЭЛЕКТРОННАЯ ВЕРСИЯ ГАЗЕТЫ  
www.sgpress.ru

