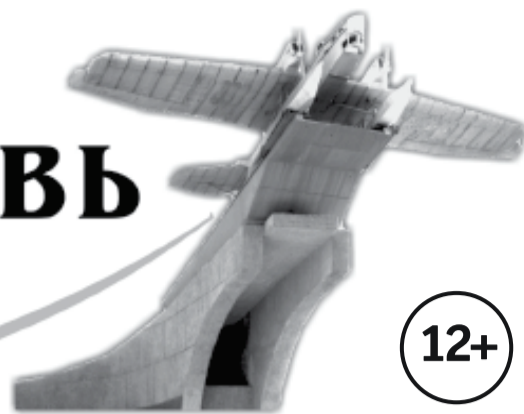


МУЙСКАЯ НОВА



12+

Выходит с 1 марта 1990 г.

№30(2102)

27 июля 2017 г.

В НОМЕРЕ:

- **Выборы — 2017**
- **Муйская ЦРБ информирует**
- **Прокуратура разъясняет**
- **Программа телепередач цифрового телевидения**

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЕ ФОНДЫ ПОМОГУТ ДЕТЯМ

С 23 по 30 июля при организации и поддержке Министерства здравоохранения Республики Бурятия, благотворительной помощи фондов «Здоровье Бурятии» и «Всем миром» в г. Улан-Удэ дети Бурятии с диагнозами ДЦП, сколиоз, spina bifida, спинальные мышечные атрофии и другими заболеваниями будут консультированы травматологами-ортопедами из Санкт-Петербургского медицинского центра «Ортоотерация».

В ходе консультаций около 40 пациентов Бурятии и Иркутска будут обеспечены индивидуальными техническими средствами реабилитации (ТСР, ортез, корсет, татор) по современной технологии ортезирования

низкотемпературным термопластиком. Помощь на сотни тысяч рублей будет оказана части пациентам благотворительным фондом «Всем миром» и МЦ «Ортоотерация». Таторы и корсеты для детей, имеющих ИПРА (индивидуальная программа реабилитации и абилитации), сопровождаются сертификатами соответствия и регистрационным удостоверением, позволяющими родителям получить регламентированные Субъектами Федерации компенсации.

Справки по тел. 8-983-531-50-92, 8-964-407-54-34 Будашкаева Светлана Дымбрыловна, председатель правления Фонда «Здоровье Бурятии»

В РАЙОНЕ

ТЕЛЕМЕДИЦИНА ПРИШЛА В МУЙСКИЙ РАЙОН

24 июля на районном планерном совещании глава МО «Муйский район» А.И. Киргизов рассказал о результатах своей командировки в г. Улан-Удэ, о встрече с врио главы РБ А.С. Цыденовым. В ходе беседы с Главой Республики поднимались вопросы состояния дел в Муйском районе, о необходимости положительного решения северного завоза, о возможности предоставления бюджетного кредита, обсуждались и многие другие злободневные темы. Далее Александр Иннокентьевич отметил, что не за горами осень и пора серьезно готовить все объекты ЖКХ к зимнему отопительному сезону. Глава пообещал вместе с руководителем администрации А.И. Козловым объехать все котельные. В честь Дня работника торговли и за многолетний, добросовестный труд и вклад в развитие торговли в республике за подписью врио главы Республики Бурятия А.С. Цыденова индивидуальный предприниматель А.В. Буянтуев был награжден Благодарственным письмом.

Заместитель руководителя администрации по экономике Е.К. Ткаченко сосредоточила свое выступление на источниках финансирования (скорее - их отсутствия) для полноценной подготовки к отопительному сезону.

Главный врач ГБУЗ «Муйская ЦРБ» Л.Н. Сивенцева сообщила, что за прошедшую неделю произошло два укуса клещами. У жителей района появилась удобная и бесплатная возможность проконсультироваться с республи-

канскими врачами в режиме «онлайн» Новое направление (телемедицина) - направлено на предотвращение самолечения, а также обращения к непрофессионалам за советами и рекомендациями на форумах и в социальных сетях. Кроме того, использование видеоконсультаций с врачами позволит сэкономить время для корректировки и уточнения назначенного курса лечения.

Специалист РУО Н.В. Тарханова рассказала о плановой приемке учреждений к новому учебному году.

Начальник отдела по организационной работе и контролю Г.Б. Пионтовская проинформировала об участии делегации от Муйского района в первом республиканском фестивале территориального общественного самоуправления (ТОС), который прошел в столице республики 17 июля. На площади Советов Улан-Удэ развернулась выставка-ярмарка продукции ТОСов всех районов республики, а на сцену поздравить выходили первые лица республики. Наш район представляла председатель ТОС «Сибиряда» Г.Н. Дампилова. В рамках фестиваля прошла торжественная церемония награждения лучших ТОСов из каждого района Бурятии.

На планерном совещании рассматривались и другие вопросы, в частности, о тарифах на электроэнергию и погашении задолженности по ней.

Галина Верхотурова



Близкие, друзья поздравляют с 80-летием

КОРЯКИНА ИЛЬЮ СТЕПАНОВИЧА!

У Вас сегодня юбилей, Гордимся цифру называть, И в этот день хотим мы Вам Здоровья много пожелать.

А все прошедшие года Бесценный опыт Вам дают, Так будьте счастливы всегда, А в доме будет пусть уют.

Вас ценят близкие, друзья, Вы помогаете им всем, Ведь по-другому жить нельзя, Не получается совсем.

Мы в этот праздник, в юбилей, Хотим Вам очень пожелать Бодрее быть и веселей, Печали, горести не знать!

Районный Совет ветеранов от всей души поздравляет таксимовцев, служивших в Воздушно-Десантных войсках СССР и РФ! Наша «крылатая пехота» всегда была элитой Вооружённых Сил России. Слава «войскам дяди Васи» (Маргелова)!

Сердечно поздравляю таксимовцев и гостей района, проходивших боевую службу в Военно-Морском флоте Советского Союза и РФ! Ветеран Краснознамённого Северного флота А. М. Пугаченков

ПЕЧАТЬ ФОТОГРАФИЙ, до формата А4 РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «МН»

АКТУАЛЬНО

ГОСУСЛУГИ — ЭТО ОЧЕНЬ ПРОСТО!

С помощью портала государственных услуг вы можете: получить услугу в электронном виде; получить информацию о государственной или муниципальной услуге, месте получения, стоимости, сроках оказания и образцах документов.

Воспользоваться многими популярными сервисами: получить загранпаспорт; оплатить штрафы ГИБДД; зарегистрировать автомобиль; снять транспортное средство с регистрации; пройти регистрацию по месту жительства или по месту пребывания; поменять паспорт; получить адресно-справочную информацию; получить справку об отсутствии или наличии судимости; справку о том, являетесь ли не являетесь подвергнутым административному наказанию за потребление наркотических средств или психотропных веществ и многие другие услуги.

Для удобства пользователей все услуги разбиты по категориям.

Через портал госуслуг можно оплачивать различные виды государственных пошлин и сборов. Оплата производится картами международных платежных систем Visa и MasterCard, а также электронными деньгами и со счетов сотовых операторов (МТС, Билайн, Мегафон, Ростелеком).

На сегодняшний день большая часть населения предпочитает пользоваться получением услуг в обычном формате, то есть, посещая учреждения лично, собирая множество

документов на бумажном носителе. Таким образом, тратить значительное время на заполнение документов, посещение различных ведомств. Получение госуслуг в электронном виде снимает все эти проблемы. Для этих целей создан единый портал государственных услуг «www.gosuslugi.ru», основными целями работы которого являются снижение административных барьеров, упрощение процедуры предоставления услуг и сокращение сроков их оказания, внедрение единых стандартов для обслуживания граждан, проживающих на различных территориях.

Главные преимущества использования портала: круглосуточная доступность; получение услуги из любого удобного для вас места; доступность сервисов по регистрационным данным портала; получение всеобъемлющей информации по интересующей вас теме; отсутствие очередей; присутствие службы поддержки; встроенная система оплаты; отсутствие коррупции, так как заявитель не обращается напрямую в ведомство для получения услуги; фиксированный срок получения услуги; возможность обжалования результатов получения услуги.

Из сказанного можно сделать однозначный вывод: государственные услуги в электронном виде — это быстро, удобно, современно! И очень просто.

Отделение МВД России по Муйскому району

Лицензия № 2731

ВОСТСИБ ТРАНСКОМ БАНК

ПОТРЕБИТЕЛЬСКИЕ КРЕДИТЫ

Для заемщиков по кредитному продукту «Пенсионный» действуют **ОСОБЫЕ УСЛОВИЯ**

от **17%**

тел.: 420-48
п.г.т. Таксимо, ул. Железнодорожников, д. 14

www.vstcb.ru

Валюта кредита: рубли РФ. Срок кредита: от 36 до 60 месяцев. Сумма кредита: определяется на основании расчета платежеспособности. Цель кредита: потребительские цели. Процентная ставка по кредиту, % годовых: аннуитетный платеж - 18% годовых, дифференцированный платеж - 22% годовых. При наличии положительной кредитной истории в АО «Востсибтрансбанк» процентная ставка может быть уменьшена на 1%. Обеспечение кредита (в зависимости от суммы кредита): до 200 000 руб. - без обеспечения (только для клиентов, имеющих положительную кредитную историю не менее, чем по 1 погашенному кредиту в АО «Востсибтрансбанк»), при отсутствии положительной кредитной истории не менее, чем по 1 погашенному кредиту в АО «Востсибтрансбанк» - не менее 1 поручителя или залог имущества на сумму кредита, от 201 000 до 1 000 000 руб. включительно - не менее 1 поручителя и/или залог имущества на сумму кредита, свыше 1 001 000 руб. - не менее 1 поручителя + залог имущества на сумму кредита (доля залога в сумме обеспечения не менее 50%). Условия досрочного погашения кредита: в любой сумме. Дополнительные условия: аннуитетный платеж; погашение основного долга по графику начинается с 1-го месяца пользования кредитом; дифференцированный платеж; погашение основного долга по графику начинается с 5-го месяца пользования кредитом.

