

# Муйская новь

Выходит с 1 марта 1990 г.

№43 (2320)

3 ноября 2021 г.

## ДЕНЬ НАРОДНОГО ЕДИНСТВА

**Уважаемые жители Бурятии! Дорогие земляки!**

**Примите самые теплые поздравления с Днем народного единства!**

Хүндэтэ нютагаархид! Мүнөөдэр тон ехэ удхатай хайндэр угтажа байнабди. Олон тоото арадуудай нэгэдэл – манай Эсэгэ ороной хүсэн!

Мы все живем в одном большом доме – России. Наша страна сильна в первую очередь благодаря единству народа. Вся история российского государства – это пример сплоченности перед общими вызовами и угрозами. Мы вместе преодолеваем невзгоды, сообща создаем и, обогащаясь, строим наше общее будущее.

Сегодня перед нами стоит множество вызовов. Ответить на них, решить многие проблемы мы можем только вместе. И в первую очередь мы должны сплотиться перед общей угрозой – коронавирусной инфекцией. И единственное оружие победы в этом противостоянии – вакцинация. Современные технологии дают нам возможность эффективно защититься и все что нам надо сделать – применить эти средства, а для этого необходимо проявить присущие нашему народу качества как ответственность и забота за жизнь и здоровье своих близких.

В эти же дни как никогда необходимо проявить единство в участии во всероссийской переписи населения. Важно знать, сколько нас, от этого за-

висят объемы социальной поддержки, развития инфраструктуры и экономики в целом на ближайшие десять лет.

В Бурятии на протяжении многих веков живут представители более ста разных народностей, культур и религий. Взаимовыручка, взаимопонимание, взаимоуважение – то, на чем основаны мир и согласие в нашей республике. Уважая национальное

и конфессиональное разнообразие, мы строим прочную основу дальнейшего укрепления и процветания Бурятии.

Хүндэтэ нүхэд! Буряад Уласта эбтэй ээтэй зуун гаран арадууд ажаһууна. Хамта ямаршье хүндэ байдал даахабди! Сугтаа тоонтоёо хүгжөөе!

Дорогие земляки! В этот праздник желаю вам крепкого здоровья, счастья, благополучия, оптимизма и успешного воплощения всех добрых замыслов!

**Глава Республики Бурятия – Председатель Правительства РБ А.С. Цыденов**

**Дорогие земляки!**

**От имени депутатов Народного Хурала Республики Бурятия поздравляю вас с Днем народного единства!**

Этот праздник напоминает нам о том, что наша сила – в сплоченности, которая испокон веков помогает развиваться России и нашей родной Бурятии.

Геополитическое расположение нашей республики особое и значимое – неслучайно Бурятию называют воротами в Восточную Азию. Здесь в суровом климате евра-

шестидесяти лет. За это время мы стали единым российским народом с общей судьбой и одним будущим. Сегодня, столкнувшись с вызовами нашего времени, мы вновь и вновь вспоминаем ценные уроки прошлого – только сплотившись, консолидировав все силы, мы справимся с нынешними испытаниями.

В том, что сегодня Россия – сильное, динамично развивающееся государство, есть вклад многих поколений жителей и нашей республики. В этот праздничный день хочу обратиться к нашим уважаемым ветеранам, чьим упорным трудом преобразовывалась экономика Бурятии, поднималось сельское хозяйство, развивалось образование и здравоохранение. Выражаю вам слова признательности и уважения!

Дорогие земляки, желаю вам успехов, счастья, крепкого здоровья и благополучия. Пусть мир и согласие царят в каждой семье, а единство и патриотизм всегда будут надежной опорой для вас и основой успешного развития России!

**Председатель Народного Хурала Республики Бурятия В.А. Павлов**

**Уважаемые жители Муйского района!**

**Поздравляем вас с одним из важнейших государственных праздников России – Днем народного единства!**

Этот праздник – дань уважения вековым российским традициям, единения народа во имя Отечества. Уважая отечественную историю, мы отмечаем этот праздник как символ национального согласия и сплочения общества, отдаем долг памяти героическому прошлому нашей страны и дань благодарности ее защитникам. И сегодня сплоченность многонационального российского народа, его духовное единение – важные составляющие успешного развития и благопо-

лучия нашей страны. Пусть в нашей жизни всегда будет место взаимопониманию и взаимопомощи во имя спокойствия и благополучия родных и близких, роста и процветания района. От души желаем здоровья, мира, благополучия и уверенности в завтрашнем дне!

**Глава МО «Муйский район» А.И. Козлов  
Председатель Совета депутатов МО «Муйский район» М.Р. Горбунова**

### НА ПОСЕЛЕНИИ

## ТОС «СТart» стремится к новым вершинам

В любом небольшом поселке жители друг друга знают десятилетиями, все злободневные проблемы решаются после обсуждения с соседями. Обязательно находится кто-то, кто проявляет активность, инициативу и организаторские способности, постепенно становясь лидером. Так было и в нашем поселке Северомуйск, и образование ТОС стало закономерным желанием жителей. В конце 2018 года, на общем собрании было решено обратиться в администрацию поселения с просьбой о создании официального органа территориального общественного самоуправления.

И теперь наш ТОС «СТart» не только помогает решать актуальные проблемы, но и предоставляет возможность гражданам самореализовываться и воплощать свои идеи в жизнь. Ни одно значимое мероприятие в поселке не проходит без участия активных членов ТОС. Их роль проявляется в благоустройстве территории, памятников, социальной помощи инвалидам, многодетным семьям, организации общественных мероприятий, проведении субботников и т.п.

Подходит к завершению еще один год, оглядываясь назад, хочется вспомнить добрые дела Северомуйского ТОСа

и всех неравнодушных людей, с горячими сердцами и жадной деятельностью на благо нашего поселка.

Деятельность ТОСа финансируется за счет личных средств жителей (добровольные пожертвования), а также за счет участия в проектной деятельности.

Ежегодно ТОС «СТart» принимает участие в республиканском конкурсе «Лучшее территориальное общественное самоуправление», в конкурсах социально значимых проектов. Подобная практика способствует финансированию продолжения деятельности ТОСа. Таким образом, на полученные средства по республиканскому конкурсу ТОС, мы смогли приобрести скамейки, изготовили урны на тренажерную площадку.

В сентябре 2021 года приобрели и установили песочницу «Домик 2х2», а также качели и горку на детскую площадку по ул. Школьной. Помощь в установке оказали папы детей, проживающих по этой улице: Бутаков Юрий, Тепнадзе Лаша, Сырцев Сергей, Цымбал Евгений и Шагабиев Ильяс.

Осенью этого года помогли оборудовать площадку под уличные тренажеры. Наш ТОС держится на социально активных людях «серебряного» возраста, и нам бы очень хотелось, чтобы молодые



и активные жители поселка стремились вместе с нами быть полезными обществу, поселку и своей стране.

В решении многих вопросов активу ТОС оказывают помощь глава администрации МО ГП «Северомуйское», муниципальные учреждения и предпри-

ятия. ТОС «СТart» не останавливается на достигнутом, стремится к новым вершинам, реализовывая задуманные проекты для нашего поселка Северомуйск.

**Работник почты, пенсионер, ТОСовец  
Н. Зеленская**

# Здоровье дороже золота

*Есть такая притча у врачей: нет здоровых людей, есть недоисследованные. Пожалуй, это почти правда. По данным эпидемиологического исследования россиян оценка «удовлетворительно» по ведению здорового образа жизни получили примерно 30% мужчин и 57% женщин. В Бурятии эти показатели чуть другие – 31,9% у мужчин и 45% у женщин. К сожалению, безответственное отношение к своему здоровью и образу жизни приводит к печальным последствиям: хроническим болезням, сокращению жизни.*

Примерно 2/3 всех смертей в мире – последствия хронических неинфекционных заболеваний, связанных с сердцем и сосудами, злокачественной онкологией, сахарным диабетом или болезнями дыхательной системы. Все они развиваются активнее, если вы курите, злоупотребляете алкоголем, не придерживаетесь здорового питания, ведете малоактивный образ жизни.

Всё это – передовая развивающихся болезней, которые без изменения образа жизни перетекают в стадию хронических заболеваний.

## ИНДЕКС ЗОЖ

Пока для кого-то термин ЗОЖ звучит, как ругательство, другие стремятся найти баланс и сохранить здоровье на долгие годы. Но вернемся к цифрам, названным в начале статьи. Что значит оценка «удовлетворительно» по отношению к здоровому образу жизни? И по каким критериям понять, что вы хороши, отличник или троечник? Что даст вам это знание?

Республиканский центр медицинской профилактики стабильно мониторит уровень жизни среди населения Бурятии. Так, специалисты выявляют факторы риска у жителей, их распространенность, оценивают степень приверженности ЗОЖ.

