

Городская газета

№ 138 (20389). Пятница, 7 декабря 2012г.

**Читайте
в номере:**

Город,
взрастивший
Героев

2

Им песня
помогает
жить

3

Школьники
готовятся
к олимпиаде

4

Любимые
каналы ТВ

5-12

Душа
требует
поста

8

Лечит
детей
плавание

9

ПОДАРИ ДЕТЯМ РАДОСТЬ



На снимке: воспитанники детского дома № 1 старательно готовят открытки с пожеланиями Деду Морозу. Эти послания волонтеры социального центра молодежи поместят на елки в торговых центрах, и исполнить желания ребят сможет любой горожанин. Акция «Рождество для всех и каждого» стартует 15 декабря.
Фото Ю. ГАЛАНДИНА.

У нас, в Ленинске-Кузнецком

НОВОСТИ, СОБЫТИЯ, ФАКТЫ

Примите
поздравление!

Уважаемые горожане!
С 2007 года для России и россиян 9 декабря является Днем Героев Отечества. Эта памятная дата установлена в честь Героев Советского Союза, Героев Российской Федерации, кавалеров ордена Святого Георгия и ордена Славы.

В историю нашего города вписаны имена одиннадцати ленинско-кузнецких — Героев Советского Союза, награжденных этим почетным званием за проявленное мужество в годы Великой Отечественной войны. З.М. Туснолобова-Марченко — первая женщина области, удостоенная этого звания, а А.П. Шилин является единственным в Кузбассе дважды Героем Советского Союза.

Пятнадцать жителей Ленинска-Кузнецкого были удостоены звания «Герой Социалистического Труда» и двое — звания «Герой Кузбасса» за выдающиеся трудовые достижения.

Дорогие земляки! От всей души поздравляем вас с Днем Героев Отечества! Желаем вам здоровья, благополучия, радости и удачи! Пусть Почетный список имен прославленных ленинско-кузнецких пополнится вашими именами, именами ваших детей и внуков! Всего вам самого хорошего!

В.Н. ТЕЛЕГИН.

Глава города Ленинска-Кузнецкого.

В.В. БОЧКОВ.

Председатель Совета народных депутатов Ленинск-Кузнецкого городского округа.

СЕГОДНЯ в городском краеведческом музее проводится тематический урок родной истории, посвященный Дню Героев Отечества.

Наши краеведы и школьники решили вместе отметить знаменательную дату, чтобы еще раз вспомнить тех, кто принёс славу Ленинску-Кузнецкому, Кузбассу и Отечеству. Город может гордиться своими 11 Героями Советского Союза, один из которых — Афанасий Петрович Шилин — был удостоен Золотой Звезды за фронтовые подвиги дважды. Бюст Шилина, внесённый в Единый государственный реестр объектов культурного наследия России, на протяжении десятилетий украшает площадь Победы.

Именами других героев, отличившихся на полях сражений Великой Отечественной войны, названы наши улицы. Например, улица

ГЕРОЕВ
ДОСТОЙНЫЙ
ПРИМЕР

Васильева, о фронтовой судьбе которого рассказывает документальный фильм, показанный в ходе урока истории. Илларион Романович работал на шахте имени Кирова, в 1941 году был призван Ленинск-Кузнецким военкоматом и отличился при защите Москвы, будучи среди знаменитых 28 героев-панфиловцев. В декабре 41-го фашистские танки были остановлены нашими бойцами на подступах к столице, откуда началось



историческое контрнаступление советских войск. Этот подвиг увековечен в бронзе памятников, стихах и прозе. А ленинско-кузнецкие помнят одного из своих Героев Отечества по улице Васильева, где на здании ОАО «СУЭК-Кузбасс» была установлена в свое время мемориальная доска.

В. ИВАНОВ.

В ЭТОМ году маленькие горожане поражаются шестидесяти пяти снежным горкам, которые появятся в различных районах города во дворах многоквартирных домов. Позаботятся об этом обслуживающие жилфонд организации.

С веселым смехом, «паровозиком» и поодиночке,

КАК НА ГОРКЕ, НА ГОРЕ

на картонках, санках-лежанках съезжают ребятишки с горки во дворе дома № 9/3 по бульвару Химиков. Двор здесь большой, и рядом еще несколько многоквартирных домов, поэтому днем горка практически не пустует. Для маленьких жителей домов по проспекту

Ленина во многих дворах тоже сделаны горки — кататься да радоваться зиме. Веселым катанием со снежных горок в своих дворах порадуются дети с проспекта Кольчугинского, улицы Васильева и по другим адресам нашего города. **Л. СОЛОВЬЕВА.**

Удачный «Дебют»

Успешно выступили юные исполнители из Ленинска-Кузнецкого на областном детско-юношеском конкурсе исполнителей эстрадной песни «Дебют».

Свои яркие, запоминающиеся номера на конкурсе представили Д. Гаврилов, Д. Кожемякина, А. Ахраменко, Е. Королева-Граф, К. Визило (детская школа искусств № 18), вокальный ансамбль «Кудесницы» (Дворец культуры имени Ярославского), студия эстрадного вокала «Априори» и детская вокальная студия «Конфетти» (Центральный Дворец культуры).

Жюри по достоинству оценило вокальные данные наших ребят. Диплома лауреата I степени удостоены детская эстрадная вокальная студия «Конфетти» (руководитель Н.В. Толчеева), вокальный

ансамбль «Кудесницы» (руководитель Л.А. Бурцева). Диплом лауреата II степени получил солист студии «Априори» Василий Хованский (руководитель И.В. Ануфриева). Лауреатами III степени стали студия эстрадного вокала «Априори» и Даниил Гаврилов (руководитель Н.М. Хомченко). Дипломантом конкурса стала солистка студии «Априори» Ирина Сумачева.

Л.А. Бурцева награждена специальным дипломом за преданность делу, педагогический талант и высокий профессиональный уровень.

Е. УЛЬЯНОВА.

ОТЕЧЕСТВУ
ПОСВЯЩАЕТСЯ

Участник театральной студии «Планета маленького принца» (Центральный Дворец культуры) Александр Якунин стал дипломантом областного конкурса юных чтецов «Мое Отечество».

Конкурс чтецов — одно из самых сложных испытаний, ведь искусство живого слова подвластно далеко не всем. Подобные конкурсы собирают лучших представителей этого жанра.

Областной конкурс юных чтецов «Мое Отечество», прошедший в Кемерове, был посвящен 1150-летию зарождения Российской государственности. В нем приняли

участие 16 ребят из разных городов Кузбасса. Александр Якунин из Ленинска-Кузнецкого (руководитель Н.В. Кузнецова) в конкурсной программе прочитал отрывок прозы из цикла рассказов Сергея Алексеева об Отечественной войне 1812 года. По итогам конкурса Александр был удостоен диплома II степени.

Е. ЛЬВОВА.

Ровесница области

В школе № 15 прошла на днях встреча со старшей учительницей, ровесницей Кемеровской области Л.С. Хранцовой.

Любовь Семёновна выросла в многодетной семье, где, кроме неё, было ещё девять детей. «Во время войны папу комиссовали из госпиталя домой, он был очень болен, — рассказывает она. — Родителям приходилось очень трудно. Когда мы подросли, папа собрал нас за столом и сказал: «Пока мы с мамой живы, вы все будете учиться». Своё слово он сдержал — мы получили образование и трудились на благо Кузбасса».

После десятилетки Любовь Семёновна пошла работать по комсомольской путёвке. Была самой молодой, но ответственностью и трудолюбием заслужила уважение взрослых. Много внимания уделяла своим подрастающим братьям и сёстрам. Поэтому, когда пришло время выбирать профессию, она, не задумываясь, подала заявление в педагогическое училище.

35 лет она учила младших школьников читать и писать, познавать окружающий мир. Ученики любили свою учительницу за доброе сердце, заботу и внимание, которые она щедро дарила им. «Вместе с ребятами мы проводили весёлые праздники, театральные представления, а на Новый год мне нравилось быть Дедом Морозом», — вспоминает педагог.

Ещё мы узнали, что Любовь Семёновна много лет была депутатом поселкового Совета, имеет звания «Старший учитель» и «Отличник народного просвещения», награждена Юбилейной медалью, многочисленными грамотами. Вот почему мы гордимся, что в нашей школе трудилась такая замечательная ровесница области.

Е. СОБЯНИНА.

Заместитель директора по воспитательной работе.

К ГЛАВНОМУ ПРАЗДНИКУ ГОДА

Уважаемые жители города, предприниматели, руководители предприятий, организаций!

В 2013 году столицей Всекузбасского Дня шахтера выбран город Ленинск-Кузнецкий.

И по сложившейся традиции, наш город — хозяин областного торжества подобно другим должен радушно принять гостей со всего Кузбасса в обновленном архитектурно-эстетическом облике. Для нас особенно важно оправдать доверие Губернатора, достойно организовать и провести областные торжества, посвященные Дню шахтера.

В связи с этим, в рамках подготовки к празднованию областного Дня шахтера, на территории города начато строитель-

ство важнейших объектов социальной инфраструктуры.

В программу мероприятий по подготовке к Дню шахтера-2013 вошли ремонт поликлиники № 2; строительство детского сада в микрорайоне № 3; строительство физкультурного оздоровительного комплекса; капитальный ремонт МАУ культуры «Дворец культуры имени Ярославского» с благоустройством прилегающей к нему территории; оформление въезда в город со стороны областного центра и организация площадки для приема гостей (в том числе установка стелы «Слава шахтерскому труду!» и строительство автостоянки); благоустройство территории города, включая ремонт и покраску фасадов многоквартирных жилых домов;

озеленение основных улиц.

В г. Ленинске-Кузнецком проводится благотворительная акция по сбору средств на реализацию мероприятий по подготовке к Дню шахтера.

Предлагаем вам откликнуться на эти благие начинания, приняв участие в благотворительной акции.

Реквизиты для перечисления спонсорской помощи для проведения мероприятий к празднованию Дня шахтера в 2013 году

Р/счет: 40101810400000010007. Получатель: ИНН 4212013200 УФК по Кемеровской области (администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа).

Банк получателя: ГРКЦ ГУ Банка России по Кемеровской области, г. Кемерово. БИК: 043207001, КПП: 421201001, ИНН 4212013200.