ПОСТАНОВЛЕНИЕ № 472

п.Таксимо

21 июля 2017 года

О внесении изменений и дополнений в постановление администрации МО «Муйский район» от 26.12.2012 № 1041 «Об образовании избирательных участков на территории муниципального образования «Муйский район» (в редакции постановлений от 17.04.2013 №386, от 13.04.2016 №143, от 19.04.2016 №157)

В связи с уточнением границ избирательных участков на территории МО «Муйский район»

ПОСТАНОВЛЯЮ:

1. Внести следующие изменения и дополнения в постановление администрации МО «Муйский район» от 26.12.2012 №1041 «Об образовании избирательных участков на терри-

тории муниципального образования «Муйский район»;

1.1 В пункте 3 границы избирательного участка №451 исключить слова «тел. 4-25-55», дополнить словами «тел.55-4-63»;

1.2 В пункте 3 границы избирательного участка №452 исключить слова «55-1-23»;

1.3 В пункте 3 границы избиратель-

ного участка №454 исключить слова «тел. 54-3-84», дополнить словами «тел.54-9-28»;

1.4 В пункте 3 границы избирательного участка №457 исключить слова «тел. 54-4-35»;

1.5 В пункте 3 границы избирательного участка №460 исключить слова «тел. 56-2-67, 56-1-80», дополнить словами «тел.56-6-23»;

1.6 В пункте 3 границы избирательного участка №452 дополнить словами «Дачная (полностью)».

2. Настоящее постановление вступает в силу с момента опубликования.

3. Контроль за исполнением данного Постановления оставляю за собой.

Руководитель администрации МО "Муйский район" А.И.Козлов

ГРАНИЦЫ ИЗБИРАТЕЛЬНЫХ УЧАСТКОВ НА ТЕРРИТОРИИ МУЙСКОГО РАЙОНА

Избирательный участок № 451 (ДК «Верас»), п. Таксимо, ул. 70 лет Октября, 12; тел. 4-25-55.

В границах улиц: Даугава (полностью), 70 лет Октября (дома №№1, 4, 5, 7, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 21, 27, 29, 33, 35, 37), 8 Марта (полностью), Вербная (полностью), Притрассовая (дома №№1, 3, 4, 7, 8, 10, 19, 25а, 25, 27а, вагон №65), Минская (полностью), пер. Минский (полностью), пер. Притрассовый (полностью), Ангосольский щебеночный завод.

Избирательный участок № 452 (школа №3), п. Таксимо, ул. Советская, 9; тел. 4-25-29, 55-1-23.

В границах улиц: 70 лет Октября (дома №№38, 40, 42, 44, 46), Советская (полностью), Тенистая (полностью), Речная (полностью), Белорусская (полностью), Латвийская (полностью), Келянская (полностью), Метеостанция, Парамская (полностью), пер. Речной (полностью), пер. Советский (полностью), Железнодорожников (полностью), Парковая (полностью), Светлая (полностью), производственный участок «Кедровка», ул. Дачная.

Избирательный участок № 453 (городская библиотека «Поселок Таксимо»), п. Таксимо, ул. Клубная, 3 «В»; тел. 54-2-46.

В границах улиц: Братская (полностью), Кедровая (полностью), Клубная (полностью), Кольцевая (полностью), Коммунальная (полностью), Локомотивная (полностью), Механизаторов (полностью), Мира (полностью), МК-104 (полностью), Энергетиков (полностью), Притрассовая (дома №№ 4а, 4в).

Избирательный участок № 454 (школа №1), п. Таксимо, ул. Школьная 4; тел. 54-3-84. В границах улиц: 1-й

переулок Центральный (полностью), 2-й переулок Центральный (полностью), Автодорожная (полностью), Больничная (полностью), Витимская (полностью), Комсомольская (полностью), микрорайон Центральный (полностью), Молодежная (полностью), Мостостроителей (полностью), Муйская (полностью), Ольховая (полностью), пер. Автодорожный (полностью), пер. Больничный (полностью), пер. Витимский (полностью), пер. Ольховый (полностью), пер. Спортивный (полностью), Первопроходцев (полностью), Первостроителей (полностью), Сибирская (полностью), вагон-городок СМП-670 (полностью). Строительная (полностью), Таежная (полностью), Транзитная (полностью), Школьная (полностью), Олимпийская (дома №№14, 15, 17, 18).

Избирательный участок № 455 (контора «Лесхоза»), п. Таксимо, ул. Сосновая, 27; тел.54-3-91.

В границах улиц: Аиктинская (полностью), Алданская (полностью), Байкальская (полностью), Березовая (полностью), Восточная (полностью), Геологическая (полностью), Грибная (полностью), Еловая (полностью), Закаменская (полностью), Зеленая (полностью), Лесная (полностью), Лесхозная (полностью), Лиственничная (полностью), Луговая (полностью), Майская (полностью), Набережная (полностью), Надежды (полностью), Огородная (полностью), Озерная (полностью), Октябрьская (полностью), пер. Аэропортный (полностью), Пролетарская (полностью), Промышленная (полностью), Радужная (полностью), Родниковая (полностью), Садовая (полностью), Северная (полностью),

Хвойная (полностью), Целинная (полностью).

Избирательный участок № 456 (ДДТ «Радуга»), п. Таксимо, ул. 40 лет Победы, 4, тел. 54-4-67.

В границах улиц: Баранчевская (полностью), Брусничная (полностью), Забайкальская (полностью), Магистральная (полностью), Новоселов (полностью), Приозерная (полностью), Рижская (полностью), вагон-городок СМП-694 (полностью), Солнечная (полностью), Сосновая (полностью), Украинская (полностью), Энтузиастов (полностью), 40 лет Победы (полностью), Олимпийская (дома №№1, 3, 7), Авиаторов (полностью), Горняцкая (полностью), Днепровская (полностью), Интернациональная (полностью), Иркутская (полностью), Приисковая (полностью), Самарская (полностью), Таксимовская (полностью), Юбилейная (полностью).

Избирательный участок № 457 (средняя школа), п. Иракинда, ул. Таежная, 8, тел. 54-4-35.

В границах улиц п. Иракинда: Витимская, Горняцкая, Набережная, Нагорная, Рудная, Таежная, Тулуинская, Школьная, пер. Рудный, Телешма.

Избирательный участок № 458 (МКУ СКК «Тоннельщик»), п. Северомуйск, ул. Тоннельщиков, 2 а, тел. 61-1-22.

В границах улиц: Геологическая (полностью), Комсомольская (полностью), Лесная (полностью), Молодежная (полностью), Набережная (полностью), пер. Первопроходцев (полностью), Первопроходцев (полностью), Спортивная (полностью), Строителей (полностью), Тоннель-

щиков (полностью), Ленина (дома №№1, 1а, 1б, 2, 2а, 3, 3а, 4, 5, 5а, 8, 9, 11, 11 б, 15, 35, 37а, 39), Мира (дома №№1, 2, 3, 9, 14), Школьная (дома №№ 1а, 3, 10 б, 11, 15).

Избирательный участок № 459 (средняя школа), п. Северомуйск, ул. Забайкальская, 8, тел. 61-8-83.

В границах улиц: Гранитная (полностью), Забайкальская (полностью), квартал Юбилейный (полностью), пер. Первомайский (полностью), пер. Сосновый (полностью), Первомайская (полностью), Пионерная (полностью), Строительной газеты (полностью), Таежная (10, 15, 16), ул. Мира (дома №№40, 42, 44), Школьная (дома №№2, 8, 10, 12, 14, 16).

Избирательный участок № 460 (здание администрации сельского поселения), с. Усть-Муя, ул. Школьная, 3, тел. 56-2-67, 56-1-80.

В границах улиц с. Усть-Муя: Гаражная (полностью), Геологическая (полностью), Дружбы (полностью), Лесная (полностью), Набережная (полностью), Нагорная (полностью), Производственная (полностью), Толмачевская (полностью), Хвойная (полностью), Центральная (полностью), Школьная (полностью), Южная (полностью), Сосновая (полностью), 130-ая Партия (полностью).

Избирательный участок № 461 (сельский клуб), с. Муя, ул. Центральная, 18, тел. 64-3-34.

В границах улиц с. Муя: Аэропортная (полностью), Еловая (полностью), Железнодорожного (полностью), Лесная (полностью), пер. Центальный (полностью), Совхозная (полностью), Таежная (полностью), Центральная (полностью), п. Баргалино (полностью).

УВАЖАЕМЫЕ ИЗБИРАТЕЛИ!

Территориальная избирательная комиссия МО «Муйский район» сообщает о графике приема заявлений избирателей о включении в список избирателей по месту своего нахождения в день голосования на выборах Главы Республики Бурятия 10 сентября 2017 года.

С 26 июля по 4 сентября 2017 года прием заявлений осуществляется в территориальной избирательной комиссии МО «Муйский район» (Муйский район, пгт.Таксимо, ул.Советская, 10а, каб. 5а) в рабочие дни - с 10.00 до 18.00 часов; в субботние и воскресные дни-с 10.00 до 15.00 часов.

С 30 августа до 4 сентября 2017 года прием заявлений осуществляется в участковых избирательных комиссиях в рабочие дни с 10.00 до 18.00 часов; в субботние, воскресные дни с 10.00 до 15.00 часов.

С 5 сентября по 8 сентября 2017 года (со вторника по пятницу) с 10.00 до 18.00 часов; 9 сентября

2017 года с 10.00. до 14.00 часов по местному времени прием заявлений осуществляется в участковых избирательных комиссиях избирательных участков, где избиратель включен в список избирателей или имеет право быть включенным в список избирателей, для обеспечения возможности оформления избирателями специальных заявлений о включении в список избирателей на одном из избирательных участков, определенных постановлением Избирательной комиссии Республики Бурятия от 11 июля 2017 года № 29/376-6 «О перечне избирательных участков для голосования избирателей, оформивших специальные заявления о включении в список избирателей по месту нахождения, с 5 сентября 2017 года до 14.00 часов по местному времени 9 сентября 2017 года, при проведении выборов Главы Республики Бурятия».