В 2018-2019 годы сотрудники центра оценили показатели 1,6 тысячи человек, проведя случайную выборку по поликлиникам Улан-Удэ и районов Бурятии, куда попали жители Селенгинского, Кабанского, Джидинского, Тункинского, Курумканского и Закаменского районов. Оценивались следующие параметры, по которым определяется индекс приверженности ЗОЖ:

- отсутствие курения;
- не злоупотребление алкоголем;
- достаточное потребление фруктов и овощей – более 400 г (5 порций) овощей и фруктов в день, не считая картофеля;
- употребление поваренной соли не более 5 граммов в день (1 чайная ложка без горки);
- достаточная физическая активность (не менее 30 минут ежедневной ходьбы в умеренном темпе).

Посмотрите на эти параметры и дайте себе честную оценку: если у вас хорошие показатели по всем пяти параметрам, вы относитесь к группе с хорошим индексом приверженности ЗОЖ. Если же один из пунктов у вас «западает», вы переходите к группе «троечников». Причем врачи делают важное уточнение: любой пункт, кроме того, что касается курения. У курильщиков индекс автоматически снижается из-за значительного вреда здоровью. В любом случае, важно вовремя понять, что есть факторы риска, на которые мы не можем повлиять – такие, как возраст, пол или наследственность, а есть то, что мы изменить в силах. И тогда мы повышаем свои шансы на крепкое здоровье.

## ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ КУРЯЩИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН

К сожалению, курение – одна из самых сложно искоренимых привычек. Однажды взявшись за сигарету, человек прощается с ней с огромным трудом. Никотин искусственно стимулирует выработку гормонов радости – эндорфинов, однако со временем это вызывает истощение организма. В результате у заядлых курильщиков с годами уже не вырабатываются эти гормоны естественным способом, поэтому и возникает эмоциональная зависимость: покурить – порадовался.

Но это не главная беда курения.

Так, чаще всего именно у курящих людей развивается рак легких: в ряде



стран 9 из 10 случаев рака легких вызваны курением. По статистике, среди любителей никотина пожизненный риск развития рака лёгких составляет 17,2% у мужчин, среди курящих женщин – 11,6%. И совсем другие цифры у некурящих: 1,3% у мужчин и 1,4% у женщин.

К тому же, курильщик вредит не только себе, но и окружающим, которые становятся пассивными курильщиками. Исследования показывают, что у пассивных курильщиков риск развития рака легких на 20-30% выше, чем у некурящих.

Кроме того, с курением связаны болезни органов дыхания, рак полости рта, гортани, пищевода, печени, поджелудочной железы, почек, мочевого пузыря, молочной железы, а также болезни сердечно-сосудистой системы. И риск появления таких болезней тем больше, чем раньше человек начинает курить.

Отказ от вредной привычки уже через два года приносит снижение общего риска смертности в 2 раза! А через 5-15 лет, по разным данным, вы становитесь близки к показателям тех, кто вообще не курил.

## ЗМЙ-ИСКУСИТЕЛЬ

Через слизистую желудка всасывается около 90% выпитого алкоголя.

И тут включается бомба, которая жестко воздействует на весь организм: алкоголь разрушает центральную нервную систему, изменяя функцию нервных клеток, поражает сердечно-сосудистую систему, поджелудочную железу, влияет на печень, желудок, пищевод.

Но больше всего страдает мозг: алкоголь склеивает эритроциты в крови, что приводит к образованию тромбов. Исследования показывают, что 1000 грамм водки убивает 8 тысяч мозговых клеток. В результате, мозг становится меньше в объеме, на нем появляются рубцы и язвочки, не исключены также кровоизлияния и пустоты.

Не будем пугать вас множеством последствий от употребления алкоголя, лишь отметим, что около половины пьющих людей умирает от инфарктов.

## НЕ СЫПЬ МНЕ СОЛЬ НА РАНУ

Белая смерть. Когда придумывали это выражение, явно косо посматривали не

только на соль, но и на сахар тоже. Контроль потребления этих двух продуктов поможет вашему организму.

Совсем отказываться от соли нельзя. Этот элемент связывает воду, участвует в сокращении мышц, выработке гормонов, в некоторой степени помогает существованию эритроцитов, а в желудке соль образует соляную кислоту, без которой невозможно переваривание пищи.

Но во всем важна мера. Любовь к солененькому провоцирует рост кровяного давления, что может вызвать инсульт и другие последствия, переизбыток соли грозит заболеваниями почек, печени, атеросклерозом, может спровоцировать размягчение костей и зубов. Суточная норма соли – 5 г, это чайная ложка.

С сахаром тоже все непросто. Чем больше вы едите сладкого, тем больше сладкого требует ваш организм: вкусовые рецепторы притупляются и вот вы уже закидываетесь вкусняшками без контроля. Излишнее употребление сладостей – это верная дорога к ожирению, высокому давлению, проблемам с кишечником и кожным высыпаниям. Но самый опасный напарник сахара – диабет. Сахар вызывает всплеск инсулина.

Всемирная организация здравоохранения считает: взрослому человеку без ущерба для здоровья можно съесть 25 г сахара в день, то есть около 5 чайных ложек. Максимум, который можно себе позволить, – 50 г. Для детей норма меньше – 15 г.

## КТО ЕСТ ЛУК, ТОГО БОГ ИЗБАВИТ ОТ ВЕЧНЫХ МУК

Согласно последним данным Бурятстата, жители республики сильно недоедают фруктов и овощей. Тем временем, это важный элемент здорового питания, а значит, долголетия и хорошего самочувствия.

Для полноценного питания и поддержания хорошей формы врачи советуют использовать «модель тарелки»: половину тарелки заполняйте овощами, четверть – белковой едой (мясо, рыба, бобовые, яйца), еще четверть – сложными углеводами (крупы, бурый рис, цельнозерновой хлеб). Причем начинать прием пищи лучше с овощей, затем предпочтение отдавайте белковым продуктам, а вот углеводы должны закрывать рот в последнюю очередь.

Чаще обращайте внимание на «родные» продукты, то есть те овощи и фрукты, которые выросли на бурятской земле или неподалеку. Ученые выяснили, что экзотические продукты усваиваются хуже, а значит, принесут меньше пользы. К слову, если привычные салаты вам надоели, попробуйте сменить всего один ингредиент, который изменит всё – это заправка для овощей. Тогда всё блюдо заиграет новыми красками и вкусами, а вы иначе взглянете на прежде скучные продукты.

Всемирная организация здравоохранения советует употреблять каждый день не менее 400 г овощей, фруктов и ягод. Весь объем нужно поделить на пять порций, составив дневное меню из продуктов разных типов и цветов – так можно обеспечить разные питательные вещества в рационе. И конечно, отдавайте предпочтение свежим овощам и фруктам, чтобы получить максимум пользы для здоровья.

## ДВИЖЕНИЕ – ЖИЗНЬ

Физическая активность – спутник долголетия. В последние годы стала модной скандинавская ходьба, пробежки и даже уличные тренировки. Не так важно, какой вид активности вы выберете, главное – регулярность.

Специалисты рекомендуют делать взрослым не менее 10 тысяч шагов в день. Это минимальная физическая нагрузка для поддержания здоровья. В сельских условиях при наличии подсобного хозяйства нашагать 10 тысяч можно легко, а вот горожанам в этом плане чуть сложнее. Но все же цель достижима.

Старайтесь разнообразить виды нагрузки и работать с разными группами мышц: от ходьбы до прыжков, от приседаний до подтягиваний и др. Начать и вовсе можно с легкой утренней зарядки.

Мы начинаем ценить здоровье, когда его теряем. Пожалуй, пора прервать эту закономерность и начать ценить себя через заботу о своем теле. Внедряйте новые полезные привычки и боритесь со старыми. Помните, что привычка формируется не менее 21 дня, а после будет легче. Главное, воспринимайте нововведения не как пытку, а как вложение в себя – свое здоровье, внешний вид и прекрасное самочувствие.

Наталья Борисова

**1 ПОНЕДЕЛЬНИК, 8 НОЯБРЯ**  
«Первый канал»

05.00 Телеканал «Доброе утро».  
09.00 Новости.  
09.15 Телеканал «Доброе утро».  
09.50 Жить здорово! [16+]  
10.55 Модный приговор. [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Время покажет. [16+]  
15.00 Новости.  
15.10 Давай поженимся! [16+]  
16.00 Мужское / Женское. [16+]  
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. [16+]  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 На самом деле. [16+]  
19.45 Пусть говорят. [16+]  
21.00 Время.  
21.30 Т/с «Воскресенский». [16+]  
23.30 Вечерний Ургант. [16+]  
00.10 Познер. [16+]  
01.15 Время покажет. [16+]  
03.00 Новости.