ОКАТО: 32419000000, КБК 900 2 07 04000 04 0009 180.

Назначение платежа: безвозмездные поступления в бюджеты городских округов (для проведения мероприятий к празднованию Дня шахтера в 2013 году).

Администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа.



Культура

КТО сказал, что пенсия - это отдых? С этим утверждением абсолютно не согласны участники народного коллектива хора ветеранов войны и труда (Центральный Дворец культуры), который вот уже почти тридцать лет радует своим творчеством зрителей по всему Кузбассу. Репетиции, примерки костюмов, участие в конкурсах и фестивалях - пенсионеркам отдыхать некогда, график у хора напряженный. Как признаются женщины, именно такой ритм жизни в немолодые годы им как раз по душе.

Градский был бы поражен

Популярное телешоу первого канала «Голос» завоевало любовь зрителей своей необычностью, свежестью идеи, разнообразием талантов, что называется, из народа. Тем, кто не является поклонником телепроекта, объясним: четыре мэтра отечественной эстрады отбирают конкурсантов, сидя к ним спиной, то есть не видя участника, слушая исключительно голос. Подобное испытание не раз приходилось преодолевать и участникам хора ветеранов войны и труда. При этом те, кто лишь слышал исполнение хора, бывали в немалом удивлении: мелодичные, нежные, открытые голоса принадлежат пожилым женщинам, мало кто мог себе представить.

- Если бы мы оказались на Первом канале, думаю, что судьи - а это именитые музыканты Леонид Агутин, Александр Градский - были бы удивлены, - говорит участница хора Тамара Федоровна Березовская. - По нашим голосам непросто определить, что поют это бабушки, некоторым из которых уже за восемьдесят. Видимо, в своё исполнение мы вкладываем молодость души, счастье, которым наполняются наши сердца при исполнении любимых композиций. Вот и льется песня, светлая, нежная, душевная.

В Ленинске-Кузнецком коллектив знают и любят. Хор ветеранов войны и труда - постоянный участник праздничных городских концертов, посвященных торжественным датам. И уж, конечно, именно этот коллектив всегда принимает участие в чествованиях ветеранов города, в мероприятиях, посвященных Дню Победы, Дню пожилого человека и других. Их выступление - не только прекрасное исполнение любимых всеми песен, но и показательный пример для других ветеранов. Своим творчеством женщины как бы говорят своим ровесницам: посмотрите, как интересно можно жить на пенсии, уход на заслуженный отдых - это не повод засесть дома у окошка или на скамейке возле подъезда. Найдите себе дело по душе, и вы почувствуете, что молодость еще можно вернуть.

Настоящий полковник

Хор ветеранов войны и труда образовался еще в советское время, в 1983 году. Его появление было

ПЕСНЕЙ ЖИЗНЬ ВОСПЕВАЮТ



приурочено к 40-летию Великой Победы. Тогда от желающих стать его участником не было отбоя, в то время многие граждане занимались творческой самодеятельностью. Спустя тридцать лет ситуация изменилась, но в хор ветеранов войны и труда по-прежнему приходит немало пожилых людей. Многие из тех, кто пришел однажды в хор, остаются здесь на долгое время. Как любят говорить сами ветераны: пока здоровье позволяет, в том, что хор сегодня - это крепкий, сплоченный коллектив, где не только песни поют, но и о своем, житейском, говорят, немалая заслуга руководителя, заслуженного работника культуры Российской Федерации Людмилы Агеевны Бурцевой.

- Строгая она у нас, требовательная, прямо командир, - с улыбкой говорят о ней ветераны. С улыбкой - потому, что уважают, любят, ценят своего руководителя. И она к ним относится точно так же. - У меня несколько коллективов, с которыми я занимаюсь творчеством, - говорит Людмила Агеевна. - Но хор ветеранов - это особые люди, и вовсе не потому, что они уже давно на пенсии. Уйти на заслуженный отдых и заняться тем, чего никогда раньше не делал, это, скажу я вам, большое мужество. Прибегаю к ним на репетицию, порой уставшая, но только вижу их лица, сразу все как рукой

снимает. Подопечные мои очень послушные, дисциплинированные, ответственные. Душой с ними отдыхаю.

А душа просила песни

Сегодня в состав коллектива входят 18 человек. Это женщины, которые в свое время работали в самых разных отраслях - педагоги, врачи, работники угольных и промышленных предприятий. Теперь их объединяет любовь к песне, творчеству, желание общаться, проводить свое свободное время, которого вдруг стало так много, интересно, с пользой для души и, как выясняется, для тела.

- Вот сидела бы я дома, никуда не выходя, разве это лучше было бы? - спрашивает Валентина Степановна Быкова, которая в следующем году отметит 70-летний юбилей, вместе с Кемеровской областью. А тут - обязательная прогулка до Дворца культуры, когда погода позволяет, иду неспешно, наслаждаюсь свежим воздухом. Так что для здоровья творческая деятельность полезна очень.

Музыкального образования у участниц хора нет. Да оно и необязательно, если сама душа поет. Женщины признаются: с песней по жизни дружили, да только, в основном, наедине. Пели любимые композиции для себя, с друзьями и близкими во время семейного застолья. Однако в хоре так

просто «не затянешь», нужно иметь, пусть и весьма поверхностные, представления о различных голосах, тембрах, регистрах. Необходимые музыкальные уроки своим подопечным дала Л.А. Бурцева, и теперь они общаются почти на равных.

- Я долгие годы работала преподавателем в медицинском училище, - говорит Зоя Федоровна Жданова, одна из хористок. - Ушла на пенсию, долгое время не могла привыкнуть к тому, что никуда не надо идти. В итоге долгожданный отдых оказался серьезным испытанием. Я человек общительный, всегда была среди людей, так что чувствовала потребность быть в коллективе. Пришла в хор ветеранов - и как будто второе дыхание открылось. Девочки меня приняли очень хорошо, и такое ощущение, что я здесь уже сто лет пою.

От нежного вальса до строгого марша

Интересный репертуар у этого коллектива. Песни военных лет, романсы, песни 50-60-х годов - такое разнообразие делает выступление хора интересным для любой аудитории. К выбору композиций руководитель коллектива подходит с большим вниманием, можно сказать, придирчиво. В хоре царит академическое

пение, ветераны в основном исполняют классику, с которой работают всего два-три коллектива в области.

- Сегодняшний наш репертуар состоит из трех блоков, - говорит Л.А. Бурцева. - Это песни военных лет, любимые старшим поколением советские песни, классическая музыка. При этом стараюсь подобрать и не известные широкой публике композиции, чтобы еще более разнообразить наше выступление.

Чтобы исполнить некоторые песни, подобранные руководителем, ветеранам пришлось даже выучить... итальянский язык. Конечно, не весь словарный запас освоить, а лишь слова нежной песни «Фиалка», которую написали неизвестные итальянские авторы. С одинаковым удовольствием исполняют они и романс Гайдна «Тройка», и «Звездную полночь» Шумана, и поппури на тему военных песен. Благодаря такому разнообразию материала хор всегда в боевой готовности выступить перед любой аудиторией - от младших школьников до ветеранов Великой Отечественной войны. Кстати, таковые есть и среди участников хора. Одна из самых преданных коллективу вокалисток Александра Яковлевна Зиминова - участница Великой Отечественной войны, Ада Наумовна Федосеева - труженица тыла, в свои немолодые годы она не только поет в

хоре, но и пишет стихи.

- Эти женщины - пример для подрастающего поколения, - говорит руководитель коллектива Л.А. Бурцева. - Они - образец крепости духа, жизненного оптимизма, активной гражданской позиции. Здоровья им побольше, они еще на многое способны.

По творчеству и награда

Конечно, основное, для чего эти женщины собираются вместе, - это общение и занятие любимым делом. Но присутствуют в хоре и творческие амбиции. Ветераны, как и на фронте, готовы идти в атаку и побеждать. А потому ежегодно принимают участие в конкурсах и фестивалях, проходящих в разных городах Кузбасса. Конечно, дорога, репетиции и конкурсные выступления даются участникам непросто - годы берут свое, да и волноваться, переживать в их возрасте категорически нельзя. Но, как утверждают сами женщины, участие в конкурсах для них только в радость. В пути они время даром не теряют: поют, шутят, делятся жизненными историями. А обратно всегда возвращаются с наградами.

- Наш хор - постоянный участник и неоднократный победитель областного фестиваля творчества ветеранов войны и труда «Пусть годы память не остудят» и областного фестиваля самодеятельного художественного творчества ветеранов войны и труда «Песней жизнь воспевай», - говорит Л.А. Бурцева. - Не раз побеждали мы и в городских конкурсах и фестивалях. Очень надеюсь, что это далеко не последние наши победы.

Тридцатилетие творческой деятельности народного коллектив - хор ветеранов войны и труда планирует отметить большим концертом. В зрительном зале Центрального Дворца культуры вновь соберутся поклонники творчества ветеранов, люди разных возрастов, которые любят и ценят хорошую песню. А сами участники хора в очередной раз подарят всем своим зрителям хорошее настроение и уверенность в том, что жизнь прекрасна в любом возрасте.

Е. МАЛЕНКОВА.

На снимке: после выступления.

Редакционная ПОЧТА



ИГРЫ ИНТЕЛЛЕКТУАЛОВ

У каждого поколения свои игры. Меняются время и культура — меняется игра. Сегодня, в век компьютерных технологий, молодежь предпочитает соревноваться друг с другом не в дворовой лапте, а в битве у компьютерного монитора. Но студенты Ленинска-Кузнецкого не прочь встретиться и на ринге интеллектуальном, где можно проявить ум, логику и терпение.

В социальном центре молодежи прошла интеллектуальная игра «Моя родина — Ленинск-Кузнецкий». Это был первый, отборочный тур многоступенчатой битвы интеллектуальной молодежи, финал которой состоится в канун Дня шахтера-2013. За право стать его участником боролись команды технологического и политехнического техникумов, горнотехнического колледжа, филиала Томского государственного архитектурно-строительного университета, филиала областного медицинского колледжа и молодых специалистов «СУЭК-Кузбасс».