ИНФОРМАЦИОННОЕ СООБЩЕНИЕ О ПРИЕМЕ ПРЕДЛОЖЕНИЙ ПО КАНДИДАТУРАМ ДЛЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ЗАЧИСЛЕНИЯ В РЕЗЕРВ СОСТАВОВ УЧАСТКОВЫХ ИЗБИРАТЕЛЬНЫХ КОМИССИЙ

Избирательная комиссия Республики Бурятия в соответствии со статьей 27 Федерального закона от 12 июня 2002

в Республике Бурятия предложений по кандидатурам для дополнительного зачисления в резерв составов участковых из-

териальными избирательными комиссиями, расположенными по следующим адресам (см. таблицу):

№ п/п	Наименование комиссии	Адрес комиссии	Номера избирательных участков (включая номера избирательных участков в местах временного пребывания избирателей)	Номер телефона
13	ТИК МО «Муйский район»	Республика Бурятия, Муйский район, п. Таксимо, ул.Советская, д. 10 А, каб. №5 Администрация района	451,452, 453,454, 455,456, 457, 458, 459, 460, 461	(30132) 55-502

года № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», пунктами 12, 13, 14, 21 Порядка формирования резерва составов участковых комиссий и назначения нового члена участковой комиссии из резерва составов участковых комиссий, утвержденного постановлением Центральной избирательной комиссии Российской Федерации от 5 декабря 2012 года № 152/1137-6 (в ред. от 10.06.2015) (далее - Порядок), сообщает о приеме территориальными избирательными комиссиями

бирательных комиссий.

Субъектами представления документов для дополнительного зачисления кандидатур в резерв составов участковых избирательных комиссий выступают политические партии, иные общественные объединения, представительные органы муниципальных образований в Республике Бурятия, собрания избирателей по месту жительства, работы, службы, учебы.

Срок подачи документов - с 21 июля по 10 августа 2017 года.

Прием документов для каждой участковой избирательной комиссии осуществляется терри-

В резерв составов участковых комиссий не зачисляются кандидатуры, не соответствующие требованиям, установленным пунктом 1 статьи 29 (за исключением подпунктов «ж», «з», «и», «к» и «л») Федерального закона от 12 июня 2002 года № 67-ФЗ «Об основных гарантиях избирательных прав и права на участие в референдуме граждан Российской Федерации», а также кандидатуры, в отношении которых отсутствуют документы, необходимые для зачисления в резерв составов участковых комиссий в соответствии с Порядком.



ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ ПЕРВОГО КАНАЛА

Понедельник, 31 июля

06.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Время покажет». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.45 Премьера. «На самом деле». [16+]
20.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Королева игры». [16+]
00.40 Т/с Премьера. «Полночное солнце». «Городские пижоны». [18+]
02.50 Х/ф «Тора! Тора! Тора!» [12+]
04.00 Новости.
04.05 Х/ф «Тора! Тора! Тора!» [12+]

Вторник, 1 августа

06.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Время покажет». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.45 Премьера. «На самом деле». [16+]
20.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Королева игры». [16+]
00.40 Т/с Премьера. «Полночное солнце». «Городские пижоны». [18+]
02.50 Х/ф «Руководство для женатых». [12+]
04.00 Новости.
04.05 Х/ф «Руководство для женатых». [12+]
04.50 «Наедине со всеми». [16+]

Среда, 2 августа

06.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Время покажет». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.45 Премьера. «На самом деле». [16+]
20.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Королева игры». [16+]
00.40 Т/с Премьера. «Полночное солнце». «Городские пижоны». [18+]
02.50 Х/ф «Опасный Джонни». [16+]
04.00 Новости.
04.05 Х/ф «Опасный Джонни». [16+]
04.45 «Наедине со всеми». [16+]

Четверг, 3 августа

06.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Время покажет». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.45 Премьера. «На самом деле». [16+]
20.50 «Пусть говорят» с Андреем Малаховым. [16+]
22.00 Время.
22.30 Т/с Премьера. «Королева игры». [16+]
00.40 Т/с Премьера. «Полночное солнце». «Городские пижоны». [18+]
02.50 Х/ф «Самозванцы». [16+]

04.00 Новости.
04.05 Х/ф «Самозванцы». [16+]
05.00 «Наедине со всеми». [16+]

Пятница, 4 августа

06.00 Телеканал «Доброе утро».
10.00 Новости.
10.10 Контрольная закупка.
10.40 Женский журнал.
10.50 «Жить здорово!» [12+]
11.55 Модный приговор.
13.00 Новости.
13.15 «Наедине со всеми». [16+]
14.20 «Время покажет». [16+]
16.00 Новости.
16.15 «Время покажет». [16+]
17.00 «Мужское / Женское». [16+]
18.00 «Время покажет». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.45 Премьера. «На самом деле». [16+]
20.50 «Поле чудес». [16+]
22.00 Время.
22.30 Премьера. «Победитель». Финал. Х/ф Премьера. «Линкольн». [16+]
02.50 Х/ф «Поймет лишь одинокий». [16+]
04.50 Х/ф «Приключения желтого пса».
06.20 Контрольная закупка.

Суббота, 5 августа

06.50 Д/с «Россия от края до края». [12+]
07.00 Новости.
07.10 Д/с «Россия от края до края». [12+]
07.50 Т/с «Три мушкетера». [12+]
09.45 М/с «Смешарики. Новые приключения».
10.00 Играй, гармонь любимая!
10.45 Слово пастыря.
11.00 Новости.
11.15 Д/ф Премьера. «Эдита Пьеха. «Я отпустила свое счастье». [12+]
12.20 Смак. [12+]
13.00 Новости.
13.15 «Идеальный ремонт».
14.10 Х/ф «Человек-амфибия».
16.10 «Наедине со всеми». [16+]
19.00 Вечерние новости.
19.20 «Давай поженимся!» [16+]
20.20 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым.
22.00 Время.
22.20 «Сегодня вечером» с Андреем Малаховым. [16+]
00.00 «КВН». Премьер-лига. [16+]
01.35 Х/ф Премьера. «Родительский беспредел».
03.30 Х/ф «Жюстин». [16+]
05.45 «Модный приговор».

Воскресенье, 6 августа

07.00 Новости.
07.10 Т/с «Три мушкетера». [12+]
09.10 М/с «Смешарики. Пин-код».
09.25 «Часовой». [12+]
09.55 «Здоровье». [16+]
11.00 Новости.
11.10 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. [12+]
11.30 Премьера. «Честное слово» с Юрием Николаевым.
12.10 «Пока все дома».
13.00 Новости.
13.15 Фазенда.
14.30 Премьера. «Дачники». [12+]
18.10 Большой праздничный концерт к Дню Воздушно-десантных войск.
20.00 Премьера. «Три аккорда».
22.00 Время.
22.30 «Клуб Веселых и находчивых». Встреча выпускников. [16+]
01.25 Х/ф «Молодая кровь». [16+]
03.25 Х/ф «Целуя Джессику Стейн». [16+]
05.15 Контрольная закупка.

ПРОГРАММА ТЕЛЕКАНАЛА РОССИЯ 1

Понедельник, 31 июля

06.00 Утро России.
10.00 Вести.
10.15 Утро России.
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «По горячим следам». [12+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Московская борзая». [12+]
00.50 «Вечер с Владимиром

Соловьёвым». [12+]
03.15 Т/с «Наследники». [12+]

Вторник, 1 августа

06.00 Утро России.
10.00 Вести.
10.15 Утро России.
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «По горячим следам». [12+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Московская борзая».
00.50 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
03.25 Т/с «Наследники». [12+]

Среда, 2 августа

06.00 Утро России.
10.00 Вести.
10.15 Утро России.
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «По горячим следам». [12+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Московская борзая». [12+]
00.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
01.50 Д/ф «Триумф Прометеев».
02.50 Т/с «Наследники». [12+]
03.50 Т/с «Родители». [12+]

Четверг, 3 августа

06.00 Утро России.
10.00 Вести.
10.15 Утро России.
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «По горячим следам». [12+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 Т/с «Московская борзая».
00.00 «Вечер с Владимиром Соловьёвым». [12+]
01.50 Д/ф «Свои люди». [16+]
02.55 Т/с «Наследники». [12+]
04.55 Т/с «Родители». [12+]

Пятница, 4 августа

06.00 Утро России.
10.00 Вести.
10.15 Утро России.
10.55 «О самом главном». [12+]
12.00 Вести.
12.40 Вести. Местное время.
12.55 Т/с «По горячим следам». [12+]
15.00 Вести.
15.40 Вести. Местное время.
15.55 Т/с «Тайны следствия». [12+]
18.00 Вести.
18.20 Вести. Местное время.
18.40 «Прямой эфир». [16+]
19.50 «60 минут». [12+]
21.00 Вести.
21.45 Вести. Местное время.
22.00 «Юморина». [12+]
00.20 Х/ф «Понаехали тут». [12+]
04.15 Т/с «Родители». [12+]

Суббота, 5 августа

06.15 Т/с «Без следа». [12+]
08.10 «Живые истории».
09.00 Вести. Местное время.
09.20 Россия. Местное время. [12+]
10.20 Сто к одному.
11.10 «Пятеро на одного».
12.00 Вести.
12.20 Вести. Местное время.
12.40 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» [16+]
14.10 Т/с «Русская наследница».
15.00 Вести.
15.20 Т/с «Русская наследница». [12+]
21.00 Вести.
21.50 Х/ф «Пятый этаж без лифта». [12+]
01.45 «Танцуют все!»
03.55 Т/с «Марш Турецкого». [12+]

Воскресенье, 6 августа

06.00 Т/с «Без следа». [12+]
08.00 Мульт-утро.
08.30 «Сам себе режиссёр».
09.20 «Смехопанорама»
Евгения Петросяна.
09.50 Утренняя почта.
10.30 Сто к одному.
11.20 Местное время. Вести-Москва. Неделя в городе.
12.00 Вести.
12.20 Т/с «Синяя роза». [12+]
15.00 Вести.
15.20 Т/с «Синяя роза». [12+]
21.00 Вести.
22.45 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым».
01.15 Д/ф «На балу у Воланда. Миссия в Москву». [12+]
02.15 Х/ф «Подруги». [12+]
04.15 «Смехопанорама»
Евгения Петросяна.