**1 «Россия 1»**

05.00 Утро России.  
09.00 Вести. Местное время.  
09.30 Утро России.  
09.55 О самом главном. [12+]  
11.00 Вести.  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]  
12.40 «60 минут». [12+]  
14.00 Вести.  
14.30 Вести. Местное время.  
14.55 Т/с «Тайны следствия». [16+]  
17.00 Вести.  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]  
18.40 «60 минут». [12+]  
20.00 Вести.  
21.05 Вести. Местное время.  
21.20 Т/с «Седьмая симфония». [12+]  
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]  
02.20 Т/с «Бесы». [12+]  
03.30 Т/с «Личное дело». [16+]  
04.20 Перерыв в вещании

**НТВ**

06.00 Т/с «Мухтар. Новый след». [16+]  
07.30 Утро. Самое лучшее. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч-3». [16+]  
11.00 Сегодня.  
11.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч-3». [16+]  
14.00 Сегодня.  
14.25 Чрезвычайное происшествие.  
15.00 Место встречи. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.25 За гранью. [16+]  
18.30 ДНК. [16+]  
19.35 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
20.00 Сегодня.  
20.40 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
22.20 Т/с «Скорая помощь-4». [16+]  
00.35 Сегодня.  
00.55 Т/с «Высокие ставки». [16+]  
04.30 Т/с «Отдел». [16+]

**★ «Звезда»**

05.25 Т/с «Разведчики». [16+]  
07.00 «Сегодня утром». [12+]  
09.00 Новости дня.  
09.20 Х/ф «Возвращение Святого Луки». [12+]  
11.20 «Открытый эфир». [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.45 Т/с «СМЕРШ. Дорога огня». [16+]  
18.00 Военные новости.  
18.10 «Не факт!» [12+]  
18.30 «Специальный репортаж». [12+]  
18.50 Д/с «На острие прорыва. Сапёры особого назначения». [16+]  
19.40 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. [12+]  
20.25 Д/с «Загадки века» с Сергеем Медведевым. [12+]  
21.15 Новости дня.  
21.25 «Открытый эфир». [12+]  
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. [12+]  
23.40 Х/ф «Возвращение Святого Луки». [12+]  
01.30 Д/с «Зафронтовые разведчики». [16+]  
02.10 Д/с «Хроника Победы». [16+]  
02.35 Т/с «Разведчики». [16+]

**«СТС»**

06.00 Ералаш. [0+]  
06.15 М/с «Три кота». [0+]  
07.00 М/с «Том и Джерри». [0+]  
07.55 Т/с «Родком». [16+]  
19.00 Т/с Премьера! «Родком». [16+]  
19.25 Т/с Премьера! «Родком». [16+]  
19.50 Премьера! Форт Боярд. [16+]  
21.45 Форт Боярд. [16+]  
23.55 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. [18+]  
00.55 Х/ф «Побег из Шоушенка». [16+]  
03.25 «6 кадров». [16+]

**U «ТВ Центр»**

07.00 «Настроение».  
09.10 Х/ф «Золотая мина». [0+]  
11.55 Городское собрание. [12+]  
12.30 События.  
12.50 Т/с «Коломбо». [12+]  
14.40 «Мой герой». [12+]  
15.30 События.  
15.50 Петровка, 38. [16+]  
16.00 Х/ф «Московские тайны. Гостья из прошлого». [12+]  
17.55 Д/ф «Последний проигрыш Александра Абдулова». [16+]  
18.50 События.  
19.10 Х/ф «Я знаю твои секреты». [12+]  
23.00 События.  
23.30 Специальный репортаж. [16+]  
00.05 «Знак качества». [16+]  
01.00 События.  
01.35 Петровка, 38. [16+]  
01.55 Д/с «Приговор». [16+]  
02.35 «Прощание». [16+]  
03.15 Д/ф «Укол зонтиком». [12+]  
03.55 Петровка, 38. [16+]

**1 ВТОРНИК, 9 НОЯБРЯ**

05.00 Телеканал «Доброе утро».  
09.00 Новости.  
09.15 Телеканал «Доброе утро».  
09.50 Жить здорово! [16+]  
10.55 Модный приговор. [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Время покажет. [16+]  
15.00 Новости.  
15.10 Давай поженимся! [16+]  
16.00 Мужское / Женское. [16+]  
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. [16+]  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 На самом деле. [16+]  
19.45 Пусть говорят. [16+]  
21.00 Время.  
21.30 Т/с «Воскресенский». [16+]  
23.40 Вечерний Ургант. [16+]  
00.00 Т/с «Мата Хари». [16+]  
01.05 Время покажет. [16+]  
03.00 Новости.  
03.05 Время покажет. [16+]

**1 «Россия 1»**

05.00 Утро России.  
09.00 Вести. Местное время.  
09.30 Утро России.  
09.55 О самом главном. [12+]  
11.00 Вести.  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]  
12.40 «60 минут». [12+]  
14.00 Вести.  
14.30 Вести. Местное время.  
14.55 Т/с «Тайны следствия». [16+]  
17.00 Вести.  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]  
18.40 «60 минут». [12+]  
20.00 Вести.  
21.05 Вести. Местное время.  
21.20 Т/с «Седьмая симфония». [12+]  
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]  
02.20 Т/с «Бесы». [12+]  
03.30 Т/с «Личное дело». [16+]

**НТВ**

06.00 Т/с «Мухтар. Новый след». [16+]  
07.30 Утро. Самое лучшее. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч-3». [16+]  
11.00 Сегодня.  
11.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч-3». [16+]  
12.00 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
14.00 Сегодня.  
14.25 Чрезвычайное происшествие.  
15.00 Место встречи. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.25 За гранью. [16+]  
18.30 ДНК. [16+]

19.35 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
20.00 Сегодня.  
20.40 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
22.20 Т/с «Скорая помощь-4». [16+]  
00.35 Сегодня.  
00.55 Т/с «Высокие ставки». [16+]

**★ «Звезда»**

05.25 Т/с «Разведчики». [16+]  
07.00 «Сегодня утром». [12+]  
09.00 Новости дня.  
09.20 Х/ф «Черный принц». [12+]  
11.20 «Открытый эфир». [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.45 Т/с «Небо в огне». [16+]  
18.00 Военные новости.  
18.10 «Не факт!» [12+]  
18.30 «Специальный репортаж». [12+]  
18.50 Д/с «На острие прорыва. Сапёры особого назначения». [16+]  
19.40 «Легенды армии» с А. Маршалом. [12+]  
20.25 Д/с «Улика из прошлого». [16+]  
21.15 Новости дня.  
21.25 «Открытый эфир». [12+]  
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. [12+]  
23.40 Х/ф «Черный принц». [12+]  
01.30 Х/ф «Внимание! Всем постам...» [12+]  
02.50 Д/ф «Атака мертвецов». [12+]  
03.15 Д/с «Москва фронту». [16+]

**U «ТВ Центр»**

06.00 Ералаш. [0+]  
06.15 М/с «Три кота». [0+]  
07.00 М/с «Том и Джерри». [0+]  
08.00 Т/с «Родком». [16+]  
09.00 Уральские пельмени. [16+]  
11.05 Х/ф «Добро пожаловать в рай-2! Риф». [16+]  
12.55 Х/ф «Хэнкок». [16+]  
14.45 Т/с «Дылды». [16+]  
18.30 Т/с «Родком». [16+]  
19.00 Т/с «Родком». [16+]  
19.30 Т/с Премьера! «Родком». [16+]  
20.00 Премьера! Полный блэкаут. [16+]  
21.05 Полный блэкаут. [16+]  
22.20 Х/ф «Константин. Повелитель тьмы». [16+]  
00.45 Х/ф «Красавица и чудовище». [16+]

**U «ТВ Центр»**

07.00 «Настроение».  
09.10 «Доктор И...» [16+]  
09.45 Х/ф «Доброе утро». [12+]  
11.40 Д/ф «Татьяна Конюхова. Я не простила предательства». [12+]  
12.30 События.  
12.50 Т/с «Коломбо». [12+]  
14.40 «Мой герой». [12+]  
15.30 События.  
15.50 Город новостей.  
16.05 Х/ф «Московские тайны. Семь сестёр». [12+]  
17.55 Д/ф «Владислав Дворжецкий. Смертельное одиночество». [16+]  
18.50 События.  
19.10 Х/ф «Я знаю твои секреты-2». [12+]  
23.00 События.  
23.30 «Вся правда». [16+]  
00.05 Д/ф «90-е. Ритуальный Клондайк». [16+]  
01.00 События. 25-й час.  
01.35 Петровка, 38. [16+]  
01.55 Д/с «Приговор». [16+]  
02.35 Д/ф «Марина Голуб. Напролом». [16+]  
03.15 Д/ф «Последние залпы». [12+]

**1 СРЕДА, 10 НОЯБРЯ**

05.00 Телеканал «Доброе утро».  
09.00 Новости.  
09.15 Телеканал «Доброе утро».  
09.50 Жить здорово! [16+]  
10.55 Модный приговор. [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Время покажет. [16+]  
15.00 Новости.  
15.10 Давай поженимся! [16+]  
16.00 Мужское / Женское. [16+]  
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. [16+]  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 На самом деле. [16+]  
19.45 Пусть говорят. [16+]  
21.00 Время.  
21.30 Т/с «Воскресенский». [16+]  
23.40 Вечерний Ургант. [16+]  
00.00 Т/с «Мата Хари». [16+]  
01.05 Время покажет. [16+]

**1 «Россия 1»**

05.00 Утро России.  
09.00 Вести. Местное время.  
09.30 Утро России.  
09.55 О самом главном. [12+]  
11.00 Вести.  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]  
12.40 «60 минут». [12+]  
14.00 Вести.  
14.30 Вести. Местное время.  
14.55 Т/с «Тайны следствия». [16+]  
17.00 Вести.  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]  
18.40 «60 минут». [12+]  
20.00 Вести.  
21.05 Вести. Местное время.  
21.20 Т/с «Седьмая симфония». [12+]  
23.40 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]  
02.20 Т/с «Бесы». [12+]  
03.30 Т/с «Личное дело». [16+]