Ребят ждал нешуточный интел-

лектуальный бой. Каждой команде предстояло ответить на пять вопросов из подготовленных тридцати. Все они оказались интересными и достаточно сложными: об исторических событиях города, его людях, символик. Далеко не все вопросы оказались студентам под силу, и игрокам приходилось пользоваться подсказками, что, к сожалению, снижало количество необходимых для победы баллов. Тем не менее подготовка у команд была серьезная, ребята изучили не один документ по истории родного края, потому-то и состязание получилось зрелищным и динамичным.

Не менее сложная задача стояла и перед жюри. Депутат областного Совета А.П. Малюгина, и.о. директора городского краеведческого музея И.Е. Бендерская, главный специалист отдела молодежной политики администрации Ленинск-Кузнецкого городского округа М.М. Алексахина оценивали правильность ответов, полноту знаний участников игры по тому или иному вопросу.

В нелегкой борьбе определился достойный победитель. Им стала команда учащихся Политехнического техникума. Ее капитан Владимир Газизов проявил себя действительно капитаном, взяв на себя львиную долю ответственности за ответы на вопросы игры. Второе место поделили команды медколледжа и ТГАСУ, набравшие по восемь баллов. Третьей с результатом в семь баллов завершила отборочный тур команда технологического техникума. Команды горнотехнического колледжа и СУЭК-Кузбасс набрали по пять баллов.

Победители интеллектуальной битвы награждены дипломами и призами, остальные команды получили дипломы участников и приятные сувениры. Не обошлось и без сюрпризов: три «засекреченных» игровых вопроса были отмечены спецпризами, которые достались командам ТГАСУ, горнотехнического колледжа и СУЭК-Кузбасс.

Впереди ребят ждут еще три игры, которые, надеемся, станут для них не только источником знаний, но и поводом для радости, удовольствия от своего умения показать интеллектуальный запас.

Н. СПИРИНА.

Специалист СЦМ.

На снимке: команда интеллектуалов радуется победе.

ВАЖНАЯ ЧАСТЬ ЖИЗНИ

В нашей школе №38 немало талантливых и искренне любящих свою работу педагогов. В их адрес каждый день можно говорить самые добрые слова благодарности за самоотверженный труд, за воспитание будущего поколения. Но сегодня хочется отметить двух замечательных учителей, которые в этом году ушли на заслуженный отдых.

Почти полвека отдали своей любимой работе учителя математики школы № 38 Галина Николаевна Бормотова и Любовь Николаевна Велякина.

Г.Н. Бормотова начала работать в школе пионерской вожатой. Активная, энергичная, она зажигала своим энтузиазмом ребят, не давала им скучать. Окончив Новокузнецкий педагогический институт, преподавала математику, более 20 лет была заместителем директора по учебно-воспитательной работе, наставником молодых учителей. Отличник народного просвещения, она всегда учила детей не только своему предмету, но и ответственному отношению к делу, которому служишь. На ее уроках никогда не бывало скучно, она увлекала ребят интересными разнообразными заданиями. Ее ученики не

раз говорили о том, что с учителем математики им очень повезло.

Л.Н. Велякина — строгая, принципиальная, она всегда добивалась от учеников серьезного отношения к предмету. Несколько лет она возглавляла школьный профсоюзный комитет, при этом сумела так организовать работу, что жизнь в школе была ключом. Много лет Любовь Николаевна руководила методическим объединением учителей-математиков. Это — скромная, доброжелательная, уважительная женщина, готовая всегда прийти на помощь в трудную минуту.

Сегодня в школе работают немало молодых педагогов, которые обязательно продолжат дело наших замечательных ветеранов.

В. ГРАНКИНА,

Л. КОСТЮК.

Учителя школы № 38.

ВНИМАНИЕ ТОЖЕ ЛЕЧИТ

Ветераны войны и труженики тыла в нашем городе на медицинском обслуживании находятся в терапевтическом отделении. Здесь созданы все необходимые условия для того, чтобы лечение и профилактические процедуры проводились на самом высоком уровне. В этом я убедилась на собственном примере. У пожилых людей, как известно, болячек накопилось немало. И медицинский персонал старается здесь делать все возможное, чтобы пациенты почувствовали облегчение.

Нашу палату вел Вадим Сергеевич Степаненко — прекрасный специалист, отзывчивый человек. Для каждой из пяти пациенток он индивидуально подбирал лечение, внимательно следил за изменениями в организме. А изменения эти были только в положительную сторону. Каждая из нас получила не только необходимое терапевтическое лечение, но и большой заряд энергии на будущее.

Приветливые и отзывчивые врачи, медсестры, санитарочки лечили не только капельницами, уколами, таблетками и витаминами, но и уважительным отношением к пациентам, добрым словом, душевным приветствием. В этом отделении мы все вроде как отдохнули душой. И хотелось бы сказать спасибо тем, кто позаботился об открытии такого отделения для ветеранов. Это нужно и важное дело.

А. МОЛОСТОВА.

Труженик тыла.

Вся страна с нетерпением ждет зимней Олимпиады-2014, которая пройдет в Сочи. Телевизионные передачи рассказывают нам о том, как идет строительство главных спортивных объектов, как готовятся к состязаниям будущие олимпийцы. Недавно нам, педагогам и учащимся школы-интерната №5, посчастливилось самим увидеть, как готовят тех, кому, возможно, предстоит в будущем тоже стать участниками главного спортивного состязания.

Такую возможность нам подарили сотрудники Дворца спортивной гимнастики имени И.И. Маметьева, куда мы пришли на экскурсию. Наши воспитанники были здесь впервые, и всем очень хотелось увидеть, как их ровесники выполняют сложные гимнастические упражнения, пообщаться с этими ребятами.

У входа нас радушно встретил тренер Наталья Михайловна Новикова, которая затем и провела нас по манежу. Она рассказала, что Дворец спортивной гимнастики был построен в 1972 году. Сейчас он знаменит и прославлен далеко за пределами не только Кузбасса, но и страны. А ведь тогда, сорок лет назад, это был первый в мире тренировочный зал, где спроектирован и построен стационарный гимнастический помост, такой же, как и на крупнейших гимнастических мировых турнирах. Сегодня Дворец спортив-

И МЫ ГОТОВИМСЯ К ОЛИМПИАДЕ

ной гимнастики Ленинска-Кузнецкого — одно из самых больших сооружений в мире для проведения тренировок и соревнований, а для нашего шахтерского города он давно стал визитной карточкой.

Во время экскурсии мы побывали на тренировках в мужском и женском залах. Понаблюдали, как упорно занимаются ребята, сколько делают попыток, чтобы правильно и без ошибок выполнить упражнение. Путь к спортивной славе, к медалям тяжел, на нем встречается немало препятствий. Но тренеры изо дня в день проводят тренировки, помогая своим

ученикам в совершенстве овладеть спортивными навыками.

— Нашему манежу есть чем гордиться, — говорит Н.М. Новикова. — Мы вырастили для большого спорта таких спортсменов, как Мария Филатова — первая олимпийская

чемпионка; Максим Девятковский — заслуженный мастер спорта, участник двух Олимпиад, абсолютный чемпион Европы; Игорь Пахоменко — мастер спорта международного класса, член сборной России, победитель первенства России и еще не один десяток выдающихся спортсменов — выпускников Дворца спортивной гимнастики.

Затем мы посетили музей спортивной славы, он был создан в год открытия дворца. Инициатором открытия музея выступил основатель школы гимнастики Иннокентий Иванович Маметьев. Экспонаты музея очень ценны — это при-

зы, награды, медали и кубки воспитанников школы, завоеванные ими на соревнованиях различного уровня, памятные подарки и сувениры со всего света. Есть прекрасные слова: «Создать историю из живых воспоминаний — дело нелегкое, но интересное. Ведь память о прошлом — одна из составляющих нашего успешного будущего». Спортсмены, о которых рассказывают экспозиции музея, достойны того, чтобы о них помнили, ими гордились, на них равнялись.

Моим воспитанникам эта удивительная экскурсия очень понравилась. Они вернулись в школу с большими впечатлениями от увиденного — тренировок, экскурсии по музею. Еще долгое время ребята вспоминали это значительное в их жизни событие, они очень гордятся тем, что познакомились со спортсменами. Наталья Михайловна пригласила нас посетить большие соревнования, которые пройдут во Дворце спортивной гимнастики в начале декабря.

Мы очень признательны за приглашение и от всей души благодарим Н.М. Новикову за теплую встречу и удивительный рассказ.

Е. ЧУСОВИТИНА.

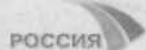
Воспитатель школы-интерната №5.

ТЕЛЕПРОГРАММА С 10 ПО 16 ДЕКАБРЯ

Понедельник, 10 декабря



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обеда!» (0+)
11.55 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 «Доброго здоровьица!» (0+)
15.10 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Отражение» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Свобода и справедливость» (18+)
00.10 «Ночные новости»
00.30 Х/ф «Маленькая черная книжка» (16+)
02.30 Т/с «Связь» (12+)
03.20 «Контрольная закупка» (0+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»

08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагины и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Дело Х. Следствие продолжается» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести-Кузбасс»
16.50 Т/с «Кружева» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «По горячим следам» (12+)
22.20 «Специальный корреспондент» (16+)
23.25 «Девчата» (16+)
00.05 «Вести»
00.25 Х/ф «Улицы в крови» (16+)



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухоморова» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Живут же люди!» (0+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухоморова» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Профессия - репортер» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»

14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.25 Т/с «Дикий-3» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
01.30 «Прокурорская проверка» (18+)
02.40 «Дикий мир» (0+)
03.05 Т/с «Опергруппа» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.35 «Прогноз погоды» (0+)
07.36 «Все обо всем» (16+)
07.38 «Гороскоп» (16+)
07.43 «Метеоинформ» (0+)
07.46 «Музыка на ТНТ» (16+)
08.00 Т/с «Биг Тайм Раш» (12+)
08.30 «Про декор» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.50 Х/ф «Властелин колец: Две крепости» (12+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Все обо всем» (16+)
14.05 «Гороскоп» (16+)
14.10 «Музыка на ТНТ» (16+)
14.30 «Дом-2» (16+)
16.25 «Интерны» Ситком (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/ф «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Метеоинформ» (0+)
08.01 «Панорама событий» (16+)
08.26 «Гороскоп» (16+)
08.30 М/с «Приключения Джинджер» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.55 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Пингвины из Мадагаскара» (12+)
11.15 «Женская лига» (16+)
11.45 Х/ф «Самый лучший фильм-2» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Панорама событий» (16+)
14.27 «Все обо всем» (16+)