ПРОГРАММА ТЕЛЕКАНАЛА НТВ

ПОНЕДЕЛЬНИК, 31 ИЮЛЯ

06.10 Т/с «Таксистка». [16+]
07.00 Сегодня.
07.05 Т/с «Таксистка». [16+]
08.00 «Деловое утро НТВ». [12+]
10.00 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
11.00 Сегодня.
11.20 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
12.15 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
14.00 Сегодня.
14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
17.00 Сегодня.
17.30 Т/с «Литейный». [16+]
19.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
20.00 Сегодня.
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». [16+]
01.30 Т/с «Десант есть десант». [16+]
02.25 «Суд присяжных: Главное дело». [16+]
03.50 «Тайны любви». [16+]
04.30 «Лолита». [16+]
05.15 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Вторник, 1 августа

06.00 Т/с «Таксистка». [16+]
07.00 Сегодня.
07.05 Т/с «Таксистка». [16+]
08.00 «Деловое утро НТВ». [12+]
10.00 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
11.00 Сегодня.
11.20 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
12.15 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
14.00 Сегодня.
14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
17.00 Сегодня.
17.30 Т/с «Литейный». [16+]
19.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
20.00 Сегодня.
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». [16+]
01.30 Т/с «Десант есть десант».
02.25 «Суд присяжных: Главное дело». [16+]
04.05 «Лолита». [16+]
05.05 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Среда, 2 августа

06.00 Т/с «Таксистка». [16+]
07.00 Сегодня.
07.05 Т/с «Таксистка». [16+]
08.00 «Деловое утро НТВ». [12+]
10.00 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
11.00 Сегодня.
11.20 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
12.15 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
14.00 Сегодня.
14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
17.00 Сегодня.
17.30 Т/с «Литейный». [16+]
19.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
20.00 Сегодня.
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». [16+]
01.30 Т/с «Десант есть десант».
02.25 «Суд присяжных: Главное дело». [16+]
04.05 «Лолита». [16+]

05.00 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Четверг, 3 августа

06.00 Т/с «Таксистка». [16+]
07.00 Сегодня.
07.05 Т/с «Таксистка». [16+]
08.00 «Деловое утро НТВ». [12+]
10.00 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
11.00 Сегодня.
11.20 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
12.15 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
14.00 Сегодня.
14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
17.00 Сегодня.
17.30 Т/с «Литейный». [16+]
19.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
20.00 Сегодня.
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». [16+]
01.30 Т/с «Десант есть десант». [16+]
02.25 «Суд присяжных: Главное дело». [16+]
04.05 «Лолита». [16+]
05.05 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Пятница, 4 августа

06.00 Т/с «Таксистка». [16+]
07.00 Сегодня.
07.05 Т/с «Таксистка». [16+]
08.00 «Деловое утро НТВ». [12+]
10.00 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
11.00 Сегодня.
11.20 Т/с «Возвращение Мухтара». [16+]
12.15 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
14.00 Сегодня.
14.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
15.00 Т/с «Москва. Три вокзала». [16+]
17.00 Сегодня.
17.30 Т/с «Литейный». [16+]
19.30 Обзор. Чрезвычайное происшествие.
20.00 Сегодня.
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Смерч». [16+]
01.30 Т/с «Мы и наука. Наука и мы». [12+]
02.30 «Суд присяжных: Главное дело». [16+]
04.05 «Лолита». [16+]
05.05 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Суббота, 5 августа

06.00 Т/с «2,5 человека». [16+]
06.50 «Ты супер!» [6+]
09.00 Сегодня.
09.20 «Устами младенца». [0+]
10.00 Готовим с Алексеем Зиминим. [0+]
10.25 «Умный дом». [0+]
11.00 Сегодня.
11.20 Главная дорога. [16+]
12.00 «Еда живая и мёртвая». [12+]
12.55 Квартирный вопрос. [0+]
14.00 «НашПотребНадзор». [16+]
15.05 «Красота по-русски». [16+]
16.05 Своя игра. [0+]
17.00 Сегодня.
17.20 «Однажды...» [16+]
18.00 «Секрет на миллион». [16+]
20.00 Сегодня.
20.25 Х/ф «Куба». [16+]
01.55 «Экстрасенсы против детективов». [16+]
03.30 Поедем, поедим! [0+]
04.05 «Лолита». [16+]
05.00 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]

Воскресенье, 6 августа

06.00 Т/с «2,5 человека». [16+]
06.50 «Ты супер!» [6+]
09.00 Сегодня.
09.20 Лотерея «Счастливые утро».
10.25 Едим дома. [0+]
11.00 Сегодня.
11.20 Первая передача. [16+]
12.00 Чудо техники. [12+]
12.55 Дачный ответ. [0+]
14.00 «НашПотребНадзор». [16+]
15.10 Поедем, поедим! [0+]
16.05 Своя игра. [0+]
17.00 Сегодня.
17.20 Следствие вели... [16+]
19.00 Новые русские сенсации.
20.00 Сегодня.
20.25 Т/с «Ментовские войны». [16+]
00.10 Ты не поверишь! [16+]
00.55 «Экстрасенсы против детективов». [16+]
02.30 Т/с «ППС». [16+]
04.20 «Лолита». [16+]
05.10 Т/с «Преступление будет раскрыто». [16+]



ПРОГРАММА ТЕЛЕКАНАЛА ЗВЕЗДА

Понедельник, 31 июля
 06.00 Д/с «Оружие XX века». [12+]
 06.20 Д/с «Москва фронту». [12+]
 06.45 Х/ф «Выйти замуж за капитана».
 08.25 Т/с «72 метра». [12+]
 09.00 Новости дня.
 09.10 Т/с «72 метра». [12+]
 11.50 Т/с «Черные кошки». [16+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Т/с «Черные кошки». [16+]
 14.00 Военные новости.
 14.05 Т/с «Черные кошки». [16+]
 18.00 Военные новости.
 18.05 Дневник АрМИ-2017.
 18.25 Д/с «Москва фронту». [12+]
 19.00 Д/с «История ВДВ». [12+]
 19.45 Д/с «Теория заговора. Вторжение в мозг». [12+]
 20.30 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым». [12+]
 21.15 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым». [12+]
 22.10 Д/с «Ставка». [12+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.30 Д/с «Легенды советского сыска». [16+]
 00.20 «Звезда на «Звезде». [6+]
 01.05 Х/ф «Военно-полевой роман».
 02.50 Х/ф «Юнга Северного флота».
 04.35 Х/ф «Шла собака по роялю».

Вторник, 1 августа
 06.00 Д/с «Оружие XX века». [12+]
 06.20 Д/с «Москва фронту». [12+]
 06.45 Д/с «Зафронтовые разведчики». [12+]
 07.30 Х/ф «Адмирал Ушаков». [6+]
 09.00 Новости дня.
 09.10 Х/ф «Адмирал Ушаков». [6+]
 09.45 Х/ф «Корабли штурмуют бастионы».
 11.50 Т/с «Черные кошки». [16+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Т/с «Черные кошки». [16+]
 14.00 Военные новости.
 14.05 Т/с «Черные кошки». [16+]
 18.00 Военные новости.
 18.05 Дневник АрМИ-2017.
 18.25 Д/с «Москва фронту». [12+]
 19.00 Д/с «История ВДВ». [12+]
 19.45 «Легенды армии» с Александром Маршалом.
 20.30 «Улика из прошлого». [16+]
 21.20 «Улика из прошлого». [16+]
 22.10 Д/с «Ставка». [12+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.30 Д/с «Легенды советского сыска». [16+]
 00.20 «Звезда на «Звезде». [6+]
 01.05 Х/ф «Встретимся у фонтана».
 02.35 Х/ф «Здравствуй и прощай».
 04.30 Х/ф «Мы жили по соседству».

Среда, 2 августа
 06.00 Д/с «Москва фронту». [12+]
 06.25 Х/ф «Шла собака по роялю».
 07.45 Х/ф «Точка отсчета». [6+]
 09.00 Новости дня.
 09.10 Х/ф «Точка отсчета». [6+]
 10.00 Т/с «Батя». [16+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Т/с «Батя». [16+]
 14.00 Военные новости.
 14.05 Т/с «Батя». [16+]
 18.00 Военные новости.
 18.05 Дневник АрМИ-2017.
 18.25 Д/с «Москва фронту». [12+]
 19.00 Д/с «История ВДВ». [12+]
 19.45 «Последний день». [12+]
 20.30 Д/с «Секретная папка». [12+]
 21.15 Д/с «Секретная папка». [12+]
 22.10 Д/с «Ставка». [12+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.30 Д/с «Легенды советского сыска». [16+]
 00.20 «Звезда на «Звезде». [6+]
 01.05 Х/ф «Миссия в Кабуле». [12+]
 03.45 Х/ф «Начало». [6+]
 05.30 Д/с «Москва фронту». [12+]

Четверг, 3 августа
 06.00 Д/с «Москва фронту». [12+]
 06.20 Х/ф «Здравствуй и прощай».
 08.10 Х/ф «Встретимся у фонтана».
 09.00 Новости дня.
 09.10 Х/ф «Встретимся у фонтана».
 10.05 Т/с «Котовский». [16+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Т/с «Котовский». [16+]
 14.00 Военные новости.
 14.05 Т/с «Котовский». [16+]
 18.00 Военные новости.
 18.05 Дневник АрМИ-2017.
 18.25 Д/с «Москва фронту». [12+]
 19.00 Д/с «История ВДВ». [12+]
 19.45 «Легенды космоса». [6+]
 20.30 «Код доступа». [12+]
 21.20 «Не факт!» [6+]
 22.10 Д/с «Ставка». [12+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.30 Х/ф «Дело «пестрых»».
 01.30 Х/ф «Бармен из «Золотого якоря». [12+]
 03.05 Х/ф «Точка отсчета». [6+]
 05.00 Д/с «Зафронтовые разведчики».