**НТВ**

06.00 Т/с «Мухтар. Новый след». [16+]  
07.30 Утро. Самое лучшее. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
11.00 Сегодня.  
11.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
14.00 Сегодня.  
14.25 Чрезвычайное происшествие.  
15.00 Место встречи. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.25 За гранью. [16+]  
18.30 ДНК. [16+]  
19.35 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
20.00 Сегодня.  
20.40 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
22.20 Т/с «Скорая помощь-4». [16+]  
00.35 Сегодня.  
00.55 Поздняков. [16+]  
01.10 Т/с «Высокие ставки». [16+]

**★ «Звезда»**

05.10 Т/с «Небо в огне». [16+]  
07.00 «Сегодня утром». [12+]  
09.00 Новости дня.  
09.25 Х/ф «Версия полковника Зорина». [12+]  
11.20 «Открытый эфир». [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.45 Т/с «Небо в огне». [16+]  
18.00 Военные новости.  
18.10 «Не факт!» [12+]  
18.30 «Специальный репортаж». [12+]  
18.50 Д/с «На острие прорыва. Сапёры особого назначения». [16+]  
19.40 «Главный день». [12+]  
20.25 Д/с «Секретные материалы». [12+]  
21.15 Новости дня.  
21.25 «Открытый эфир». [12+]  
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. [12+]  
23.40 Х/ф «Версия полковника Зорина». [12+]  
01.25 Х/ф «Приказано взять живым». [12+]  
02.50 Х/ф «И была ночь...» [12+]

**U «ТВ Центр»**

06.00 Ералаш. [0+]  
06.15 М/с «Три кота». [0+]  
07.00 М/с «Том и Джерри». [0+]  
08.00 Т/с «Родком». [16+]  
09.00 Уральские пельмени. [16+]  
10.10 Х/ф «Как отделаться от парня за 10 дней». [12+]  
12.35 Х/ф «Знакомство с родителями». [16+]  
14.45 Т/с «Дылды». [16+]  
18.30 Т/с «Родком». [16+]  
19.00 Т/с «Родком». [16+]  
19.30 Т/с Премьера! «Родком». [16+]  
20.00 Х/ф «Варкрафт». [16+]  
22.30 Х/ф «Хищник». [16+]  
00.40 Х/ф «Хищник-2». [16+]  
02.35 Х/ф «Как отделаться от парня за 10 дней». [12+]

**U «ТВ Центр»**

07.00 «Настроение».  
09.10 «Доктор И...» [16+]  
09.40 Х/ф «Шерлок Холмс и доктор Ватсон». [0+]  
12.30 События.  
12.50 Т/с «Коломбо». [12+]  
14.40 «Мой герой». [12+]  
15.30 События.

15.50 Город новостей.  
16.05 Х/ф «Московские тайны. Опасный перелёт». [12+]  
17.55 Д/ф «Наталья Богунова. Тайное безумие». [16+]  
18.50 События.  
19.10 Х/ф «Я знаю твои секреты. Хамелеон». [12+]  
23.00 События.  
23.30 Д/с «Обложка». [16+]  
00.05 Д/ф «Защитники». [16+]  
01.00 События. 25-й час.  
01.35 Петровка, 38. [16+]  
01.55 «Прощание». [16+]  
02.35 «Знак качества». [16+]  
03.15 Д/ф «Ошибка президента Клинтона». [12+]  
03.55 Петровка, 38. [16+]  
04.10 Х/ф «Московские тайны. Опасный перелёт». [12+]  
05.40 Д/ф «Эдуард Хиль. Короли не уходят». [12+]  
06.20 «Мой герой». [12+]

**1 ЧЕТВЕРГ, 11 НОЯБРЯ**

05.00 Телеканал «Доброе утро».  
09.00 Новости.  
09.15 Телеканал «Доброе утро».  
09.50 Жить здорово! [16+]  
10.55 Модный приговор. [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Время покажет. [16+]  
15.00 Новости.  
15.10 Давай поженимся! [16+]  
16.00 Мужское / Женское. [16+]  
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. [16+]  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 На самом деле. [16+]  
19.45 Пусть говорят. [16+]  
21.00 Время.  
21.30 Т/с «Воскресенский». [16+]  
23.35 Вечерний Ургант. [16+]  
00.00 Д/ф «Между адом и раем». К 200-летию со дня рождения Федора Достоевского. [16+]  
01.35 Время покажет. [16+]  
03.00 Новости.  
03.05 Время покажет. [16+]

**1 «Россия 1»**

05.00 Утро России.  
09.00 Вести. Местное время.  
09.30 Утро России.  
09.55 О самом главном. [12+]  
11.00 Вести.  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]  
12.40 «60 минут». [12+]  
14.00 Вести.  
14.30 Вести. Местное время.  
14.55 Т/с «Тайны следствия». [16+]  
17.00 Вести.  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]  
18.15 «60 минут». [12+]  
19.35 Вести.  
20.35 Вести. Местное время.  
20.50 Т/с «Седьмая симфония». [12+]  
22.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]  
00.50 Футбол. Россия - Кипр. Отборочный матч Чемпионата мира-2022. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга.  
03.00 Т/с «Бесы». [12+]  
04.21 Перерыв в вещании.

**НТВ**

06.00 Т/с «Мухтар. Новый след». [16+]  
07.30 Утро. Самое лучшее. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
11.00 Сегодня.  
11.25 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
14.00 Сегодня.  
14.25 Чрезвычайное происшествие.  
15.00 Место встречи. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.25 За гранью. [16+]  
18.30 ДНК. [16+]  
19.35 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
20.00 Сегодня.  
20.40 Т/с «По ту сторону смерти». [16+]  
22.20 Т/с «Скорая помощь-4». [16+]  
00.35 Сегодня.  
00.55 ЧП. Расследование. [16+]  
01.30 Захар Прилепин. Уроки русского. [12+]  
02.00 Мы и наука. Наука и мы. [12+]  
02.50 Т/с «Схватка». [16+]

 05.15 Т/с «Небо в огне». [16+]  
07.00 «Сегодня утром». [12+]  
09.00 Новости дня.  
09.25 Х/ф «Рассеянный». [12+]  
11.20 «Открытый эфир». [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.45 Т/с «Небо в огне». [16+]  
18.00 Военные новости.  
18.10 «Не факт!» [12+]  
18.30 «Специальный репортаж». [12+]  
18.50 Д/с «На острие прорыва. Салёры особого назначения». [16+]  
19.40 «Легенды телевидения». [12+]  
20.25 «Код доступа». [12+]  
21.15 Новости дня.  
21.25 «Открытый эфир». [12+]  
23.05 «Между тем» с Наталией Метлиной. [12+]  
23.40 Х/ф «Белорусский вокзал». [12+]  
01.40 Х/ф «Правда лейтенанта Климова». [12+]  
03.05 Д/ф «Выбор Филби». [12+]  
 06.00 Ералаш. [0+]  
06.15 М/с «Три кота». [0+]  
07.00 М/с «Том и Джерри». [0+]  
08.00 Т/с «Родком». [16+]  
09.00 Уральские пельмени. [16+]  
10.15 Х/ф «Знакомство с родителями». [16+]  
12.25 Х/ф «Знакомство с Факерами». [12+]  
14.45 Т/с «Дылды». [16+]  
18.30 Т/с «Родком». [16+]  
19.00 Т/с «Родком». [16+]  
19.30 Т/с Премьера! «Родком». [16+]  
20.00 Х/ф «Валериан и город тысячи планет». [16+]  
22.50 Х/ф «Варкрафт». [16+]  
01.10 Купите это немедленно! [16+]  
02.10 Х/ф «Добро пожаловать в рай-2! Риф». [16+]

 07.00 «Настроение».  
09.10 «Доктор И...» [16+]  
09.45 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона». [0+]  
12.30 События.  
12.50 Т/с «Коломбо». [12+]  
14.40 «Мой герой». [12+]  
15.30 События.  
15.50 Город новостей.  
16.05 Х/ф «Московские тайны. Графский парк». [12+]  
17.55 Д/ф «Александр Демьяненко. Я вам не Шурик!» [16+]  
18.50 События.  
19.10 Х/ф «Я знаю твои секреты. Римский палач». [12+]  
23.00 События.  
23.30 «10 самых...» [16+]  
00.05 Д/ф «Актёрские драмы. Выйти замуж за режиссёра». [12+]  
01.00 События. 25-й час.  
01.35 Петровка, 38. [16+]  
01.55 Д/ф «Блудный сын президента». [16+]  
02.35 Специальный репортаж. [16+]  
03.05 Д/ф «Убийство, оплаченное нефтью». [12+]