17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Метеоинформ» (0+)
19.00 «Все обо всем» (16+)
19.02 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
20.30 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Самый лучший фильм-2» (16+)
22.35 «Комеди Клуб» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.55 «Метеоинформ» (0+)
00.58 «Все обо всем» (16+)
01.00 Х/ф «Империя солнца» (12+)
04.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
05.00 «Необъяснимо, но факт» (16+)
06.00 «Атака клоунов» (16+)
06.30 «Саша + Маша» (16+)



06.00 М/ф «Багз Банни» (16+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Чистая работа» (12+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)

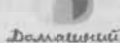


06.00 М/ф «Багз Банни» (16+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Жадность» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)

15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Засуди меня» (16+)
18.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Военная тайна» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24» (16+)
23.50 «Спецпроект» (16+)
01.50 Т/с «Матрешки-2» (18+)
03.50 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.03 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 Т/с «Благословите женщину» (12+)
14.35 «Женский род» (12+)
15.35 Т/с «Одиночки» (16+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Одержимый» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.26 «Музыка» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Ненависть» (16+)
13.45 «Звездная жизнь» (16+)
14.30 «Красота требует!» (12+)
15.30 Х/ф «Материнский инстинкт» (12+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)

22.00 «Одна за всех» (16+)
22.10 Т/с «Королева юга» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Созданы друг для друга» (18+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Моя правда» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)



05.00 «Настроение»
07.20 Х/ф «Тихий Дон» (0+)
09.20 «Петровка, 38» (16+)
09.40 «Врачи» (16+)
10.30 «События»
10.50 «Постскриптум» (16+)
11.50 «В центре событий» (16+)
12.45 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Рго жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом» (12+)
17.45 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 Д/ф «Прага-42. Убийство Гейдриха» (12+)



05.00 «Настроение»
07.25 Х/ф «Тихий Дон» (0+)
09.40 «Врачи» (12+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Храни меня, дожди!» (12+)
12.50 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Рго жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)



20.05 «Городские войны» (16+)
20.55 Т/с «Семь жен одного холостяка» (12+)
22.55 «События»
23.30 «Футбольный центр» (12+)
00.00 «Мозговой штурм» (12+)
00.35 Х/ф «Война Фойла» (16+)
02.35 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (12+)
04.25 «Тайна 25-го кадра» (12+)

07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Планеты» (6+)
08.00 «Утро на «5»» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Агент национальной безопасности» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Агент национальной безопасности» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Вне закона» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 «Момент истины» (16+)
01.10 «Место происшествия» (16+)
02.10 «Правда жизни» (16+)
02.40 «Вне закона» (16+)
03.40 Х/ф «Бандитки» (16+)
05.10 Д/ф «Мифы Европы» (16+)
06.00 Д/ф «Оружие второй мировой. Линейные корабли» (12+)
06.20 Д/ф «Планеты» (6+)

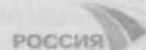


07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Планеты» (6+)
08.00 «Утро на «5»» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Право на защиту» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Потерпевшие претензий не имеют» (12+)
02.00 Х/ф «Змеиный источник» (16+)
03.40 Х/ф «Гедригия» (16+)
05.30 Д/ф «Чужие тени» (12+)
06.15 Д/ф «Планеты» (6+)

Вторник, 11 декабря



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обеда!» (0+)
11.55 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 «Доброго здоровьица!» (0+)
15.10 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Отражение» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.25 Т/с «Задиры» (16+)
00.35 Х/ф «Франкенштейн» (18+)
03.00 Т/с «Связь» (12+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагины и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»

10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Дело Х. Следствие продолжается» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести-Кузбасс»
16.50 Т/с «Кружева» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «Бедные родственники» (12+)
23.10 «Кузькина мать. Итоги» (12+)
00.10 «Вести»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухоморова» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Профессия - репортер» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»

16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.25 Т/с «Дикий-3» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
01.35 «Главная дорога» (16+)
02.10 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Опергруппа» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



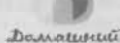
07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/ф «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Метеоинформ» (0+)
08.01 «Панорама событий» (16+)
08.26 «Гороскоп» (16+)
08.30 М/с «Приключения Джинджер» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.55 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Пингвины из Мадагаскара» (12+)
11.15 «Женская лига» (16+)
11.45 Х/ф «Самый лучший фильм-2» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Панорама событий» (16+)
14.27 «Все обо всем» (16+)

14.30 «Дом-2» (16+)
16.25 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Метеоинформ» (0+)
19.00 «Все обо всем» (16+)
19.02 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
20.30 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Удачи, Чак!» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.55 «Метеоинформ» (0+)
00.58 «Все обо всем» (16+)
01.00 Х/ф «Маленькие гиганты» (16+)
03.15 «Битва экстрасенсов» (16+)
04.15 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.15 «Школа ремонта» (12+)
06.10 «Атака клоунов» (16+)
06.40 «Комедианты» (16+)



06.00 М/ф «Багз Банни» (16+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Жадность» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)

13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Засуди меня» (16+)
18.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Территория заблуждений» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24» (16+)
23.50 Х/ф «Князь тьмы» (18+)
01.50 Х/ф «Джонни-красавчик» (18+)
03.40 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.26 «Музыка» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Ненависть» (16+)
13.45 «Звездная жизнь» (16+)
14.30 «Красота требует!» (12+)
15.30 Х/ф «Материнский инстинкт» (12+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)

18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Одержимый» (16+)
22.00 «Одна за всех» (16+)
22.10 Т/с «Королева юга» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Ловушка для одинокого мужчины» (16+)
01.20 «Одна за всех» (16+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Служебные романы» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)



05.00 «Настроение»
07.25 Х/ф «Тихий Дон» (0+)
09.40 «Врачи» (12+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Храни меня, дожди!» (12+)
12.50 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Рго жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)

16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом» (12+)
17.45 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 Д/ф «Кровавый спорт» (16+)
20.55 Т/с «Семь жен одного холостяка» (12+)
23.00 «События»
23.35 «Линия защиты» (16+)
00.05 Х/ф «Откройте, полиция!» (16+)
02.15 Х/ф «Откройте, полиция-2» (12+)

07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Планеты» (6+)
08.00 «Утро на «5»» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Право на защиту» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Потерпевшие претензий не имеют» (1

Среда, 12 декабря



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.55 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 «Доброго здоровья!» (0+)
15.10 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Отражение» (16+)
22.30 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «Ночные новости»
23.25 Т/с «Белый воротничок» (16+)
00.15 Х/ф «Пикник» (12+)
02.15 «Богини социализма» (16+)
03.15 «Контрольная закупка» (0+)

РОССИЯ

04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)
09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)

10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Дело Х. Следствие продолжается» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести-Кузбасс»
16.50 Т/с «Гадание при свечах» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «Бедные родственники» (12+)
23.15 «Битва за соль. Всемирная история»
00.15 «Вести»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухомара» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Профессия - репортер» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»
16.00 «Сегодня»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухомара» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Медицинские тайны» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»

16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.25 Т/с «Дикий-3» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
01.35 «Квартирный вопрос» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Опергруппа» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Метеоинформ» (0+)
08.01 «Панорама событий» (16+)
08.26 «Гороскоп» (16+)
08.30 М/с «Приключения Джими Нейтрона, мальчика-гения» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.55 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
11.15 «Женская лига» Комедия (16+)
11.35 Х/ф «13 район. Ультиматум» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Панорама событий» (16+)



16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.25 Т/с «Дикий-3» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
01.35 «Дачный ответ» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Опергруппа» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)

14.27 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Дом-2» (16+)
16.25 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Метеоинформ» (0+)
19.00 «Все обо всем» (16+)
19.02 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
20.30 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Старски и Хатч» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.55 «Метеоинформ» (0+)
00.58 «Все обо всем» (16+)
01.00 Х/ф «Крузиз» (16+)
03.45 «Битва экстрасенсов» (16+)
04.45 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.45 «Атака клоунов» (16+)
06.15 «Саша + Маша» (16+)



06.00 М/ф «Ужасы нашего Багза Банни» (16+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Территория заблуждений» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)

18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Найди себя» (12+)
19.06 «Метеоинформ» (0+)
19.10 «Все обо всем» (16+)
19.12 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
20.30 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Школа выживания» (16+)
21.45 «Панорама событий» (16+)
01.10 «Метеоинформ» (0+)
01.13 «Все обо всем» (16+)
01.15 Х/ф «Незванные гости» (16+)
03.40 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.00 М/ф «Хэллоуин Багза Банни» (6+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Территория заблуждений» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)

13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Засуди меня» (16+)
18.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Спецпроект» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24»
23.50 Х/ф «Городские легенды» (18+)
01.50 Х/ф «Поймать, чтобы убить» (16+)
03.45 Т/с «Солдаты-6» (16+)

Домашний

06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Ненависть» (16+)
13.45 «Звездная жизнь» (16+)
14.15 «Красота требует!» (12+)
15.15 Х/ф «Психопатка» (16+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Одержимый» (16+)
22.00 «Одна за всех» (16+)
22.10 Т/с «Королева юга» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 Х/ф «Мой младший брат» (0+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Служебные романы» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)

Домашний

06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Ненависть» (16+)
13.45 «Звездная жизнь» (16+)
14.30 «Красота требует!» (12+)
15.30 Х/ф «Наследницы» (12+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)

18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Одержимый» (16+)
22.00 «Одна за всех» (16+)
22.10 Т/с «Королева юга» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 Х/ф «Мой младший брат» (0+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Служебные романы» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)



05.00 «Настроение»
07.20 Х/ф «Тихий Дон» (0+)
09.35 «Врачи» (12+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Приказ: огонь не открывать» (6+)
12.45 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Про жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом»



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Человек родился» (16+)
09.20 «Петровка, 38» (16+)
09.40 «Врачи» (16+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Приказ: перейти границу» (6+)
12.45 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Про жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом» (12+)

(12+)
17.45 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 «Русский вопрос» (12+)
20.05 «Доказательства вины» (16+)
20.55 Т/с «Семь жен одного холостяка» (12+)
23.00 «События»
23.35 Х/ф «Леон» (16+)
01.45 Х/ф «Приказ: огонь не открывать» (6+)
03.35 Д/ф «Советский космос: Четыре короля» (12+)