Пятница, 4 августа
 06.00 Д/с «Оружие XX века». [12+]
 06.20 Д/с «Москва фронту». [12+]
 06.45 Т/с «Следствие ведут знатоки».
 09.00 Новости дня.
 09.10 Т/с «Следствие ведут знатоки».
 09.55 Т/с «Следствие ведут знатоки».
 13.00 Новости дня.
 13.15 Т/с «Следствие ведут знатоки».
 13.40 Х/ф «Бармен из «Золотого якоря». [12+]
 14.00 Военные новости.
 14.05 Х/ф «Бармен из «Золотого якоря». [12+]
 15.20 Х/ф «Танец горностаия». [16+]
 18.00 Военные новости.
 18.05 Дневник АрМИ-2017.
 18.25 Д/с «Москва фронту». [12+]
 19.00 Х/ф «Сумка инкассатора».
 20.45 Х/ф «Дачная поездка сержанта Цыбули».
 22.15 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил». [6+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.25 Х/ф «Сказ про то, как царь Петр арапа женил». [6+]
 00.40 Х/ф «Парадиз». [16+]
 02.35 Х/ф «Город Зеро». [16+]
 04.40 Д/с «Зафронтовые разведчики». [12+]
 05.25 Д/с «Освобождение». [12+]

Суббота, 5 августа
 06.00 Х/ф «Юнга со шхуны «Колумб»».
 07.25 Х/ф «Дачная поездка сержанта Цыбули».
 09.00 Новости дня.
 09.15 «Легенды цирка с Эдгардом Запашным». [6+]
 09.40 «Последний день». [12+]
 10.30 «Не факт!» [6+]
 11.00 Д/с «Загадки века с Сергеем Медведевым». [12+]
 11.50 «Улика из прошлого». [16+]
 12.35 «Научный детектив». [12+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Д/с «Секретная папка». [12+]
 14.05 Т/с «Юркины рассветы». [6+]
 18.00 Новости дня.
 18.10 «Задело!» с Николаем Петровым.
 18.25 Дневник АрМИ-2017.
 18.40 Т/с «Юркины рассветы». [6+]
 20.05 Х/ф «Приезжая». [6+]
 22.00 Х/ф «Свет в конце тоннеля».
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.25 Х/ф «Свет в конце тоннеля».
 00.20 Х/ф «Ключи от рая». [6+]
 02.15 Т/с «Следствие ведут знатоки».

Воскресенье, 6 августа
 05.10 М/ф Мультфильмы.
 07.10 Х/ф «Сумка инкассатора».
 09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым.
 09.25 «Служу России».
 09.55 «Военная приемка». [6+]
 10.45 «Политический детектив».
 11.10 «Научный детектив». [12+]
 11.50 Х/ф «Вторая жизнь Федора Строгова». [16+]
 13.00 Новости дня.
 13.15 Х/ф «Вторая жизнь Федора Строгова». [16+]
 14.10 Т/с «СМЕРШ. Легенда для предателя». [16+]
 18.00 Новости. Главное.
 18.40 Дневник АрМИ-2017.
 18.55 Д/с «Легенды советского сыска». [16+]
 20.35 Д/с «Незримый бой». [16+]
 23.05 Дневник АрМИ-2017.
 23.25 Т/с «Следствие ведут знатоки».
 02.45 Х/ф «Приезжая». [6+]
 04.40 Д/с «Зафронтовые разведчики». [12+]



ПРОГРАММА ПЕРЕДАЧ «СТС»

Понедельник, 31 июля
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]
 06.05 М/с «Забавные истории». [6+]
 06.15 М/ф «Страстный мадагаскар». [6+]
 06.40 Х/ф «Артур и война двух миров». [0+]
 08.30 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 09.00 «Уральские пельмени». [16+]
 09.40 Х/ф «Повелитель стихий».
 11.40 Х/ф «Сказки на ночь». [12+]
 13.30 Т/с «Кухня». [12+]
 15.00 Т/с «Восьмидесятые». [16+]
 17.00 Т/с «Воронины». [16+]
 20.00 Т/с «Дневник доктора Зайцевой». [16+]
 21.00 Х/ф «Двое: я и моя тень».
 23.00 «Уральские пельмени». [16+]
 23.30 Т/с «Пока цветёт папоротник».
 00.30 «Уральские пельмени». [16+]
 01.00 Х/ф «Трое в каноэ». [16+]

02.50 Х/ф «Паутина Шарлотты». [0+]
 04.35 Т/с «Семья». [16+]
 05.25 «Ералаш». [0+]
 05.45 «Музыка на СТС». [16+]

Вторник, 1 августа
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]
 06.30 М/с «Фиксики». [0+]
 07.00 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 07.25 М/с «Три кота». [0+]
 07.40 М/с «Драконы. Защитники Олуха». [6+]
 08.30 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 09.00 «Уральские пельмени». [16+]
 10.00 Х/ф «Двое: я и моя тень».
 12.00 Т/с «Мамочки». [16+]
 13.00 Т/с «Кухня». [12+]
 15.00 Т/с «Восьмидесятые». [16+]
 17.00 Т/с «Воронины». [16+]
 20.00 Т/с «Дневник доктора Зайцевой». [16+]
 21.00 Х/ф «Детсадовский полицейский». [0+]
 23.10 «Уральские пельмени». [16+]
 23.30 Т/с «Пока цветёт папоротник».
 00.30 «Уральские пельмени». [16+]
 01.00 Х/ф «Парикмахерша и чудовище». [0+]
 03.05 Х/ф «Не люблю день влюблённых». [16+]
 05.00 Т/с «Семья». [16+]
 05.50 «Музыка на СТС». [16+]

Среда, 2 августа
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]
 06.30 М/с «Фиксики». [0+]
 07.00 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 07.25 М/с «Три кота». [0+]
 07.40 М/с «Драконы. Защитники Олуха». [6+]
 08.30 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 09.00 «Уральские пельмени». [16+]
 09.40 Х/ф «Детсадовский полицейский». [0+]
 12.00 Т/с «Мамочки». [16+]
 13.00 Т/с «Кухня». [12+]
 15.00 Т/с «Восьмидесятые». [16+]
 17.00 Т/с «Воронины». [16+]
 20.00 Т/с «Дневник доктора Зайцевой». [16+]
 21.00 Х/ф «Поездка в Америку».
 23.15 «Уральские пельмени». [16+]
 23.30 Т/с «Пока цветёт папоротник».
 00.30 «Уральские пельмени». [16+]
 01.00 Х/ф «Конго». [0+]
 03.00 Х/ф «Угонщик... Поневолел!»
 04.30 Т/с «Семья». [16+]
 05.20 «Ералаш». [0+]
 05.40 «Музыка на СТС». [16+]

Четверг, 3 августа
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]
 06.30 М/с «Фиксики». [0+]
 07.00 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 07.25 М/с «Три кота». [0+]
 07.40 М/с «Драконы. Защитники Олуха». [6+]
 08.30 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 09.00 «Уральские пельмени». [16+]
 09.40 Х/ф «Поездка в Америку».
 12.00 Т/с «Мамочки». [16+]
 13.00 Т/с «Кухня». [12+]
 15.00 Т/с «Восьмидесятые». [16+]
 17.00 Т/с «Воронины». [16+]
 20.00 Т/с «Дневник доктора Зайцевой». [16+]
 21.00 Х/ф «Грязные танцы». [12+]
 23.00 «Уральские пельмени». [16+]
 23.30 Т/с «Пока цветёт папоротник».
 00.30 «Уральские пельмени». [16+]
 01.00 Х/ф «Сквозь горизонт». [18+]
 02.50 Х/ф «Зевс и Роксанна». [6+]
 04.40 Т/с «Семья». [16+]
 05.30 «Ералаш». [0+]
 05.50 «Музыка на СТС». [16+]

Пятница, 4 августа
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]
 06.30 М/с «Фиксики». [0+]
 07.00 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 07.25 М/с «Три кота». [0+]
 07.40 М/с «Драконы. Защитники Олуха». [6+]
 08.30 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 09.00 «Уральские пельмени». [16+]
 10.00 Х/ф «Грязные танцы». [12+]
 12.00 Т/с «Мамочки». [16+]
 13.00 Т/с «Кухня». [12+]
 15.00 Т/с «Восьмидесятые». [16+]
 17.00 Т/с «Воронины». [16+]
 19.00 «Уральские пельмени». [16+]
 19.30 Шоу «Уральских пельменей».
 21.00 Х/ф «Пятый элемент». [12+]
 23.30 Х/ф «Район №9». [16+]
 01.35 Х/ф «Трудности перевода».
 03.30 Х/ф «Параллельный мир».
 05.25 «Ералаш». [0+]
 05.45 «Музыка на СТС». [16+]

Суббота, 5 августа
 06.00 М/с «Смешарики». [0+]

06.30 М/с «Фиксики». [0+]
 07.00 М/с «Семейка Крудс. Начало». [6+]
 07.25 М/с «Драконы. Защитники Олуха». [6+]
 07.50 М/с «Три кота». [0+]
 08.05 М/с «Да здравствует король Джулиан!» [6+]
 09.30 Шоу «Уральских пельменей».
 10.30 Премьера! «Успеть за 24 часа». [16+]
 11.30 М/ф «Кунг-фу Панда. Невероятные тайны». [6+]
 12.00 Х/ф «Пришельцы: Коридоры времени». [12+]
 14.15 Х/ф «Пришельцы в Америке». [0+]
 16.00 «Уральские пельмени». [16+]
 16.45 Х/ф «Стой! А то мама будет стрелять». [16+]
 18.30 Х/ф «Пятый элемент». [12+]
 21.00 Х/ф «План побега». [16+]
 23.10 Х/ф Премьера! «Воздушный маршал». [16+]
 01.25 Х/ф «Бар «Гадкий койот»».
 03.20 Х/ф «Пришельцы в Америке».
 05.00 Т/с «Супергерл». [16+]