 **ПЯТНИЦА, 12 НОЯБРЯ**  
05.00 Телеканал «Доброе утро». [16+]  
09.00 Новости.  
09.10 Телеканал «Доброе утро». [16+]  
10.05 Жить здорово! [16+]  
11.05 Модный приговор. [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Время покажет. [16+]  
15.00 Новости.  
15.10 Давай поженимся! [16+]  
16.00 Мужское / Женское. [16+]  
17.00 «Время покажет» с Артемом Шейниным. [16+]  
18.00 Вечерние новости.  
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. [16+]  
19.45 Поле чудес. [16+]  
21.00 Время.  
21.30 Премьера. «Голос». Юбилейный сезон. [12+]  
23.25 Вечерний Ургант. [16+]  
00.20 Д/ф Премьера. «Дэниел Дэй-Льюис. Наследник». [16+]  
01.20 «Горячий лёд». Гран-при-2021. Токио. Фигурное катание. Женщины. Короткая программа. Трансляция из Японии. [0+]  
02.25 «Горячий лёд». Гран-при-2021. Токио. Фигурное катание. Пары. Короткая программа. Трансляция из Японии. [0+]

 05.00 Утро России.  
09.00 Вести. Местное время.  
09.30 Утро России.  
09.55 О самом главном. [12+]  
11.00 Вести.  
11.30 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. [12+]  
12.40 «60 минут». [12+]  
14.00 Вести.  
14.30 Вести. Местное время.  
14.55 Т/с «Тайны следствия». [16+]  
17.00 Вести.  
17.15 Андрей Малахов. Прямой эфир. [16+]  
18.40 «60 минут». [12+]  
20.00 Вести.  
20.45 Вести. Местное время.  
21.00 «Юморина-2021». [16+]  
23.00 «Веселья час». [16+]  
00.50 Х/ф «Городская рапсодия». [12+]  
 06.00 Т/с «Мухтар. Новый след». [16+]  
07.30 Утро. Самое лучшее. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.25 «Простые секреты». [16+]  
10.00 Д/с «Мои университеты. Будущее за настоящим». [6+]  
11.00 Сегодня.  
11.25 ЧП. Расследование. [16+]  
12.00 Т/с «Морские дьяволы. Смерч. Судьбы». [16+]  
14.00 Сегодня.  
14.25 Чрезвычайное происшествие.  
15.00 Место встречи. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.25 ДНК. [16+]  
18.30 Жди меня. [12+]  
19.25 Т/с «Морские дьяволы. Дальние рубежи». [16+]  
20.00 Сегодня.  
20.40 Т/с «Морские дьяволы. Дальние рубежи». [16+]  
22.20 Т/с «Скорая помощь-4». [16+]  
00.40 «Своя правда» с Романом Бабаяном. [16+]  
02.25 Квартирный вопрос. [0+]  
03.20 Т/с «Агентство скрытых камер». [16+]  
04.20 Т/с «Отдел». [16+]

 05.15 Т/с «Небо в огне». [16+]  
07.10 «Специальный репортаж». [12+]  
08.45 Т/с «Россия молодая». [12+]  
09.00 Новости дня.  
09.20 Т/с «Россия молодая». [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.20 Т/с «Россия молодая». [12+]  
15.05 Т/с «Россия молодая». [12+]  
18.00 Военные новости.  
18.05 Т/с «Россия молодая». [12+]  
21.15 Новости дня.  
21.25 Т/с «Россия молодая». [12+]  
23.10 «Десять фотографий». [12+]  
00.05 Х/ф «Рассеянный». [12+]  
01.40 Х/ф «Безымянная звезда». [12+]

 06.00 Ералаш. [0+]  
06.15 М/с «Три кота». [0+]  
07.00 М/с «Том и Джерри». [0+]  
08.00 Т/с «Родком». [16+]  
09.00 Х/ф «Знакомство с Факерами». [12+]  
11.20 Х/ф «Знакомство с Факерами-2». [16+]  
13.15 Шоу «Уральских пельменей». [16+]  
21.00 Х/ф Премьера! «Дедушка нелёгкого поведения». [6+]  
23.00 Х/ф Премьера! «Дедушка лёгкого поведения». [18+]  
01.00 Х/ф «Дом». [18+]  
02.35 Х/ф «Хищник». [16+]

 07.00 «Настроение». [16+]  
09.10 Петровка, 38. [16+]  
09.25 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона». [0+]  
12.30 События.  
12.50 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Собака Баскервилей». [0+]  
14.25 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона». [0+]  
15.30 События.  
15.50 Город новостей.  
16.05 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и Доктора Ватсона». [0+]  
17.55 Д/ф «Актёрские драмы. Бьёт - значит любит?» [12+]  
18.50 События.

19.10 Х/ф «Загадка Фибоначчи». [12+]  
21.00 Х/ф «Загадка Эйнштейна». [12+]  
23.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой. [16+]  
00.10 Кабаре «Чёрный кот». [16+]  
02.05 Д/ф «Три жизни Виктора Сухорукова». [12+]  
02.50 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» [12+]

 **СУББОТА, 13 НОЯБРЯ**  
06.00 Х/ф «Приходите завтра...» [0+]  
07.35 Д/ф «Георгий Юматов. Амнистия для героя». [16+]  
08.30 Х/ф «Петровка, 38». [12+]  
10.00 Новости.  
10.10 «Горячий лёд». Гран-при-2021. Токио. Фигурное катание. Пары. Короткая программа. Женщины. Короткая программа. Трансляция из Японии. [0+]  
12.00 Новости.  
12.10 Видели видео? [6+]  
14.40 Д/ф «Георгий Юматов. Амнистия для героя». [16+]  
15.30 Праздничный концерт ко дню сотрудника органов внутренних дел в Кремле. [12+]  
17.50 «Ледниковый период». Новый сезон. [0+]  
21.00 Время.  
21.20 Сегодня вечером. [16+]  
23.05 Х/ф «Арахисовый сокол». [12+]  
00.50 «Горячий лёд». Гран-при-2021. Токио. Фигурное катание. Женщины. Произвольная программа. Трансляция из Японии. [0+]

 05.00 Утро России. Суббота.  
08.00 Вести. Местное время.  
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.  
11.00 Вести.  
11.30 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» [16+]  
12.30 Т/с «Женские секреты». [16+]  
18.00 «Привет, Андрей!» [12+]  
20.00 Вести в субботу.  
21.00 Х/ф «Счастье Серафимы». [12+]  
01.00 Х/ф «Одиночество». [12+]  
04.20 Перерыв в вещании.

 06.35 Х/ф «Родительский день». [16+]  
08.20 Смотр. [0+]  
09.00 Сегодня.  
09.20 Готовим с Алексеем Зиминным. [0+]  
09.50 Поедем, поедим! [0+]  
10.25 Едим дома. [0+]  
11.00 Сегодня.  
11.20 Главная дорога. [16+]  
12.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. [12+]  
13.00 Квартирный вопрос. [0+]  
14.05 Останкино... [16+]  
15.00 Своя игра. [0+]  
17.00 Сегодня.  
17.20 Следствие вели... [16+]  
19.00 Д/с «По следу монстра». [16+]  
20.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым. [16+]  
21.20 Шоумаскоон. [12+]  
23.40 Ты не поверишь! [16+]  
00.45 «Международная пирамида» с Тиграном Кеосаяном. [16+]  
01.35 Квартирник НТВ у Маргулиса. [16+]

 05.05 Х/ф «Александр Маленький». [12+]  
06.55 Х/ф «Встретимся у фонтана». [6+]  
08.00 Новости дня.  
08.15 Х/ф «Встретимся у фонтана». [6+]  
08.40 «Морской бой». [6+]  
09.45 «Круиз-контроль». [12+]  
10.15 Легенды музыки. [12+]  
10.45 Д/с «Улика из прошлого». [16+]  
11.35 Д/с «Загадки века» с Сергеем Медведевым. [12+]  
12.30 «Не факт!» [12+]  
13.00 Новости дня.  
13.15 Д/с «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным. [12+]  
14.05 Легенды кино. [12+]  
14.55 Д/с «Сделано в СССР». [12+]  
15.10 Х/ф «Приступить к ликвидации». [12+]

18.00 Новости дня.  
18.15 «Задело!»  
18.30 Х/ф «28 панфиловцев». [16+]  
20.55 «Легендарные матчи». [12+]  
00.25 Х/ф «Инспектор уголовного розыска». [12+]  
02.00 Х/ф «Будни уголовного розыска». [12+]

 06.05 М/с «Фиксики». [0+]  
06.25 М/ф «Мультфильмы». [0+]  
06.45 М/с «Три кота». [0+]  
07.35 М/с «Спирит. Дух свободы». [6+]  
08.00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты». [6+]  
08.25 Шоу «Уральских пельменей». [16+]  
09.00 ПроСТО кухня. [12+]  
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. [12+]  
10.00 Купите это немедленно! [16+]  
11.05 Суперлига. [16+]  
12.40 Шоу «Уральских пельменей». [16+]  
13.55 Х/ф «Валериан и город тысячи планет». [16+]  
16.40 Х/ф «Люди Икс. Тёмный Феникс». [16+]  
18.55 М/ф «Тайна Коко». [12+]  
21.00 Х/ф «Красавица и чудовище». [16+]  
23.35 Х/ф «Дедушка нелёгкого поведения». [6+]  
01.25 Х/ф «Дедушка лёгкого поведения». [18+]