07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Планеты» (6+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Группа Zeta» (16+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Право на защиту» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Не может быть» (12+)
02.00 Х/ф «Блондинка за углом» (12+)
03.30 Х/ф «Мисс миллионерша» (12+)
05.00 Д/ф «Бизнес-2012. Ошибка Майя» (12+)
05.50 Д/ф «Последний гризли» (12+)
06.15 Д/ф «Планеты» (6+)



07.00 «Сейчас»
07.10 Д/ф «Планеты» (6+)
08.00 «Утро на «5» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Х/ф «Потерпевшие претензий не имеют» (12+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Х/ф «Потерпевшие претензий не имеют» (12+)
14.05 Х/ф «Не может быть» (12+)
16.00 «Место происшествия»
16.30 «Сейчас»
17.00 «Открытая студия»
18.00 «Право на защиту» (16+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.30 Т/с «След» (16+)
23.00 «Сейчас»
23.25 Т/с «След» (16+)
00.10 Х/ф «Золотая мина» (12+)
02.30 Х/ф «Прохиндида, или Бег на месте» (12+)
04.05 Х/ф «Змеиный источник» (16+)
05.35 Д/ф «Теория кризисов» (12+)

Четверг, 13 декабря



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.55 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 «Доброго здоровья!» (0+)
15.10 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 Т/с «Неравный брак» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Женский журнал» (0+)
18.00 «Давай поженимся!» (16+)
19.05 «Пусть говорят» (16+)
20.00 «Время»
20.30 Т/с «Отражение» (16+)
21.30 «История одного суда» (0+)
22.25 «Ночные новости»
23.00 Кубок первого канала по хоккею. Сборная России - сборная Швеции
01.10 Х/ф «Вертикальный предел» (12+)
03.25 «Контрольная закупка» (0+)

РОССИЯ

04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
08.00 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)

09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Дело Х. Следствие продолжается» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести-Кузбасс»
16.50 Т/с «Гадание при свечах» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 Т/с «Бедные родственники» (12+)
22.25 «Поединок» (12+)
00.00 «Вести»



05.55 «НТВ утром»
08.35 Т/с «Возвращение Мухомара» (16+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Медицинские тайны» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»

16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.25 Т/с «Дикий-3» (16+)
23.15 «Сегодня»
23.35 Т/с «Погоня за тенью» (16+)
01.35 «Дачный ответ» (0+)
02.35 «Дикий мир» (0+)
03.00 Т/с «Опергруппа» (16+)
04.55 Т/с «Час Волкова» (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Метеоинформ» (0+)
08.01 «Панорама событий» (16+)
08.26 «Гороскоп» (16+)
08.30 М/с «Приключения Джими Нейтрона, мальчика-гения» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.55 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
10.50 М/с «Пингвины из «Мадагаскара» (12+)
11.15 Х/ф «Старски и Хатч» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Панорама событий» (16+)
14.27 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Дом-2» (16+)
16.25 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)

18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Найди себя» (12+)
19.06 «Метеоинформ» (0+)
19.10 «Все обо всем» (16+)
19.12 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
20.30 «Интерны» Ситком (16+)
21.00 «ТНТ-комедия»: «Школа выживания» (16+)
21.45 «Панорама событий» (16+)
01.10 «Метеоинформ» (0+)
01.13 «Все обо всем» (16+)
01.15 Х/ф «Незванные гости» (16+)
03.40 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.00 М/ф «Хэллоуин Багза Банни» (6+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукловодов» (16+)
08.30 «Территория заблуждений» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)
10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)

16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Засуди меня» (16+)
18.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Тайны мира» (16+)
22.00 «Какие люди!» (16+)
23.00 «Экстренный вызов» (16+)
23.30 «Новости 24»
23.50 Х/ф «Городские легенды-2» (18+)
01.50 Х/ф «Онг Бак-2: Непреодоленный» (16+)
03.40 Т/с «Солдаты-6» (16+)

Домашний

06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Т/с «Королева Марго» (16+)
09.30 «По делам несовершеннолетних» (16+)
10.30 «Ненависть» (16+)
13.45 «Звездная жизнь» (16+)
14.30 «Красота требует!» (12+)
15.30 Х/ф «Наследницы» (12+)
17.30 «Тайны тела» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)

18.26 «Мир православия!» (16+)
18.46 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Одержимый» (16+)
22.00 «Одна за всех» (16+)
22.10 Т/с «Королева юга» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 Х/ф «Эта женщина в окне...» (16+)
01.15 «Одна за всех» (16+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Служебные романы» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Человек родился» (16+)
09.20 «Петровка, 38» (16+)
09.40 «Врачи» (16+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Приказ: перейти границу» (6+)
12.45 «Треугольник» (16+)
13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Живая природа» (6+)
15.15 «Про жизнь» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом» (12+)

ЗВЁЗДЫ ВАМ СОВЕДУЮТ

Гороскоп на следующую неделю (10 – 16 декабря)



ОВЕН

Успех сопутствует практически любым действиям. К удаче, скорее всего, приведут усилия двух видов: представляющие результаты упорной работы и опыта и те, которые предпринимаются тщательно и методически и ориентированы на конечный успех. Удачными в этот период станут стоматологические процедуры (в том числе челюстно-лицевая хирургия) или удаление катаракты. В это время все механические и физические системы функционируют бесперебойно. Машина или другое механическое оборудование, купленное в это время, наверняка прослужит много лет. Традициям и власти будет уделено надлежащее внимание и оказано уважение, и это поможет вам достичь существенных преимуществ.



ЛЕВ

Этот период вряд ли укрепит вашу уверенность в себе. Если вы надеетесь на легкий успех, вас ожидают препятствия. Запреты, правила и постановления, отсрочки, представители власти, которые настаивают на своем, — вот лишь некоторые из помех, подвергающих испытанию вашу решимость и отвлекающих вас от конкретной задачи. Досадные ситуации еще более осложнятся, если вы поддадитесь нетерпению или унынию, когда люди или обстоятельства бросят вам вызов или будут угрожать вашему успеху. Если вы занимаете руководящий пост, неблагоприятно пользоваться своими преимуществами, чтобы пренебречь традициями и властью. Чтобы справиться с нынешними обстоятельствами, важно проявить разумный консерватизм и продолжать неуклонно двигаться своим курсом.



СТРЕЛЕЦ

Ваша жизнь подходит к переломному моменту. Вы критически оцениваете свои цели, достижения и неудачи. Необходимо обдумать бывшие неудачи и разочарования, но еще важнее выяснить, какой опыт вы приобрели. Отказавшись поддаться депрессии и унынию, а также ничемному потворству своим слабостям, которого следует избегать любой ценой, вы начнете представлять свое будущее более упорядоченным и целеустремленным. Вероятно, это приведет к серьезной попытке изменить или прекратить нынешние отношения и ситуации, которые мешают планируемому вами росту. С другой стороны, нынешние обстоятельства приносят удовлетворение: в этот период вы получите возможность проверить свой нынешний курс и наметить планы на будущее.



ТЕЛЕЦ

На пути к личному и экономическому росту, интеллектуальным достижениям и признанию, политическому успеху и духовной самореализации в этот период вам наверняка встретится немало препятствий. Бесконечные правила и указания, распоряжения представителей власти и даже обычная упорная работа могут показаться бесполезными и стать факторами, препятствующими вашему прогрессу. Ряд неприятностей может быть связан с вашим отцом или его влиянием. Возможно, вам потребуется частично пожертвовать уже имеющимся успехом и процветанием, и даже если вы согласитесь на это, вы не сразу поймете, как осуществить свои намерения. Несмотря на негативный потенциал, досадные обстоятельства могут быть лишь временным испытанием вашей силы и решимости — испытанием, которое вы в состоянии выдержать.



ДЕВА

Эта неделя благоприятствует деятельности, связанной с общением, образованием, литературным творчеством, техническими навыками, дизайном, коммерцией, компьютерами и путешествиями. Это означает успех новых предприятий, а также является залогом того, что ваши прежние усилия и опыт принесут долгожданные плоды. Установленные вами контакты могут оказаться неоценимым источником информации или помощи. Большинство контактов этого периода будут благоприятными; работа будет выполняться на совесть. Ваши идеи и мышление в целом станут более организованными и практичными. Возникнут глубоко продуманные планы и методы, что само по себе будет причиной их успеха. Наиболее удачный подход — применение традиционных идей и методов.



КОЗЕРОГ

Обстоятельства побуждают вас ограничить свою личную свободу и независимость. Попытки внедрить новый подход или ввести неортодоксальные методы не будут встречены с воодушевлением. В сущности, их напрочь отвергнут те, кто верен традициям. Главное в этом случае — не сдаваться. Возможен и обратный вариант: именно вы отвергнете предложенный вам новый подход. Позитивный потенциал нынешних обстоятельств свидетельствует о том, что если вы не будете тщательно обдумывать свои идеи и пренебрежете намеченными планами, то, в конце концов, столкнетесь с сопротивлением окружающих. Прогресс в организации групп и перераспределении обязанностей будет замедленным. Если вы — постоянный участник групповой деятельности, на вас в этот период будут возложены дополнительные обязанности.



БЛИЗНЕЦЫ

Ваши обычные источники информации могут иссякнуть, выбранный вами путь к духовному развитию утратить свою привлекательность, а экономический рост и общее процветание приостановиться. Однако все это подразумевает необходимость серьезнее отнестись ко всему выше перечисленному, что само по себе является позитивной переменной. Вам придется пожертвовать частью того, чего вы добились в жизни. Если вы добились знаний и опыта, надо поделиться ими с другими людьми. Традиции и правила обратятся против вас, если прежде вы позволяли себе слишком много личной свободы и часто пренебрегали упорядоченностью. Культурные стремления станут более серьезными, вы обретете более реалистичный и прочный фундамент во многих сферах. Для вашей же пользы следует снизить темп ваших усилий.



ВЕСЫ

Если вы согласитесь на время забыть о своих целях, индивидуальности и, может быть, даже о гордости, вы благополучно переживете эту неделю. Бывшие неудачи в исполнении своих обещаний или принятии на себя ответственности вновь начнут преследовать вас. Вашим задаткам лидера, целостности, честности и великодушию будет брошен вызов со стороны тех, кто старше вас или занимает более высокое положение. Жизненной силы и силы воли будет либо недоставать, либо они окажутся неэффективными в преодолении нынешних обстоятельств. Если вы нарушите правила или попытаетесь добиться своего любой ценой, вы потеряете нечто более ценное. Переутомление и стресс могут представлять серьезную проблему для здоровья.