Воскресенье, 6 августа
 06.00 М/ф «7-й гном». [6+]
 07.25 М/с «Да здравствует король Джулиан!» [6+]
 07.50 М/с «Три кота». [0+]
 08.05 М/с «Да здравствует король Джулиан!» [6+]
 09.00 М/ф «Безумные миньоны».
 09.15 Х/ф «Элвин и бурундуки». [0+]
 11.00 Х/ф «Элвин и бурундуки-2».
 12.40 Х/ф «Элвин и бурундуки-3».
 14.20 Х/ф «Стой! А то мама будет стрелять». [16+]
 16.00 «Уральские пельмени». [16+]
 16.35 Х/ф «План побега». [16+]
 18.45 Х/ф «Воздушный маршал».
 21.00 Х/ф «Ограбление по-итальянски». [12+]
 23.05 Х/ф «Рекрут». [16+]
 01.25 Х/ф «Район №9». [16+]
 03.30 Х/ф «Семейный уик-энд».
 05.30 «Музыка на СТС». [16+]



ПРОГРАММА ПРОГРАММА ТВ ЦЕНТР

Понедельник, 31 июля
 07.00 «Настроение».
 09.00 Х/ф «Большая семья».
 11.05 Х/ф «Женщина его мечты».
 12.30 «События».
 12.50 Х/ф «Женщина его мечты».
 15.30 События.
 15.50 Город новостей.
 16.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 17.55 «Естественный отбор». [12+]
 18.45 Т/с «Бывшая жена». [16+]
 20.40 События.
 20.00 «Петровка, 38». [16+]
 21.20 «Право голоса». [16+]
 23.00 События.
 23.30 «Специальный репортаж».
 00.05 Д/ф «Без обмана. Мутный кофе». [16+]
 01.00 События.
 01.20 «Право знать!» [16+]
 03.00 Х/ф «Расплата». [12+]

Вторник, 1 августа
 07.00 «Настроение».
 09.05 «Доктор И...» [16+]
 09.40 Х/ф «Чужая родня».
 11.40 Д/ф «Николай Рыбников. Зима на Заречной улице».
 12.30 События.
 12.50 Т/с «Чисто английское убийство».
 14.40 «Мой герой». [12+]
 15.30 События.
 15.50 Город новостей.
 16.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 17.55 «Естественный отбор». [12+]
 18.45 Т/с «Бывшая жена». [16+]
 20.40 События.
 21.00 «Петровка, 38». [16+]
 21.20 «Право голоса». [16+]
 23.00 События.
 23.30 «Осторожно, мошенники!»
 00.05 «Прощание. Нонна Мордюкова». [16+]
 01.00 «События».
 01.20 «Право знать!» [16+]
 02.45 «Эдита Пьеха. Помню только хорошее». [6+]
 04.15 Х/ф «У тихой пристани...» [12+]
 05.40 «Тайны нашего кино». [12+]
 06.10 Д/ф «Без обмана. Мутный кофе». [16+]

Среда, 2 августа
 07.00 «Настроение».
 09.00 Х/ф «Исправленному верить». [12+]
 10.40 Х/ф «Вам и не снилось...» [12+]
 12.30 События.
 12.50 Т/с «Чисто английское убийство».
 14.40 «Мой герой». [12+]
 15.30 События.
 15.50 Город новостей.
 16.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 17.55 «Естественный отбор». [12+]

18.50 Х/ф «Серёжка Казановы».
 20.40 События.
 21.00 «Петровка, 38». [16+]
 21.20 «Право голоса». [16+]
 23.00 События.
 23.30 «Линия защиты». [16+]
 00.05 Д/с «Дикие деньги». [16+]
 01.00 «События».
 01.20 «Право знать!» [16+]
 02.55 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 03.40 «Осторожно, мошенники!»
 05.15 Д/ф «Джек и Джеки. Проклятые Кеннеди». [12+]
 06.05 Д/ф «Без обмана. Посудный день». [16+]

Четверг, 3 августа
 07.00 «Настроение».
 09.05 «Доктор И...» [16+]
 09.35 Х/ф «Кольцо из Амстердама».
 11.25 Д/ф «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». [12+]
 12.30 События.
 12.50 Т/с «Чисто английское убийство». [12+]
 14.40 «Мой герой». [12+]
 15.30 События.
 15.50 Город новостей.
 16.05 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 17.55 «Естественный отбор». [12+]
 18.50 Х/ф «Серёжка Казановы».
 20.40 События.
 21.00 «Петровка, 38». [16+]
 21.20 «Право голоса». [16+]
 23.00 События.
 23.30 «10 самых...» [16+]
 00.05 Д/ф «Ельцин против Горбачёва. Крушение империи».
 01.00 «События».
 01.20 «Право знать!» [16+]
 02.50 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 03.40 Д/ф «Бомба для Председателя Мао». [12+]
 06.15 Д/ф «Без обмана. Продукты для бессмертия».

Пятница, 4 августа
 07.00 «Настроение».
 09.00 «Тайны нашего кино». [12+]
 09.35 Т/с «Скорая помощь». [12+]
 12.30 События.
 12.50 Т/с «Скорая помощь». [12+]
 15.30 События.
 15.50 Город новостей.
 16.05 Т/с «Скорая помощь». [12+]
 18.50 Х/ф «Спешите любить». [12+]
 20.40 «События».
 21.05 Д/с «Обложка». [16+]
 21.40 «Право голоса». [16+]
 23.00 События.
 23.30 «Жена. История любви». [16+]
 01.00 Х/ф «Разрешите тебя поцеловать». [16+]
 02.55 Т/с «Пуаро Агаты Кристи».
 06.35 «Петровка, 38». [16+]
 06.50 «10 самых...» [16+]

Суббота, 5 августа
 07.20 «Марш-бросок». [12+]
 07.55 Х/ф «Вам и не снилось...» [12+]
 09.45 «Православная энциклопедия».
 10.10 Д/ф «Светлана Крючкова. Я любовь узнаю по боли...» [12+]
 11.00 Х/ф «Тайна двух океанов».
 12.30 События.
 12.45 Х/ф «Тайна двух океанов».
 14.15 Х/ф «Назад в СССР». [16+]
 15.30 События.
 15.45 Х/ф «Назад в СССР». [16+]
 18.20 Х/ф «Жемчужная свадьба».
 21.00 События.
 21.15 «Право голоса». [16+]
 01.25 «Специальный репортаж».
 02.00 Д/с «Дикие деньги». [16+]
 02.55 «Ельцин против Горбачёва. Крушение империи».
 03.40 «Прощание. Нонна Мордюкова». [16+]
 04.35 «Линия защиты». [16+]
 05.05 Т/с «Инспектор Льюис». [12+]

Воскресенье, 6 августа
 07.00 Х/ф «Кольцо из Амстердама». [16+]
 08.40 «Фактор жизни». [12+]
 09.15 «Тайны нашего кино». [12+]
 09.50 Х/ф «Капитан». [12+]
 11.55 Барышня и кулиар. [12+]
 12.30 События.
 12.45 Х/ф «Принцесса на бобах».
 14.55 «Смех с доставкой на дом».
 15.30 События.
 15.45 Д/ф «Свадьба и развод».
 16.35 «Прощание. Любовь Полищук».
 17.25 Х/ф «Половинки невозможного». [12+]
 21.00 Х/ф «Холодный расчет». [12+]
 00.35 События.
 00.50 «Петровка, 38». [16+]
 01.00 «Хроники московского быта. [16+]
 Смерть во второго дубля».
 01.55 «Хроники московского быта. [16+]
 Градус таланта». [12+]
 02.45 Х/ф «Назад в СССР». [16+]

ПРОДАМ

- 1-комнатную квартиру 31,5 кв. м., г. Ангарск, 8-ой мкр, 5/3. Сот. 89501208034
- 2-комнатную квартиру. Ипотека. Сертификат. Сот. 89244532180
- 3-комнатную квартиру, 5/5. Сот. 89085999510
- Коттедж. Имеются все постройки. Сот. 89245583961; 89243557934

КУПЛЮ

- Квартиру на земле по разумной цене. Сот. 89516307025

УСЛУГИ

- Нарощивание ресниц. Классика – 700 руб., 2 и 3 D – 1000 руб. Имеется лицензия. Сот. 89243581955
- Промывка радиаторов отопления. Сот. 89246526835
- Грузоперевозки. Сот. 89246526835

ИЩУ ХОЗЯИНА

- Отдам белых котят. Сот. 89243954632

Расписание служб православного Прихода в честь Успения Пресвятой Богородицы
30 июля, воскресенье
09.00 Чтение акафиста Успению Богородицы

Уважаемые жители п. Таксимо!

Услуги по сбору и вывозу твердых коммунальных отходов (ТКО), откачке жидких бытовых отходов, подвозу воды, вывозу крупногабаритного мусора осуществляет ООО «Новый Город». Офис находится в ТЦ «ВИСТ», кабинет 3/1. Номер телефона диспетчерской службы +79085913969. Оплата за сбор и вывоз ТКО принимается в кассе ООО УК «Северный регион» (п. Таксимо, ул. Солнечная, 14 - временный поселок, и в «Норде» - постоянный поселок).
Подвоз воды осуществляется только при наличии талонов!

В РЕДАКЦИИ ГАЗЕТЫ «МУЙСКАЯ НОВЬ» ИМЕЮТСЯ В ПРОДАЖЕ СЛЕДУЮЩИЕ БЛАНКИ:

ПРИХОДНЫЕ, РАСХОДНЫЕ ОРДЕРА, ПУТЕВЫЕ ЛИСТЫ НА ГРУЗОВОЙ, ЛЕГКОВОЙ ТРАНСПОРТ, ТАКСИ, НАКЛАДНЫЕ, ТРЕБОВАНИЯ, ПЛАТЕЖНЫЕ ВЕДОМОСТИ, ТАБЕЛИ УЧЕТА РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ, КОМАНДИРОВОЧНЫЕ УДОСТОВЕРЕНИЯ, АВАНСОВЫЕ ОТЧЕТЫ, МАТЕРИАЛЬНЫЕ ОТЧЕТЫ, МЕНЮ-ТРЕБОВАНИЯ И МНОГОЕ ДРУГОЕ.

ИЗГОТОВИМ ЛЮБЫЕ БЛАНКИ ПО ВАШИМ ОБРАЗЦАМ

Уважаемые читатели!

Ваши SMS-сообщения, отправленные на номер **+79247719207** (кроме рубрик «Продается», «Сдам», «Услуги»), будут опубликованы бесплатно один раз в месяц! От абонента одно объявление! В рубрике «Хочу познакомиться» будет указан номер, с которого пришло объявление.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

28 июля, пятница

Ясно. Ветер восточный, 1-3 м\с. Температура воздуха днем плюс 25 °С, ночью плюс 12 °С.