 06.40 Х/ф «Страшная красавица». [12+]  
08.40 Православная энциклопедия. [6+]  
09.10 «Фактор жизни». [12+]  
09.45 Х/ф «Королевство кривых зеркал». [12+]  
11.00 «Самый вкусный день». [6+]  
11.30 Х/ф «Солдат Иван Бровкин». [0+]  
12.30 События.  
12.50 Х/ф «Солдат Иван Бровкин». [0+]  
13.50 Х/ф «Иван Бровкин на целине». [12+]  
15.30 События.  
15.50 Х/ф «Иван Бровкин на целине». [12+]  
16.10 Х/ф «Полицейский роман». [12+]  
18.05 Х/ф «Я знаю твои секреты. Гладиатор». [12+]  
22.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным. [16+]  
23.15 «Право знать!». [16+]  
00.45 События.  
00.55 Д/ф «90-е. Профессия - киллер». [16+]  
01.50 Д/с «Дикие деньги». [16+]

 **ВОСКРЕСЕНЬЕ, 14 НОЯБРЯ**  
06.00 Новости.  
06.10 Д/с «Россия от края до края». [12+]  
06.55 Играй, гармонь любимая! [12+]  
07.40 Часовой. [12+]  
08.10 Здоровье. [16+]  
09.20 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. [12+]  
10.00 Новости.  
10.15 Жизнь других. [12+]  
11.15 Видели видео? [6+]  
12.00 Новости.  
12.10 Видели видео? [6+]  
13.50 Премьера. «Детский КВН». [6+]  
14.50 Премьера. «60 лучших». К юбилею Клуба Веселых и Находчивых. [16+]  
16.40 «Горячий лёд». Гран-при-2021. Токио. Фигурное катание. Пары. Произвольная программа. Женщины. Произвольная программа. Трансляция из Японии. [0+]  
18.45 «Лучше всех! Пять лет в эфире!» Новый сезон. [0+]  
20.50 Время.  
21.50 Футбол. Сборная России - сборная Хорватии. Решающий отборочный матч Чемпионата мира-2022.  
23.55 Х/ф «Давай разведемся!» От режиссера «Лубутенов». [16+]  
01.45 Д/с «Тур де Франс». [18+]

 05.20 Х/ф «Простить за всё». [12+]  
07.15 Устами младенца.  
08.00 Местное время. Воскресенье.  
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым».

09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым.  
10.10 Сто к одному.  
11.00 Вести.  
11.30 «Доктор Мясников». [12+]  
12.30 Т/с «Женские секреты». [16+]  
20.00 Вести недели.  
22.00 Москва. Кремль. Путин.  
22.40 Воскресный Вечер с Владимиром Соловьёвым. [12+]  
01.30 Х/ф «Везучая». [12+]

 05.55 Т/с «Схватка». [16+]  
07.35 Центральное телевидение. [16+]  
09.00 Сегодня.  
09.20 У нас выигрывают! [12+]  
11.00 Сегодня.  
11.20 Первая передача. [16+]  
12.00 Чудо техники. [12+]  
12.55 Дачный ответ. [0+]  
14.00 НашПотребНадзор. [16+]  
15.00 Секрет на миллион. [16+]  
17.00 Сегодня.  
17.20 Следствие вели... [16+]  
19.00 Новые русские сенсации. [16+]  
20.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой.  
21.10 Суперстар! Возвращение. [16+]  
00.00 Звезды сошлись. [16+]  
01.40 Основано на реальных обывателях. [16+]

 06.00 Д/с «Сделано в СССР». [12+]  
06.15 Х/ф «Приступить к ликвидации». [12+]  
09.00 Новости недели с Юрием Подкопаевым.  
09.25 «Служба России». [12+]  
09.55 «Военная приёмка». [12+]  
10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. [12+]  
11.30 Д/с «Секретные материалы». [12+]  
12.20 «Код доступа». [12+]  
13.10 Д/с «Война миров». [16+]  
14.00 Т/с «СМЕРШ. Камера смертников». [16+]  
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой.  
19.25 Д/с «Легенды советского сыска». [16+]  
22.45 Д/с «Сделано в СССР». [12+]  
23.00 «Фетисов». [12+]  
23.45 Х/ф «Русская рулетка». [16+]  
01.20 Х/ф «Шел четвертый год войны...» [12+]

 06.05 М/с «Фиксики». [0+]  
06.25 М/ф «Мультфильмы». [0+]  
06.45 М/с «Три кота». [0+]  
07.30 М/с Премьера! «Царевны». [0+]  
07.55 Шоу «Уральских пельменей». [16+]  
08.55 Премьера! Рогов в деле. [16+]  
09.55 М/ф «Тайна Коко». [12+]  
12.00 Полный блэкаут. [16+]  
13.05 Форт Боярд. [16+]  
17.00 Премьера! Суперлига. [16+]  
18.30 Х/ф «Человек-паук. Возвращение домой». [16+]  
21.15 Х/ф «Человек-паук. Вдали от дома». [12+]  
23.45 Х/ф «Константин. Повелитель тьмы». [16+]  
02.05 Х/ф «Знакомство с Факерами-2». [16+]

 07.00 «10 самых...» [16+]  
07.35 Х/ф «Загадка Фибоначчи». [12+]  
09.20 Х/ф «Загадка Эйнштейна». [12+]  
11.15 Выходные на колесах. [6+]  
11.50 «Страна чудес». [6+]  
12.30 События.  
12.45 Праздничный концерт ко Дню сотрудника органов внутренних дел. [12+]  
14.40 «Москва резинавая». [16+]  
15.30 Московская неделя.  
16.05 Д/ф «Звёздные вдовцы». [16+]  
16.55 «Прощание». [16+]  
17.50 Д/ф «Екатерина Фурцева. Жертва любви». [16+]  
18.40 Х/ф «Я знаю твои секреты. Автоледи». [12+]  
22.25 Х/ф «Выйти замуж любой ценой». [12+]  
01.05 События.  
01.25 Х/ф «Выйти замуж любой ценой». [12+]  
02.15 Х/ф «И снова будет день». [12+]  
05.30 Петровка, 38. [16+]

## Как подготовиться к сдаче ПЦР-теста на COVID-19

В условиях сохранения рисков распространения новой коронавирусной инфекции Управление Роспотребнадзора по Республике Бурятия напоминает, что при сдаче ПЦР-теста необходимо соблюдать определенные рекомендации.

### Что будет, если есть или пить перед сдачей мазков для теста ПЦР?

По инструкции к наборам для ПЦР-исследования на SARS-CoV-2 взятие мазков рекомендуется проводить не раньше 3-4 часов после последнего приема пищи. Почему это важно?

Коронавирус SARS-CoV-2 живет внутри эпителиальных клеток. Для ПЦР-исследования важно получить мазок с достаточным количеством инфицированных клеток. В момент проглатывания еды эпителиальные клетки механически смываются пищевым комком с поверхности слизистой оболочки. Если взять мазок сразу после еды, в пробиручку может попасть недостаточное количество инфицированных клеток. В этом случае, пациент может получить ложноотрицательный результат анализа. То же самое касается питья. Вода смывает с поверхности миндалин, задней стенки глотки инфицированные клетки.

### Можно ли пользоваться лекарственными средствами в нос и горло (капли, спреи, антисептики) перед сдачей мазков?

Перед взятием мазков ни в коем случае нельзя использовать лекарственные

средства для местного применения (капли, спреи и др). После их применения количество вируса на слизистой снижается и увеличивается вероятность получения ложноотрицательных результатов ПЦР-теста.

### Можно ли употреблять алкоголь перед сдачей теста ПЦР и как это повлияет на результат?

Алкоголь содержит этиловый спирт (этанол), который также входит в состав многих антисептических средств. По рекомендациям Роспотребнадзора, для эффективного антисептического действия в составе дезинфицирующего средства должно быть не менее 60-80% этилового спирта. Хотя в состав спиртных напитков (обычно) входит меньше этанола, чем необходимо для дезинфекции, но после приема алкоголя вероятность выявления коронавируса в мазке также может снизиться.

### Почему нельзя чистить зубы перед сдачей теста ПЦР?

Основная цель на этапе взятия мазков для ПЦР-исследования – получить биологический материал с достаточным количеством клеток, пораженных корона-

вирусом. Применение любых очищающих средств для полости рта снижает количество вируса в получаемом мазке. Зубная паста может содержать антисептические компоненты. Попадание ее остатков в пробиручку с мазком может мешать проведению анализа. Кроме того, чистка зубов требует еще и дополнительного полоскания рта, что также не рекомендовано перед забором биоматериала.

### Применение косметики (помады, блески и бальзамы для губ) может повлиять на результат теста?

Материал для исследования берут не из полости рта, а из зева и носоглотки. Если соблюдать все правила взятия мазка и не прикасаться зондом к губам, то наличие декоративной косметики не должно мешать получению адекватного материала для ПЦР-теста. Но при случайном попадании в пробу косметические средства могут замедлить ПЦР-реакцию. Поэтому лучше декоративную косметику нанести уже после того, как мазок был взят.