ВОДОЛЕЙ

На этой неделе вы можете оказаться свидетелем борьбы, в которой не будет победителей. Власть бросает вызов власти, прошлое противостоит настоящему и будущему. Возможно, в эту битву придется ввязаться и вам. Существует вероятность, что хотя эта битва не будет иметь к вам непосредственного отношения, ваш контроль над своей узкой сферой влияния окажется под угрозой в результате борьбы более могущественных сил. Потенциал этого периода может не проявиться или пройти незамеченным, но не стоит пренебрегать им. Даже если все идет довольно гладко, помните, что сейчас не стоит манипулировать обстоятельствами в своих целях, взыскивать долги, добиваться удовлетворения, мстить или открыто бросать вызов традициям и власти.



РАК

Несвоевременность действий, прежние неудачи, представители власти и недостаточная щедрость мешают вашему личному росту, экономическому процветанию, духовной самореализации и интеллектуальным стремлениям. От вас потребуют частично пожертвовать своим процветанием или успехом, чтобы помочь окружающим, но вы будете не в состоянии сделать это. Этот период неблагоприятен для вашего отца или кого-либо из ваших руководителей, некоторые проблемы могут возникнуть из-за конфликтов с ними. Если же, несмотря на потенциально негативный характер этого периода, большинство ситуаций разрешатся без проблем, не следует принимать свою удачу как должное или испытывать судьбу, умышленно создавая ситуации, в которых возникнут вышеописанные обстоятельства.



СКОРПИОН

Люди, которые старше вас по возрасту, в эти дни сочтут вас особенно привлекательным и обаятельным человеком. Постарайтесь развлечь их, общайтесь с ними — при этом в выигрыше окажутся все. Чрезвычайно удачными будут романтические увлечения, партнерство, взаимоотношения с женщинами и совместные предприятия. Преимущество окажется на стороне давних союзов. Если брак, романтическое увлечение, деловое партнерство, светское знакомство или дружба начались в этот период, им обеспечены удача и долголетие. Дела, связанные с внешностью, украшением, дизайном и художественными проектами, наверняка принесут перспективные и благоприятные результаты. Этот период превосходен для сочетания полезного с приятным.



РЫБЫ

Это период позитивной энергии. Все благоприятные события, случающиеся в это время, наверняка будут весомыми и продолжительными. Удачные возможности следует рассматривать с двух точек зрения — прошлого и настоящего. Упорная работа, планирование и организованность, присутствовавшие в прошлом, могут принести заслуженное вознаграждение. Окружающие выразят восхищение вашей преданностью, честностью, великодушием и целостностью. Этот период связан с успехом, который польстит вашему самолюбию, и удовлетворением тем, что вам удалось проявить свою индивидуальность в различных ситуациях и взаимных контактах. Если вы давно стремились к руководящему посту, пришло самое время занять его.

ПРАВОСЛАВНОЕ СЛОВО



- Доброе дело держания поста, которое вы начали, только с одной стороны кажется простым. Поэтому прежде всего надо понимать: пост – это не диета и не просто ограничение себя в пище или ее «правильном» подборе по различным параметрам. Пост – это делание духовное. Святитель митрополит Иннокентий Московский говорит: «Цель поста – облегчить и усмирить тело, обуздать пожелания и обезоруживать страсти».

Мы часто забываем, что Христос сказал Своим ученикам слова о том, что род бесовский изгоняется постом и молитвой. То есть по сути пост – это борьба с лукавыми духами. И, вступая в него, должно знать причины, по которым все мы, всей Церковью, всем народным собранием верующих во Христа, начинаем держать пост и в том числе ограничение в пище.

Афонский старец Иосиф Исихаст сказал: «Три врага ведут брань с человеческим родом: бесы, наше собственное естество и привычки». Что значит «бесы», думаю, объяс-

нять не нужно. Что такое греховные привычки? Это те пристрастия и грехи, которые остаются в нас после крещения. И так как мы к ним привыкли, то, может быть, даже не замечаем и считаем нормальным. Это, например, курение, грубая речь, жадность, лицемерие и так далее. А под собственным естеством разумеется наша плоть, наша человеческая природа. И мы призваны бороться с нашей плотью, потому что она заставляет человека более думать о земном: о большом количестве вкусной еды, о том, чтобы много спать, красиво одеваться и тому подобном.

Побеждать свое естество бывает не так уж сложно. Единственное, что этому мешает, – искушения бесовских сил. Потому что лукавые духи нам внушают, что не стоит менять сложившейся жизни, что лучше смириться с тем, с чем мы не хотим бороться, убеждают продолжать делать так, как ты делал всегда. Святитель Игнатий Брянчанинов говорил, что смысл поста как бы в том,

«В этом году мы стали ходить в церковь и вот впервые решили всей семьей поститься в Рождественский пост. Мы еще многого не знаем о постах. Но вот недавно прочитала в одном издании, что в пост важно есть жирную рыбу, потому что от нее больше пользы; что нужно есть определенную крупу, а не другую, и, допустим, огурцы, засоленные одним способом, а не другим, и так далее. И примеры в подборке рассказывают о том, кто как ел и кто как худел. Неужели самое главное в посту – еда и похудение? А если нет, то хотелось бы знать, как надо поститься? И вообще, хотелось бы понять: зачем мы постимся?». В. Борцова.

На ваш вопрос отвечает клирик храма Новомучеников и Исповедников Российских нерея Симеон Филатов:

что ты стоишь на страже собственной души. То есть держишь свой внешний и внутренний мир в духовном контроле, не позволяешь себе того, что послужило бы некоторым поводом к соблазну: сдерживаешься в еде, в развлечениях,

ПОСТ- СОВСЕМ НЕ ПРОСТ

в излишнем общении с людьми.

У новоначальных, к коим, как я понимаю, относится и уважаемый автор вопроса, существует ошибка, которая заключается в том, что они начинают бороться только с собственным естеством. Но радует, что задавший вопрос читатель понимает, что для поста ограничения в пище – мало. Такой пост неудачен и с духовной точки зрения. Поэтому еще раз хочу напомнить слова Господа о том, что род бесовский изгоняется постом и молитвой. Именно молитва дает нам силы на борьбу с лукавыми духами, с искушениями. Господь помогает людям, которые в молитве обращаются за этой помощью.

Тот же, кто во время поста ограничивает себя только в еде, остается страстен, не избавляется

от этих духов, поэтому грубит домашним, ленится, завидует, чрезмерно веселится. А молитва преобразительно действует на наше тело, помогает нам воздерживаться в еде, избегать того, что нам вредно в духовном плане.

Если читатели знакомы с православной литературой, то они знают о подвижниках веры: пустынножителях, монашествующих, которые очень мало ели, но при этом чувствовали себя хорошо и долго жили. Например, Феофан Затворник прожил более ста лет, при этом более двадцати лет был в затворе и, естественно, постился. Почему они не причиняли вреда своему здоровью при очень серьезном воздержании в пище? Потому что молитва освящала их телесное естество.

Не зря в Евангелии говорится: «Не хлебом единым

будет жив человек...». И всякое Слово Божие – правда. И если Он говорит так, то это Истина. И те, кто постится с молитвой, не ощущают потерю физических сил, если, конечно, этой молитвы много и она не произносится в суете.

В связи с этим новоначальным я бы советовал сначала научиться молиться, чтобы молитва была для них как бы дыханием. А потом к этой молитве добавив и пост в еде.

Ну а результатом всякого поста должно быть ощущение собственной немощи, смирение перед Богом от понимания этой немощи, оттого, что решился поститься, как должно, а не могу. При этом речь идет не только о том, что забылся и съел конфетку, а о том, чтобы сдерживаться в словах, не пересказывать что-то другому, еще и своего добавив, увидеть свою немощь, когда встаешь на молитву, а думаешь о житейском. И вот если у человека появляется мысль, что без Бога, своими силами он ничего не может достичь, то пост пошел ему на пользу.

Еще тем, кто только начинает поститься, советовал бы чаще посещать храм, участвовать в Таинствах Церкви, обязательно благословиться на пост у священнослужителя. Посоветоваться с ним о пищевых ограничениях, которые могут быть связаны, например, с состоянием вашего здоровья. А также о чтении молитвенных правил, о каком-то духовном делании, выполнении той работы, за которую не платят денег, об уходе за больными или сиротами и так далее.

Подготовила
Л. КОРОСТЕЛОВА.



ПРАЗДНИКИ В ДЕКАБРЕ

28 ноября – 6 января – Рождественский пост.

2 – Свт. Филарет Московский.

4 – Введение во храм Пресвятой Богородицы.

7 – Великомученицы Екатерины.

О христианском учении Екатерина узнала от матери, тайной христианки, затем приняла крещение и посвятила жизнь служению Господу. Однажды в Александрию, где жила эта дева, приехал царь Максимиан. Узнав о ней, он призвал языческих философов, чтобы они доказали ей истинность язычества. Но умудренная Господом дева отвергла все их доводы, и они были посрамлены. Мало того, Екатерина обратила ко Христу жену царя. Тогда царь велел мучить Екатерину, как христианку, а жену приказал казнить. Затем была обезглавлена и Екатерина.

10 – Апостола Андрея Первозванного.

Апостол Андрей стал первым из двенадцати апостолов Христа, потому его называют Перво-

званным. Пройдя с проповедью Малую Азию, Фракию, Македонию, Крым, Причерноморье, апостол мученически скончался в городе Патры, где его распяли на кресте, сколоченном наподобие буквы «х» около 62 года.

Увидев приготовленный для него крест, он воскликнул: «Радуйся, Крест, Плотию Христовой освященный! Возьми меня от людей и отдай меня Учителю моему!». Чтобы продлить мучения, апостола не прибили гвоздями ко кресту, а привязали веревками. Двое суток он учил народ вере, находясь на кресте, и успокаивал людей, готовых освободить учителя. На третий день усталый и истощенный правитель решил освободить страдальца, но Андрей взмолился, чтобы Господь не лишил его подобия с Ним образом смерти. Сняли апостола с креста уже почившим: лицо его сияло небесным светом.