29 июля, суббота

Переменная облачность. Ветер восточный, 1-3 м\с. Температура воздуха днем плюс 24 °С, ночью плюс 13 °С.

30 июля, воскресенье

Ясно. Ветер восточный, 2-5 м\с. Температура воздуха днем плюс 26 °С, ночью плюс 12 °С.

<http://www.meteorova.ru/>

ПРОФИЛАКТИКА ИШЕМИЧЕСКОЙ БОЛЕЗНИ СЕРДЦА

«Любую болезнь лучше предупредить, чем лечить». Эта крылатая фраза часто упоминается, когда заходит речь о профилактике.

Ишемическая болезнь сердца — это прогрессирующее заболевание, которое чревато многочисленными осложнениями и даже может привести к гибели человека. Роль профилактики при этом заболевании огромна. **Как проводится профилактика ИБС, что для этого необходимо и к какому врачу нужно обратиться для того, чтобы избежать опасной болезни и ее последствий?**

Виды профилактики ИБС. Многие люди понимают смысл этого определения чересчур упрощенно. По их мнению, профилактику проводят только здоровые, и ее значение состоит в том, чтобы не допустить появления заболевания. Однако все несколько сложнее. На самом деле профилактика, в том числе и ишемической болезни сердца, делится на два вида.

Первичная — это действительно мероприятия, которые не допускают развития болезни. Кроме нее есть еще вторичная профилактика. В этом случае заболевание у человека уже возникло, однако он предпринимает определенные усилия для того, чтобы замедлить ее развитие, улучшить прогноз. В отношении ишемической болезни сердца могут осуществляться оба вида профилактики, притом в обоих случаях основой становится борьба с факторами риска.

Методы профилактики:

Диета. Главные «спонсоры» атеросклероза, а значит, и ишемической болезни сердца — это насыщенные (животные) жиры и углеводы (последние в организме превращаются в жир). Подробно объяснять, где содержится то и другое — излишне, ведь и без того понятно, что сало, баранина, фаст-фуд, кондитерские изделия, мучное очень вредны для сосудов и сердца. При их неумеренном потреблении жир не только откладывается под кожей и между органами, создавая лишний вес, но и циркулирует в крови, проникает в стенки артерий. Он формирует и увеличивает в размерах холестериновые бляшки в сосудах, вызывая ИБС и приближая момент, когда у человека разовьется инфаркт. Употребление этих продуктов нужно максимально ограничить. Заодно это обеднит рацион на несколько сотен килокалорий в сутки. Последнее будет особенно полезно пациентам с ожирением, которое тоже располагает к быстрому прогрессу ИБС. Если ограничить питание и похудеть, это существенно улучшит ситуацию. Кстати, каждый потерянный килограмм снижает артериальное давление на 1 мм.рт.ст. Ограничения — еще не всё, о чем придется позаботиться. Также рацион нуждается и в некоторых дополнениях. Важно обогатить его свежими фруктами и овощами, источниками белка (постное мясо, молоко, сыр минимальной жирности).

Отказ от вредных привычек. Курение действительно убивает, хоть делает это медленно. Оно «подгоняет» все патологические механизмы, вызывающие развитие и прогрессирование ИБС, а также очень существенно повышает риск инфаркта.

Вы курите? А может, это делает кто-

то из вашего ближайшего окружения? Пассивное курение тоже чрезвычайно вредно. Как говорится, «вдыхая, убиваешь себя, выдыхая — других». В любом случае рекомендуем избегать табачного дыма.

Ученые определили, что отказ от курения улучшает долговременный прогноз заболеваний сердца в большей степени, чем другие мероприятия, направленные на лечение. Только представьте: бросить сигареты — это эффективнее в плане прогноза, чем прием лекарств. Не будем подробнее касаться конкретных методов устранения табачной зависимости, скажем лишь, что при желании — отказать от сигарет возможно. Опыт тысяч людей, у которых получилось бросить, это доказывает.

Другая вредная привычка, получившая повсеместное распространение, — пристрастие к алкоголю. Известно, что бокал красного вина полезен для сосудов. Однако если «оздоравливаться» слишком часто, то возможен обратный эффект. Другие виды спиртного не обладают целебным действием на сердце, так что о них лучше тоже забыть, особенно тем людям, у которых уже имеется ишемическая болезнь сердца.

Физическая активность. Гиподинамия (сниженная физическая активность) — это мощный фактор риска ИБС. К счастью, устранить его несложно. Для этого надо всего лишь регулярно, до 5-6 раз в неделю, заниматься аэробными нагрузками средней интенсивности хотя бы по полчаса. Эта рекомендация подходит для здоровых. Однако если для вас ишемическая болезнь сердца — это не пугающая перспектива, а уже реальность, вам стоит выбрать активность по переносимости. Самостоятельно, ориентируясь на свои ощущения, достаточно сложно подобрать оптимальный уровень нагрузки, так что лучше следует обратиться к врачу и получить рекомендации от него. Он составит программу упражнений с учетом вашего диагноза и самочувствия.

Другие рекомендации по профилактике: диета, физическая активность и отказ от вредных привычек — это «три кита» профилактики ИБС. Но кроме них, важно не забывать и о других профилактических мероприятиях. Они имеют меньшую силу, однако тоже очень важны. Для профилактики ишемической болезни сердца важно: избегать стрессов, перегрузок; решать существующие проблемы со здоровьем, даже не связанные с сердцем; достаточно времени отдыхать и спать.

Профилактика должна начинаться с детства.

Хотя первые симптомы ишемической болезни сердца (ИБС) обычно появляются у людей среднего и более старшего возраста, атеросклероз начинает развиваться уже в детском возрасте. Кроме того, большинство привычек, в том числе и вредных, ведущих к появлению факторов риска ИБС, закладываются уже в детском и юношеском возрасте. По данным ВОЗ, во многих странах мира дети впервые пробуют курить в возрасте 6—11 лет. Очень быстро курение становится привычкой: и в возрасте 15 лет уже 40% мальчиков и девочек курят, а к 19 годам — 50%. Выборочные исследования показали, что в

возрасте 13 лет не менее трех сигарет в неделю выкуривают 7% мальчиков, в возрасте 14 лет — 30%, в возрасте 15 лет — 36% и в возрасте 16 лет — 41,2%, то есть эти цифры практически не отличаются от приводимых ВОЗ. Причем в последние годы во всем мире наблюдается тенденция к увеличению числа курящих девочек.

Привычки питания, способствующие ожирению и нарушениям жирового обмена, также закладываются в детском возрасте. Причем было обнаружено, что повышенный уровень холестерина в крови, выявленный у детей, довольно стойко сохраняется у них в последующем. Повышение артериального давления также встречается уже в подростковом возрасте. Конечно, не все дети с повышенным артериальным давлением в дальнейшем станут стойкими гипертониками, но риск у них, несомненно, выше, чем у детей с нормальным артериальным давлением. По данным эпидемиологических исследований, в разных странах повышение артериального давления выявляется у 6—8% подростков. Причем, по данным наблюдений, у 42% детей, у которых в возрасте 13 лет было обнаружено повышенное артериальное давление, оно сохранилось повышенным в возрасте 18 лет, то есть это уже реальные кандидаты на заболевание гипертонической болезнью.

Таким образом, в основе первичной профилактики сердечно-сосудистых заболеваний лежит борьба с факторами риска этих заболеваний. Лучше, конечно, избежать привычек, формирующих эти факторы риска, но в то же время никогда не поздно попытаться отказаться от них. Если проанализировать сущность рекомендуемого здорового образа жизни, то в нем нет ничего такого, без чего очень трудно жить. Чтобы ваше сердце было здоровым, надо рационально питаться (диета с умеренным содержанием калорий, соли, жиров, холестерина), следить за массой тела, заниматься регулярно физ. упражнениями, отказаться от курения и злоупотребления алкоголем, регулярно контролировать свое артериальное давление. Как видите, ничего принципиально нового и невозможного. Выполнение этих простых рекомендаций поможет вам избежать многих заболеваний без какого-либо ограничения активного и приятного образа жизни.

Лучшее, что можно рекомендовать людям, у которых имеется ишемическая болезнь сердца — это кардиореабилитация. После перенесенных инфарктов и операций на сердце, а также при стабильных формах ИБС она обеспечит самую качественную вторичную профилактику. Под контролем бригады врачей будет подобрана здоровая диета, режим и интенсивность тренировок. Врачи окажут помощь в отказе от вредных привычек. Медикаментозное лечение и специальные физиопроцедуры улучшат самочувствие. На занятиях специальных тематических школ здоровья для пациентов вы услышите множество полезных советов по лечению и профилактике ИБС, узнаете секреты здоровья и долголетия при этом заболевании.

Статью подготовила врач-методист Т.Ц. Сандакова

КУПОН БЕСПЛАТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

Дорогие читатели!

Вы можете разместить частное объявление (в том числе и для рубрик «Продам», «Сдам» и «Услуги»), заполнив этот купон.

Наш адрес: п. Таксимо, ул. 70 лет Октября, 23,
редакция газеты «Муйская новь».

Размер бесплатного объявления **ограничен 5 словами!**

Купон действителен до 1 августа 2017 года. Ксерокопии не принимаются.