### Откуда все-таки берут мазок – из зева или носоглотки?

И из зева, и из носоглотки. Входными воротами для вируса SARS-CoV-2

являются верхние дыхательные пути. После попадания на слизистые носо- и ротоглотки (зева) вирус начинает размножаться в эпителиальных клетках. Поэтому в конце инкубационного периода и в первые дни клинических проявлений наиболее информативными являются мазки именно из этих областей. Для исследования мазок берут с поверхности миндалин, небных дужек и задней стенки ротоглотки. При взятии мазка из носоглотки зонд вводят по наружной стенке носового хода на достаточную глубину. Мазок, взятый со слизистой преддверия носа, может не выявить РНК коронавируса SARS-CoV-2.

### ВАЖНО!

Минимум за 3 часа до взятия мазков из ротоглотки (зева) нельзя: принимать пищу, пить, чистить зубы, полоскать рот/горло, использовать спрей-освежитель для ротовой полости, жевать жевательную резинку, курить.

Минимум за 3 часа до взятия мазков из носоглотки нельзя: промывать нос, использовать спреи, капли, мази для носа. За два дня до взятия мазка рекомендуется отказаться от употребления спиртных напитков.

## Тем, кому 60 и более лет, вакцинация необходима!

Люди пожилого возраста в зоне особого риска при заболевании коронавирусной инфекцией. Именно у пожилых из-за нагрузки на иммунную систему возможны осложнения, в том числе такие опасные, как вирусная пневмония и тромбозы различной локализации. Эти осложнения могут привести к самым печальным исходам. Поэтому на сегодняшний день не вызывает сомнения, что вакцинация против COVID-19 населения старше 60 лет необходима и должна проводиться в первую очередь.

### Каковы особенности вакцинации пожилых?

Принципиальных особенностей вакцинации пожилых нет. Как и в другом возрасте, прививаться необходимо при отсутствии обострений хронической патологии. При наличии большого числа сопутствующих заболеваний, перед вакцинацией желательно посетить лечащего врача.

### Что нужно знать о самой процедуре и самочувствии?

#### Есть ли отличия от того, как молодые переносят прививку?

Перед вакцинацией специальный обученный медицинский персонал уточнит отсутствие противопоказаний. Вакцинация не показана при острых заболеваниях (ОРВИ, острых кишечных инфекциях и других), обострениях хронических заболеваний, ранее отмеченных тяжелых аллергических реакциях, тяжелых поствакцинальных осложнениях на введение предыдущей дозы. Препарат вводится внутримышечно в область плеча. В большинстве случаев никаких побочных действий не проявляется. Может быть болезненность, зуд, отечность, покраснение в области введения, повышение температуры тела, слабость, ломота в мышцах и суставах. Как правило, все симптомы проходят самостоятельно в течение 1-3 дней. В целом, из-за возрастных особенностей иммунного ответа, люди старше 60 лет легче переносят прививку, чем молодые.

### Говорят, у пожилых медленнее формируется иммунный ответ?

Среди людей в возрасте старше 60 лет чаще встречаются случаи замедленного и недостаточного формирования иммунного ответа из-за возрастных физиологических особенностей. Этому способствуют недостаток физической активности и недостаточное время пребывания на свежем воздухе, заболевания желудочно-кишечного тракта, дефицит витаминов и минералов. В случаях выявления иммунодефицитных состояний необходимо посоветоваться с лечащим врачом, чтобы определить правильную схему коррекции нарушения.

### Как прививаться, если есть хронические заболевания – диабет, сердечно-сосудистые, больные суставы и т.д.

Любые хронические заболевания являются дополнительным показанием для проведения вакцинации. Прививку нужно делать в стабильном состоянии, когда нет обострения, подобрана схема терапии.

### Как сочетается вакцина и прием лекарств? Есть ли препараты, которые принимает пожилой человек, которые могут ослабить действие вакцины?

Препаратов, которые нельзя совмещать с вакцинацией, не существует. В большинстве случаев необходимо продолжить прием лекарств по той схеме, которая была подобрана ранее. Однако некоторые средства могут снизить выработку иммунного ответа: это цитостатики и кортикостероиды, которые нередко назначаются на длительное время при ревматологических и онкологических заболеваниях. Пациентам, получающим такую терапию, нужно обязательно перед вакцинацией посетить лечащего врача, который уточнит отсутствие противопоказаний и при возможности скорректирует дозы.

### Как прививаться пожилым, если уже переболел?

Если пожилой человек уже болел COVID-19, то риск заболеть вновь возрастает через полгода. Поэтому всем переболевшим через 6 месяцев следует провести вакцинацию.

### Нужна ли прививка от гриппа? Или только от ковид? Говорили раньше, вакцина от ковид будет совмещена с вакциной от гриппа.

Помимо вакцинации против коронавируса, пожилым обязательно нужно прививаться от гриппа, поскольку каждая из вакцин вызывает выработку специфических антител против определенных вирусов и лишь немного повышает сопротивляемость к другим инфекциям. Сейчас можно вакцинироваться одновременно против гриппа и коронавируса (прививки ставят в левое и правое плечо).

### До какого возраста можно делать прививку пожилым?

#### В 80-90 лет можно?

Спутник V и ЭпиВакКорону можно вводить начиная с 18 лет, без каких-либо других возрастных ограничений. Учитывая статистику о высокой летальности от COVID-19 среди пациентов старше 80 лет, такой возраст является дополнительным показанием для вакцинации.

### О чем нужно помнить после вакцинации?

Вакцинация значительно снижает риск заболевания, тяжелого течения и летальных исходов, но не исключает полностью. Поэтому вакцинированным гражданам необходимо по-прежнему применять все меры для неспецифической профилактики. Иммунный ответ формируется постепенно, в течение 42-45 дней после введения первой дозы двухкомпонентных вакцин. То есть, в этот период защитного действия вакцины еще нет и нужно особенно тщательно соблюдать правила безопасности: по возможности, сократить до минимума посещения различных учреждений, торговых точек, других мест скопления людей. В помещениях

вне дома и в транспорте необходимо пользоваться защитной маской, соблюдать социальную дистанцию, чаще мыть руки, использовать дезинфицирующие средства.

### Нужна ли пожилым ревакцинация, если есть антитела?

Ревакцинация необходима, не зависимо от уровня антител, поскольку, по результатам проведенных исследований, через 6 месяцев происходит достаточно быстрое снижение иммунной защиты до значений, которые уже не обеспечивают надежной профилактики.

### Что делать, если все-таки заболел после прививки?

Если после прививки появились признаки респираторной инфекции, то следует оставаться дома, вызвать врача и выполнять все его рекомендации. В случае подтверждения COVID-19 лечение не имеет принципиальных отличий, должно быть начато как можно быстрее.

Ведущий специалист – эксперт ТО  
Управления Роспотребнадзора по РБ  
в Северобайкальском районе  
О.Р. Цэдэшиева

### ОПЕРАТИВНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО КОРОНАВИРУСУ

01.11.2021 г.

**1277**<sup>(+2)</sup> подтвержденных случаев, из них:  
1247 - выздоровели и выписаны из больницы (в т.ч. 72 — из больницы г. Улан-Удэ);  
9 - пациентов умерло;  
2 - пациента госпитализированы в инфекционное отделение с положительным результатом;  
4 - направлены в г.Улан-Удэ;  
15 - находятся на амбулаторном лечении;  
4 - контактные.  
**9709** проб направлено на выявление COVID-19, из них:  
8432 - отрицательный результат;  
0 - ожидают результата.

**!** Муйская ЦРБ – вакцинировано:  
с 21.01.21г. по 01.11.21г. Гам Ковид ВАК - 2772 человек (+0),  
с 30.08.2021 г. по 27.09.21 г. Спутник Лайт - 97 человек (+10);  
Узл.поликлиника - вакцинировано:  
с 09.02.21г. по 01.11.21 г. - 1329 человек (+0).  
Всего - 4380 человек

# СДЕЛАЙТЕ ПРИВИВКУ ПРОТИВ COVID-19 – ПОЗАБОТЬТЕСЬ О ЗДОРОВЬЕ!

- 2-комнатную квартиру, «Постоянка», коленвал, 2 этаж, сот. 89246521007
- А/м «Лада Гранта» 2012 г. в. Сот. 89243940537
- УАЗ фермер 2009 г. в. Сот. 89243940537

## КУПЛЮ

- 2- или 3-комнатную квартиру. Сот. 89835335911

## ЕСТЬ РАБОТА

Требуется почтальон на постоянное место работы. Обращаться в отделение почтовой связи.

## УСЛУГИ

- Грузоперевозки. Дрова. Сот. 89243582585

Врач-нарколог (г. Иркутск)  
Профессиональная помощь в лечении алкогольной зависимости, табакокурения. Прием 8 ноября с 8.00 до 14.00 в поликлинике ЦРБ. Запись по телефонам: 8924-5-388-388, 8914-922-22-14

ООО «ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ» в целях борьбы с COVID-19 предоставляет услуги по дезинфекции зданий, помещений, ангаров, гаражей, прилегающих территорий, объектов различной формы собственности. Предоставляются услуги по дезинфекции и дератизации. Обработка осуществляется оборудованием с применением холодного тумана. Тел.: 8-924-350-99-32

## ПОЗДРАВЛЯЕМ

Совет пенсионеров Муйского района поздравляет всех юбиляров и именинников, отметивших день рождения в сентябре и октябре!