Символическое изображение креста, на котором был распят Андрей Первозванный, помещается на флаге Российского флота,

который поэтому называется Андреевским.

17 – Великомученицы Варвары.

Святая великомученица Варвара жила и пострадала за Христа при римском императоре Максимиане около 306 года. Ее отец, богатый и знатный язычник Диоскор, скрывал свою дочь от посторонних глаз в башне. Но созерцание гармонии окружающего мира и желание познать Истинного Бога привело ее к христианской вере.

Узнав, что дочь стала христианкой, Диоскор заключил ее в темницу, а затем передал правителю Мартиану, долго и жестоко мучившему Варвару. Ничего не добившись, Мартиан повелел обезглавить мученицу. Казнь святой совершил сам Диоскор. Но возмездие постигло обоих мучителей – они были сожжены молнией.

19 – Святителя Николая Чудотворца.

Святитель Николай с детства начал строгую подвижническую жизнь, проводя время в чтении священного писания, в подвигах поста

и молитвы. Видя это, епископ посвятил его в пресвитеры. Затем он был избран епископом города Миры в Ликии. Святитель Николай прославился великой ревностью к истинной вере, милосердием к людям. Помогая им, еще при жизни творил чудеса милосердия, воскрешая умерших, снабжая хлебом голодных. После смерти он получил от Бога такой великий дар чудотворений, что стал одним из самых почитаемых в мире святых. Чудеса, явленные этим святым, неисчислимы.

22 – Иконы Божией Матери «Нечаянная радость».

25 – Свт. Спиридона Тримифунтского. Святитель Спиридон родился в конце третьего века на острове Крит. В начале жизни он был пастухом, но уже тогда помогал ближним и странникам. После кончины жены стал епископом города Тримифунта. Свое пастырское служение он непрестанно соединял с делами милосердия. Жизнь святителя поражает удивительной простотой и силой чудотворения, дарованной ему Господом за добрые дела: он исцелял неизлечимо больных, изгонял бесов, воскрешал мертвых.

Подготовила
Л. ВЛАДИМИРОВА.

УЧИТЬСЯ — ДЛЯ ДЕЛА ПРИГОДИТСЯ



Директор реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями Светлана Анатольевна Юрасова приняла участие в работе Второго форума социальных предпринимателей и инвесторов России. По итогам конкурса проектов участников инвестиционных сессий «Предпринимательство в социальной сфере», она заняла первое место и получила грантовую поддержку в сумме 300 тысяч рублей за проект «Открытие кабинета гидротерапии». Сегодня Светлана Анатольевна рассказывает о том, как проходил форум и своем проекте:

- И теперь самый главный вопрос: в чем суть проекта, и на решение какой социальной проблемы он направлен?

- Проект предусматривает установление в одном из помещений нашего центра гидромассажной ванны, благодаря которой ребята с диагнозом ДЦП смогут получать очень нужную им процедуру «душ-массаж».

Для детей важно, что вода создает условия относительной невесомости. В теплой воде наступает расслабление тканей. Все это сводит к минимуму напряжение мышц во время массажа и повышает его эффективность. Под влиянием теплой среды снижается рефлекторная возбудимость, уменьшается склонность к спазмам, быстрее наступает болеутоляющий эффект. Эластичная и вибрирующая массажная струя глубоко и безболезненно воздействует на расслабленную в воде мускулатуру. Подводный душ-массаж в комплексе с другими процедурами позволит увеличить положительную динамику.

Дети с ослабленным иммунитетом тоже порадуются этой закалывающей процедуре — гигиеничной и полезной. Вода в ванне меняет цвет, бурлит, поэтому ребенку, несомненно, будет интересно такое купание. Но условиями проекта предусмотрено, что для таких ребят процедура будет платной, и плата составит 300 рублей за десять сеансов. Заработанные деньги пойдут на развитие нашего реабилитационного центра.

В нашем городе более пятисот детей-инвалидов, и многие из них для получения гидротерапии едут в другие города, но в скором времени они смогут получать процедуру в нашем центре. Специалисты окажут нашим маленьким посетителям квалифицированную помощь в реабилитации. И мы очень рады, что поможем детям города стать более здоровыми, а значит, счастливыми.

**Беседу вел
Л. КОРОСТЕЛОВА.**

На снимках: директор реабилитационного центра для детей и подростков с ограниченными возможностями С. А. Юрасова; такие же процедуры скоро будут получать и наши малыши.

Фото Ю. Г. АЛАНДИНА.

- В этом году фонд «Новая Евразия» при поддержке фонда «СУЭК — регионам» организовали отбор участников, которые представили свои предложения для рассмотрения в проекте «Предпринимательство в социальной сфере».

На начальном этапе представитель фонда «Новая Евразия» Ольга Валериевна Щербинина и заместитель главы города по социальным вопросам Елена Никодимовна Сидоренко на базе лицея № 4, где работает ресурсный центр фонда, встретились с представителями учреждений и индивидуальными предпринимателями Ленинск-Кузнецкого, которые заявили о своем решении участвовать в конкурсе «Предпринимательство в социальной сфере». Оказалось, что в нашем городе есть много желающих составить проект, защитить его и тем самым заработать деньги для улучшения материально-технической базы своего учреждения. Это индивидуальные предприниматели, руководители различных муниципальных бюджетных учреждений. С нами были проведены собеседования, на которых мы рассказали о тех направлениях, которые хотели развивать, и десять человек получили «добро» на то, чтобы начать поэтапное обучение. От Кемеровской области в проекте участвовали только представители нашего города; в проекте участвовали также специалисты Республики Хакасия и Хабаровского края.

- Есть всем известное утверждение: знания — сила. Какие полезные знания вы приобрели для себя, участвуя в форуме и его учебном проекте?

- Наш проект так и назывался: «Школа социального предпринимательства».

Первая, то есть вводная сессия школы социальных предпринимателей проходила в Красноярске. Нам преподавали представители Омской школы социального предпринимательства, которая имеет аккредитацию и лицензию на право осуществления данной деятельности.

В ходе занятий учились писать бизнес-планы, бизнес-проекты, говорили о том, как налаживать партнерские отношения с различными организациями, устанавливать коммуникации. Эти навыки и умения всегда нужны человеку, они важны для тех ситуаций, когда нужно заставить деньги работать. К тому же работать должны деньги инвесторов, но на благо бюджетных предприятий, каковым является и наш реабилитационный центр, а значит, и для пользы города, и определенных слоев горожан.

Мы побывали во многих учреждениях города Омска, руководители которых раньше участвовали в подобных проектах и теперь достигли положительных результатов в своей деятельности.

К концу каждой сессии нам нужно было представить планы работ, которые будут выполнены в перерывах между сессиями. В частности, после второй сессии в Омске я должна была в качестве «домашнего задания» подготовить помещение, где предполагалась установка оборудования, заявленного в моем проекте, и отчитаться, что сделано.

Третья сессия снова проходила в Красноярске. Мы привезли сюда готовые бизнес-планы и всю бизнес-проектную документацию. Одновременно с занятиями готовились к участию во Втором форуме социальных предпринимателей и инвесторов России. На него из группы



ленинск-кузнецчан пригласили пять человек.

В форуме участвовал 371 человек из двенадцати регионов России и Украины, и рассматривалось двадцать четыре социально-предпринимательских проекта. Мероприятие проходило под патронажем губернатора Омской области. Его генеральным партнером выступило агентство стратегических инициатив (г. Москва), партнером выступал фонд «Новая Евразия» и другие фонды.

В конце форума подводились итоги конкурса «Предпринимательство в социальной сфере». Два наших участника: Наталья Михайловна Тричева, главный врач центра «СПИД», с проектом «Медицинский центр «Альтернатива» и Наталья Николаевна Гончарова, заведующая акушерским отделением первой горбольницы, с проектом «Акушерско-гинекологический кабинет» стали лауреатами и получают поддержку инвесторов.

Одновременно эксперты фонда «Новая Евразия» отбирали победителей конкурса социально-предпринимательских проектов, объявленного СУЭК. Мы с Оксаной Валериевной Редько стали победителями и получили гранты. Она 100 тысяч рублей за третье место и проект «Открытие ледового зала «Спартак», а я — триста тысяч за первое место и проект «Открытие кабинета гидротерапии». А в ноябре в Москве участникам проекта вручены свидетельства, подтверждающие, что мы получили дополнительное образование как социальные предприниматели.

Что касается реализации проекта, то дополнительные средства, необходимые для покупки оборудования, в сумме двухсот тысяч рублей нам выделяет администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа.

СКАНВОРД

Роман Дюма «Графиня де ...»							Снял «Танцующую в темноте»		Фамилия чапаевского Петьки
Часть слова		Бурый минеральный пигмент		Южный фрукт		«Шагреневая ...»	Дассен		Тарелка с гуманоидами
				Скряга					
Солдатская колыбельная		«Ненавистная» река у греков		Фильм «... сегодня, завтра»		Сладкий студень			
						Характер с причудами			
Идеолог «Могучей кучки»	Навозный транспорт								
				Прерывание беременности		Куравлев как фашист			
Китайская крапива	«Драгоценная» мера								
Укороченный ледоруб									
				Титул короля			Мудрец еврей из анекдотов		Этого выроста нет у страуса
						Туманный зверь			
				Город, спасенный гусями		Русская мера веса	Анклава на территории ЮАР		«Консилиум» воров в законе
				Фридрих-коммунист					
				Синее, которым все горит	Критик Волынский	«Таймер» для косца	«... дней до приказа»		Рабочее место монарха
Казачий чин		Самая длинная река во Франции					«Попасть как ... в ощи»		
				Английский самолет					
Грузинский самогон		Жукураза				Поперечные нити ткани			
Ахеджакова				Почетная мать семейства					

Посмеёмся вместе

На приеме терапевта.

Пациент: «Доктор, по правде говоря, я не верил, что лекарство, которое вы мне выписали, поможет. Но помогло. Вы просто волшебник».

Терапевт: «По правде говоря, волшебник - аптекарь. Я вам по ошибке дал бланк, на котором ручку расписывал».

☺☺☺☺☺

Труд сделал из обезьяны уставшую обезьяну.

☺☺☺☺☺

Водитель «Оки» был оштрафован за то, что его автомобиль двигался между двойной сплошной.