ПРОДАМ:

● 1-комнатную квартиру с мебелью в панельном доме, 3 этаж. Сот. 89247729379

2-комнатную квартиру. Сот. 89244546960

2-комнатную квартиру на «Постоянке», 2 этаж, окна пластиковые, тепловосчетчики. Сот. 89247779863

2-комнатную квартиру, 3/5, солнечная сторона, евроокна, балкон застеклен. Сот. 89247522042

● 2-комнатную квартиру по ул. Белорусской. Сот. 89244532581

● 2-комнатную квартиру по ул. Латвийской. Цена 1300000 рублей. Сот. 89243519749; 89243519714

● 2-комнатную квартиру, «Постоянка». Сот. 89243519661

● 2-комнатную квартиру («Постоянка»), 1300 тыс. руб. Торг. Сот. 89246505017

3-комнатную квартиру. Сот. 89326128087

Срочно!!! 3-комнатную квартиру, 70 лет Октября. Торг. Сот. 89298425489

● 3-комнатную квартиру мкр. «Геология». Сот. 89243977274

● 3-комнатную квартиру, 3/5, ул. Белорусская, 9. Евроокна, межкомнатные двери, водосчетчики, водонагреватели, интернет, мебель и бытовая техника в подарок. Возможен обмен на другой город. Сот. 89244590629

● 3-комнатную квартиру на земле. Тумбу под телевизор, два пенала, книжный шкаф, стол-книжку, чугунные батареи б/у, два пластиковых новых окна. Сот. 89246530572

● Срочно! 3-комнатную квартиру с теплым гаражом, участок, теплица. Цена 2000000 руб. Торг. Сот. 89246528419, 89247516395

● 3-комнатную квартиру после ремонта, 3/5, ул. Белорусская, 9. А/м Hyundai Solaris 2014 г.в., серебро. Гараж в «Сосновом Бору» с документами. 2.7 млн. рублей. Сот. 89244590629

● 3-комнатную квартиру. Сот. 89243994395

● 4-комнатную квартиру на земле. «Белбам».

Все постройки. Сот. 89245523387

4-комнатную квартиру на земле 110 кв.м («Белбам»), автономка. Сот. 89516257850

Земельный участок, базу (недорого). Сот. 89246535474

Коттедж (кирпич), три уровня, 250 кв. м, 40 соток, «Постоянка». Сот. 89247503881

● Новый дом, постройки, документы. Недорого! Сот. 89243593473

● Балок (документы «Нахаловка»). А/м Nissan Blubirt, 1986 г.в. (документы). Можно на запчасти. Сот. 89243950037

● Срочно! Магазин «Ландыш». Сот. 89246580881

● А/м «Москвич 2140» на запчасти. Сот. 89247706346

● А/м NISSAN TIIDA 2007 г.в. сот. 89244532581

● А/м Toyota-Prado. Сот. 89243974616

А/м Mitsubishi Pagero Sport 2011 г.в., пробег 59 тыс. км., цвет серебристый. Подробности по тел.+79243595505

● Японский мопед Honda-Luo28. Сот. 89243509932

● Гараж в «Сосновом бору». Сот. 89241376143

● Гараж в «Сосновом бору». Сот. 89246596026

● Цыплят-несушек. Сот. 89240172567

ЕСТЬ РАБОТА:

ООО «Артель старателей Западная» требуется машинист погрузчика К-700, ТТ-4 вилочный погрузчик. ДОЦ,3п 30 000-35 000 рублей. Телефон отдела кадров 8-30132-54667

В ООО «Техстрой» требуется оператор АЗС. Сот. 89501044444

В ООО «ТехСтрой» требуется бухгалтер со знанием 1С.8. Стаж работы на предприятии обязателен. Сот. 89501044444, тел. 55-1-86

Требуются плотники на рудник «Кедровский». Сот. 89245565306

УСЛУГИ:

Грузоперевозки. Сот. 89247581844

● Установка водосчетчиков, водонагревателей. Сот. 89247514437

● Установка электросчетчиков, автоматических выключателей, устранение неисправностей в электрошите. Сот. 89247514437

● Бурение скважин. Сот. 89244508290

● Промывка радиаторов отопления. Сот. 89246526835

● ВРАЧ –НАРКОЛОГ (г. Иркутск)

Эффективное лечение алкогольной зависимости (5000 руб), табакокурения (4000 руб.), энуреза (3500 руб.).

Прием в поликлинике ЦРБ 7 и 8 августа с 09.00 до 18.00.

Контактные телефоны: 8924-5-388-388, 89149222214.

Лицензия №9901002561. Имеются противопоказания.

● Грузоперевозки. Сот. 89246526835

● Грузоперевозки. Сот. 89024565046

КРЕДИТНАЯ ПОМОЩЬ И КОНСУЛЬТАЦИЯ НА ВЫГОДНЫХ УСЛОВИЯХ, ДАЖЕ С ПЛОХОЙ К.И. ТЕЛ. 84959297107

Металлопрокат. Профлист в наличии. Изготовление гаражных и уличных ворот. Сот. 89247545232

БРОШЮРОВКА ДОКУМЕНТОВ. РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «МН»

ЖДЕМ ВАС:

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА RENAU
входные и межкомнатные двери. Бесплатный замер, консультация +7-924-391-74-74. Доставка. Большой опыт монтажных работ в Таксимо. При заказе в июле - СКИДКА ОТ 10%! Интернет-магазин ОКНА и ДВЕРИ: www.ok.ru/oknaidverinabam

БЛАГОДАРНОСТЬ:

● Хочу от всей души поблагодарить добрых людей за оказанную материальную помощь для проведения трех операций ребенку-сироте. На первую (в 2016 году) и вторую в мае 2017 года при содействии А.Г. Бueva по 20 тысяч рублей выделял В.И. Назаров. Но в июне потребовалась третья операция. Мне было просто неудобно вновь обращаться к ним. Попыталась сама найти спонсоров. Из тех предпринимателей, к кому обратилась, нашли возможность помочь Е.В. Кулешова и В.П. Васянович. Большое им спасибо! Счастья, здоровья, успехов вам и вашим близким.

Н.И. Коломина, бывший учитель школы №2

РАЗНОЕ:

● Утеряна личная карточка водителя на имя Шахова Владислава Сергеевича. Нашедшему вернуть. Сот. 89503819370

ЛАМИНИРОВАНИЕ ДОКУМЕНТОВ ДО ФОРМАТА А3 РЕДАКЦИЯ ГАЗЕТЫ «МУЙСКАЯ НОВЬ»

ИНТЕРНЕТ МАГАЗИН RU-MARKET.NET
– товары из Красноярска и Новосибирска с доставкой на дом! У нас вы можете заказать: стройматериалы, сайдинг, профлист, евроокна, теплицы, водонагреватели, велосипеды, корпусную и мягкую мебель, бытовую технику, электронику, автозапчасти и многое другое. Низкие цены, доставка от 3-х дней, цена от 5 руб. за кг. Справки по тел.: 8924-555-2122, 8924-77-888-78

Ритуальный Магазин "Память"
Огромный выбор искусственных цветов от 5 руб. Венки и корзинки.
Ленты различных цветов и с любым текстом. Памятники и оградки.
Мраморный щебень и тротуарная плитка. Семена цветов для озеленения захоронений. Гравировка надгробий и фотокерамика. И многое другое...
п. Таксимо, ул. Приозерная, 22а
Тел. 8924-75-10-333

ОКНА СИБИРИ
– лучшие окна от ведущих производителей по самым низким ценам!
ЗАМЕРЫ, ДОСТАВКА, МОНТАЖ!
Гарантия качества и низких цен от интернет-магазина **RU-MARKET.NET**
Подробности по тел. **8-924-778-88-78**

ПРОКУРАТУРА РАЗЪЯСНЯЕТ

«НОВЫЙ ВЗГЛЯД. ПРОКУРАТУРА ПРОТИВ КОРРУПЦИИ»

Генеральная прокуратура Российской Федерации выступила организатором VIII Всероссийского конкурса «Новый Взгляд», который ежегодно проводит Межрегиональный общественный фонд «Мир молодежи».

Участникам конкурса предложена специальная тема для подготовки плакатов и видеороликов «Прокуратура против коррупции». Организаторы предлагают молодежи изучить современные механизмы борьбы с проявлениями коррупции на всех уровнях. Конкурсантам предложат в любой комфортной для них творческой

форме представить существующую модель противодействия коррупции, учитывая работу органов прокуратуры в этой области. Подготовка к конкурсу потребует от участников серьезного погружения в проблематику, в частности, на уровне законодательства. Таким образом, Генеральная прокуратура РФ рассматривает на то, что конкурс «Новый Взгляд» в этом году станет эффективным инструментом правового просвещения молодежи и во многом работает как профилактическая мера в борьбе с коррупционными проявлениями.

«Новый Взгляд» – это крупнейший

молодежный проект в области социальной рекламы. Конкурс предоставляет возможность молодежи, в не зависимости от социального статуса и положения, выразить свое отношение к актуальным проблемам в обществе и показать пути их решения.

По словам основателя конкурса, президента МОФ «Мир молодежи» Евгения Мартынова, конкурс «Новый Взгляд» – это уникальный инструмент, являющийся общественным срезом наиболее острых и значимых социальных проблем современного общества, которые волнуют молодое поколение.

Работы принимаются на официальном сайте конкурса www.tvoykonkurs.ru до 29 сентября 2017 года по двум номинациям – «социальный плакат» и «социальный видеоролик». Возраст участников от 14 до 30 лет.

Официальная церемония награждения финалистов и победителей по названной теме пройдет в Генеральной прокуратуре Российской Федерации и будет приурочена к Международному дню борьбы с коррупцией (9 декабря).

Более подробную информацию можно получить на официальном сайте конкурса, а также по телефонам: 8 (495) 640-09-39, 8 (925) 112-82-25.

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Республике Бурятия. Регистрационный ПИ № ТУ 03-00138 от 21.09.2010г.

Учредитель: Администрация МО «Муйский район»

Подписной индекс: 50942

За содержание объявлений, публикаций ответственность несут рекламодатели, авторы. Мнения и выводы редакции могут не совпадать с мнениями и выводами авторов писем и статей. Редакция вправе без объяснений отказать авторам в публикации, не рецензирует и не возвращает не заказанные ею рукописи, фотографии, рисунки.

Главный редактор: С.Л. Чернышенко
Адрес редакции, издателя:
671561, Бурятия, Муйский р-н,
п. Таксимо, ул. 70 лет Октября, 23
Тел/факс: 55-2-35
E-mail: muyka@mail.ru

Газета отпечатана в печатном цехе редакции газеты «Муйская новь». Печать офсетная. Номер подписан в печать 26.07.2017 г. Время подписания в печать: по графику - в 16.00, фактическое - в 15.05. Объем -1,5 п.л. Заказ №30 Тираж: 1400 экз. Газета выходит по четвергам. Цена в розницу - свободная.