Пусть ваши руки будут заняты любимым делом,  
И позитивным будет настроение,  
Чтоб все печали обходили стороной.  
Будьте крепки душой и телом!

## РАЗНОЕ

## САЛОН «МЕГАФОН»

Большое поступление смартфонов, кнопочных телефонов, зарядок и аксессуаров. Работаем с 9.30 до 18.00, обед с 13.00 до 14.00. Выходной воскресенье. Приглашаем за покупками!

По улице Солнечной, д. 6 (в заброшенном доме) находятся хорошие, упитанные щенки, которые ждут заботливых хозяев и домашний очаг. Не пройдите мимо!

## Расписание служб православного Прихода в честь Успения Пресвятой Богородицы

- 3 ноября, среда  
16:00 Великая вечерня. Исповедь
- 4 ноября, четверг  
9:00 Празднование Казанской иконы Божией Матери. Божественная Литургия  
16:00 Акафист свт. Николаю
- 6 ноября, суббота  
11:00 Димитриевская родительская суббота. Панихида.  
16:00 Всенощное бдение. Исповедь.
- 7 ноября, воскресенье  
9:00 Неделя 20-я по Пятидесятнице, Божественная Литургия. Молебен  
16:00 Акафист вмч. Варваре

## Ритуальный Магазин "Память"

Огромный выбор искусственных цветов от 5 руб. Венки и корзины.  
Ленты различных цветов и с любым текстом. Памятники и оградки.  
Мраморный щербень 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

## График доставки пенсий и работа отделения ПФР в ноябре

Сообщаем, что в связи с праздничными выходными днями с 4 по 7 ноября 2021 года финансирование выплаты пенсий за 6 число для получателей в кредитных учреждениях будет осуществлено раньше срока.

А именно для тех, кто получает пенсии 6 числа через Сбербанк, Россельхозбанк, Азиатско-Тихоокеанский банк, Росбанк, ПочтаБанк, ВТБ будет осуществляться 3 ноября 2021 года.

Также в связи с тем, что 14 ноября 2021 года, приходится на воскресенье, выплата пенсий на банки за этот день будет осуществляться в пятницу 12 ноября.

Пенсии через банки получателям с датой доставки 23 числа будут перечислены по графику, 23 ноября.

Доставка пенсий и иных социальных выплат для пенсионеров, получающих пенсию на Почте России в ноябре месяце, будет производиться без изменений в соответствии с графиками доставки, но в зависимости от режима работы почтового отделения, осуществляющего доставку пенсии гражданину. Графики работы почтовых отделений в праздничные дни можно уточнить непосредственно в отделениях УФСР РБ.

Также сообщаем, что клиентские службы Отделения

по Республике Бурятия в период с 1 по 3 ноября будут проводить прием граждан только по предварительной записи.

Режим работы клиентских служб:

- понедельник - среда - с 8:30 до 17:30.

ВАЖНО. В среду прием граждан осуществляется только по вопросам заблаговременной работы с предпенсионерами, приему заявлений на пособия на погребение и подтверждению учетной записи в ЕСИА. С 4 по 7 ноября – выходные, клиентские службы ПФР работать не будут.

С 8 ноября прием граждан будет проводиться по графику предварительной записи.

Записаться на прием можно:

- через единый портал государственных услуг [www.gosuslugi.ru](http://www.gosuslugi.ru);

- через личный кабинет на сайте Пенсионного фонда России [www.pfr.gov.ru](http://www.pfr.gov.ru);

- через мобильное приложение ПФР для IOS и Android;

- по телефону Единого контакт-центра ОПФР по Республике Бурятия 8-800-600-00-00.

Берегите себя, своих близких и будьте здоровы!

## Заказать справку о размере пенсии можно дистанционно

Клиентская служба в Муйском районе ОПФР по Республике Бурятия разъясняет, как получить справку о размере пенсии без визита в клиентскую службу

Выдача справок о размере пенсии и назначенных выплатах - это одна из наиболее востребованных гражданами услуг Пенсионного фонда России. В большинстве случаев для получения этого документа граждане лично обращаются в территориальные органы Пенсионного фонда. Однако очный визит совершенно не обязателен. Сегодня для решения этого вопроса пенсионеру достаточно быть зарегистрированным на портале государственных услуг и иметь подтвержденную учетную запись.

Чтобы дистанционно получить справку о виде и размере пенсии (с детализацией) и социальных выплатах, установленных гражданину по линии ПФР, необходимо зайти в «Личный кабинет» на сайте ПФР или на Единый портал госуслуг. Справка будет завизирована усиленной квалифицированной электронной подписью Межрегионального информационного центра ПФР.

Если же гражданин не имеет подтвержденной учетной записи портала госуслуг, для получения справки он мо-

жет обратиться в многофункциональные центры (МФЦ).

Согласно законодательству органы, оказывающие государственные и муниципальные услуги, не вправе требовать от гражданина представления документов и информации, которые находятся в распоряжении органов, предоставляющих государственные и муниципальные услуги, иных органов, органов местного самоуправления. Организации, которым требуются сведения о выплатах, производимых ПФР (о размере пенсии, ЕДВ, компенсационных выплат по уходу) самостоятельно запрашивают необходимую информацию по каналам межведомственного электронного взаимодействия.

Гражданам не нужно самим обращаться в клиентские службы территориальных органов ПФР за получением справок для представления их в органы социальной защиты населения, центры социального обслуживания, медицинские учреждения и другие организации.

ПФР по Республике Бурятия

## СОЦЗАЩИТА ИНФОРМИРУЕТ

## Как получить льготу на родительскую плату за детский сад?

За содержание ребенка в детском саду с родителей (или опекунов) берётся плата, которую полностью выплачивать семьям с детьми порой бывает непросто. Поэтому часть расходов на детский сад компенсируется государством. Право на компенсацию имеет один из родителей (законных представителей), внесших родительскую плату за присмотр и уход за детьми в соответствующей дошкольной образовательной организации, в случае, если среднедушевой доход его семьи не превышает полуторакратную величину прожиточного минимума на душу населения, установленную в Республике Бурятия.

Размер компенсации зависит от разных факторов, но основным является количество несовершеннолетних детей в семье. На первого ребенка выплачивается компенсация в размере 20 % родительской платы, на второго ребенка — 50 %, на третьего и последующих детей заявителя компенсируется 70%.

Назначается компенсация с месяца подачи заявления и выплачивается ежеквартально на основании сведений о фактически внесенных в предыдущем квартале суммах родительской платы.

Жители Муйского района для предоставления компенсации родителям за содержание ребенка в

детском саду могут обратиться в подразделение республиканского государственного учреждения «Центр социальной поддержки населения» или Многофункциональный центр.

Для оформления компенсации родителям (законным представителям) нужно предоставить заявление в письменной форме о предоставлении компенсации, копию свидетельства о рождении ребенка (детей), за присмотр и уход которого (которых) в образовательной организации вносится родительская плата, копии свидетельств о рождении других несовершеннолетних детей заявителя, копию документа, удостоверяющего личность заявителя, документы, подтверждающие доход семьи за три последних календарных месяца, предшествующих месяцу подачи заявления, и реквизиты банковского счета гражданина. **В случае, если копии документов нотариально не заверены, необходимо предоставить оригиналы документов для сверки.**

Подробную информацию вы можете получить в клиентских службах Северного отдела социальной защиты населения по месту жительства: п. Таксимо, ул. Советская, д. 10 «а», тел. 8(30132) 55-3-83.

Северный ОСЗН

## ПРОГНОЗ ПОГОДЫ

## 4 ноября, четверг

Переменная облачность, небольшой снег, сильный туман; ночью и днем -7...-9°, ветер северо-западный, умеренный.

## 5 ноября, пятница

Переменная облачность; ночью и днем -13...15°, ветер слабый.

## 6 ноября, суббота

Переменная облачность; ночью -17...19°, днем -11...13°, ветер слабый.

## 7 ноября, воскресенье

Переменная облачность; ночью -15...17°, днем -8...-10°, ветер слабый.

## КУПОН БЕСПЛАТНЫХ ОБЪЯВЛЕНИЙ

## Дорогие читатели!

Вы можете разместить частное объявление, 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 10 ноября 2021 года.  
Ксерокопии не принимаются.

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

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, 89247719207

E-mail: [muyka@mail.ru](mailto:muyka@mail.ru). Наш сайт: [www.muuka.ru](http://www.muuka.ru)

Газета отпечатана в печатном цехе

редакции газеты «Муйская новь».

Печать офсетная. Дата выхода 03.11.2021 г.

Номер подписан в печать 02.11.2021 г.

Время подписания в печать:

по графику - в 16.00.

Объем - 1,5 п.л. Заказ №43. Тираж: 1400 экз.

Газета выходит по четвергам.

Цена в розницу - свободная.

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.