☺☺☺☺☺

- Что, мучит головная боль?

- Нет, меня мучит «Пенталгин-Н», потому что «Пенталгин-Н» в пять раз сильнее боли.

☺☺☺☺☺

Два близнеца на медосмотре в военкомате. Первый выходит из кабинета, второй спрашивает:

- Ну что, взяли?

- Нет, комиссовали.

- Пройди еще раз, а то мне раздеваться не хочется.

Через несколько минут:

- Слушай! А тебя взяли!

☺☺☺☺☺

Сантехник чинит унитаз на дому у профессора. Поработал полчаса, наладил все и говорит: - С вас сто долларов.

Профессор начинает возмущаться: - Я профессор, членкор академии наук - и то я не получаю сто долларов за полчаса!

Сантехник отвечает: - Это нормально. Когда я был профессором, я тоже столько не получал.

☺☺☺☺☺

Хорошо работать на двух работах! Денег много!

Но не потому, что платят много, а потому, что тратить некогда

☺☺☺☺☺

- Почему ты ходишь по квартире в одних трусах?

- Потому что в двух жарко!

☺☺☺☺☺

Если у вашей девушки болит голова, попробуйте приложить ей ко лбу новые итальянские сапоги.

☺☺☺☺☺

У каждого свой рецепт для счастья. У меня на потолке написано: «Завтра бросаю жрать». Каждое утро, просыпаясь, я вижу эту надпись и думаю: хорошо, что завтра, а не сегодня.

☺☺☺☺☺

- Ну и что, что грудь первого размера! Зато ноги сорок третьего.

ОТВЕТЫ НА СКАНВОРД,
ОПУБЛИКОВАННЫЙ
В «ГОРОДСКОЙ ГАЗЕТЕ»
ОТ 30 НОЯБРЯ

Ш	А	Х	Н	А	М	Е	О	К
Т	О	И	С	П	И	Р	Т	
З	А	М	Б	Е	З	И	А	Е
М	И	А	С	Л	Е	З	А	
З	А	К	Л	А	Н	И	Е	В
Н	А	Е	З	Д	Н	О	Р	М
Т	У	А	З	С	Е	А	Т	
А	Д	А	М	Р	Т	А	И	Г
И	К	В	И	С				
Д	Ж	О	Д	И	У			
А	М	Ш	Л	Е	М			
Х	А	Б	А	Н	Е	Р		
О	А	У	С	Ы	С	К	И	Ф
П	И	Б	А	О	Р			
Т	Е	П	Л	О	О	Б	М	Е
Н	О	Т	С	Е	В	С	О	С
К	А	Ш	Н	Е	Д	О	П	У
Л	А	Л	Д	А	Н	Л	Ь	Е

Пятница, 14 декабря



04.00 Телеканал «Доброе утро»
08.00 «Новости»
08.05 «Контрольная закупка» (0+)
08.35 «Женский журнал» (0+)
08.45 «Жить здорово!» (12+)
09.55 «Модный приговор» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Время обедать!» (0+)
11.55 «Дешево и сердито» (0+)
12.50 «Женский журнал» (0+)
13.00 «Другие новости» (0+)
13.25 «Понять. Простить» (12+)
14.00 «Новости»
14.15 «Доброго здоровьица!» (0+)
15.10 Т/с «Убойная сила» (16+)
16.00 «Жди меня»
17.00 «Вечерние новости»
17.50 «Давай поженимся!» (16+)
18.50 «Поле чудес»
20.00 «Время»
20.30 «Сегодня вечером» (16+)
22.05 «Вечерний Ургант» (16+)
23.00 «После школы» (12+)
00.30 «Голос» (12+)



04.00 «Утро России»
04.07, 04.35, 05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35 «Вести-Кузбасс»
07.55 «Мусульмане»
08.05 «1000 мелочей» (0+)
08.45 «О самом главном» (0+)

09.30 «Кулагин и партнеры» (12+)
10.00 «Вести»
10.30 «Вести-Кузбасс»
10.50 Т/с «Тайны следствия» (12+)
11.50 «Дело Х. Следствие продолжается» (12+)
12.50 «Дежурная часть»
13.00 «Вести»
13.30 «Вести-Кузбасс»
13.50 Т/с «Ефросинья. Таежная любовь» (0+)
14.45 Т/с «Кровинушка» (0+)
15.45 «Дежурная часть»
16.00 «Вести»
16.30 «Вести-Кузбасс»
16.50 Т/с «Гадание при свечах» (12+)
18.40 «Вести-Кузбасс»
19.00 «Вести»
19.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
19.40 «Прямой эфир» (12+)
20.30 «Юрмала-2012» (12+)
22.25 Х/ф «Мелодия любви» (12+)
00.15 Х/ф «Внеземной» (16+)



05.55 «НТВ утром»
08.40 «Женский взгляд» (0+)
09.30 «ЧП. Обзор»
10.00 «Сегодня»
10.20 «Спасатели» (16+)
10.55 «До суда» (16+)
12.00 «Суд присяжных» (16+)
13.00 «Сегодня»
13.25 «Суд присяжных» (16+)
14.35 Т/с «Улицы разбитых фонарей» (16+)
15.30 «ЧП. Обзор»



05.35 Т/с «Хвост» (16+)
07.25 Смотр (0+)
08.00 «Сегодня»

16.00 «Сегодня»
16.25 «Прокурорская проверка» (16+)
17.40 «Говорим и показываем» (16+)
18.30 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.30 Т/с «Литейный» (16+)
21.30 Х/ф «Честь самурая» (16+)
23.30 Х/ф «Громозека» (16+)
01.40 Х/ф «Взрослая неожиданность» (16+)
03.40 Т/с «Опергруппа» (16+)



07.00 «Прогноз погоды» (0+)
07.02 «Панорама событий» (16+)
07.27 «Все обо всем» (16+)
07.30 М/с «Как говорит Джинджер» (12+)
07.58 «Метеоинформ» (0+)
08.01 «Панорама событий» (16+)
08.26 «Гороскоп» (16+)
08.30 М/с «Приключения Джимми Нейтрона, мальчика-гения» (12+)
09.00 М/ф «Веселые мелодии» (12+)
09.25 М/с «Жизнь и приключения робота-подростка» (12+)
09.55 М/с «Губка Боб Квадратные штаны» (12+)
11.05 Х/ф «Школа выживания» (16+)
13.30 «Универ» Ситком (16+)
14.00 «Прогноз погоды» (0+)
14.02 «Панорама событий» (16+)
14.27 «Все обо всем» (16+)
14.30 «Дом-2» (16+)



07.00 М/с «Эй, Арнольд!» (12+)

16.25 «Интерны» Ситком (16+)
17.30 «Реальные пацаны» Комедия (16+)
18.30 «Прогноз погоды» (0+)
18.31 «Панорама событий» (16+)
18.56 «Метеоинформ» (0+)
19.00 «Все обо всем» (16+)
19.02 «Желаю счастья!» (16+)
19.51 «Гороскоп» (16+)
19.56 «Все обо всем» (16+)
19.58 «Прогноз погоды» (0+)
20.00 «Битва экстрасенсов» (16+)
21.00 «Комеди Клуб» (16+)
22.00 «Comedy Баттл. Новый сезон» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 «Панорама событий» (16+)
00.55 «Метеоинформ» (0+)
00.58 «Все обо всем» (16+)
01.00 Х/ф «Разрушитель» (16+)
03.15 «Битва экстрасенсов» (16+)
04.15 «Необъяснимо, но факт» (16+)
05.15 «Атака клоунов» (16+)
05.45 «Саша и Маша» (16+)
06.00 М/с «Пингины из Мадагаскара» (12+)
06.25 Т/с «Охотники за монстрами» (12+)



06.00 М/ф «Лунные напевы Багза Банни» (6+)
06.30 «По закону» (16+)
07.00 «В час пик» (16+)
07.30 «Заговор кукуловодов» (16+)
08.30 «Какие люди!» (16+)
09.30 «Новости 24» (16+)

10.00 «Званный ужин» (16+)
11.00 «Любовь 911» (16+)
12.00 Т/с «Следаки» (16+)
13.00 «Экстренный вызов» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Званный ужин» (16+)
15.00 «Не ври мне!» (16+)
16.00 «Семейные драмы» (16+)
17.00 «Засуди меня» (16+)
18.00 «Верное средство» (16+)
20.00 «Экстренный вызов» (16+)
20.30 «Новости 24» (16+)
21.00 «Живая тема» (16+)
22.00 «Странное дело» (16+)
23.00 «Секретные территории» (16+)
00.00 «Смотреть всем!» (16+)
02.00 Х/ф «Фантазм» (18+)
03.50 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)
07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Х/ф «Родня» (0+)
10.30 «Одна за всех» (16+)
10.40 Т/с «Деревенская комедия» (16+)
18.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)



04.25 «Школа ремонта» (12+)
05.25 «Атака клоунов» (16+)
06.00 Т/с «Охотники за монстрами» (12+)
06.00 Т/с «Пропорщик Шматко, или Е-мое!» (16+)
09.00 Т/с «Бородин. Возвращение генерала» (16+)
10.50 «Чистая работа» (12+)
11.30 «Спецпроект» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Военная тайна» (16+)
16.00 «Странное дело» (16+)
17.00 «Секретные территории» (16+)
18.00 «Тайны мира» (16+)
19.00 «Представьте себе» (16+)
19.30 «Репортерские истории» (16+)
20.00 «Неделя» (16+)
21.00 Концерт Михаила Задорнова «Тырлы и глоупены» (16+)
23.00 «Вечерний квартал» (16+)
01.00 Х/ф «Фобос» (16+)
02.40 Х/ф «Фантазм-2» (18+)
04.30 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)

18.01 «Городская панорама» (16+)
18.21 «Погода за окном» (0+)
18.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.26 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Деревенская комедия» (16+)
22.15 «Одна за всех» (16+)
22.30 «Достать звезду» (16+)
23.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
23.01 «Городская панорама» (16+)
23.21 «Погода за окном» (0+)
23.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.26 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Путешествие с домашними животными» (16+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Служебные романы» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем»» (0+)



05.00 «Настроение»
07.30 Х/ф «Таежная повесть» (12+)
09.20 «Петровка, 38» (16+)
09.35 «Врачи» (16+)
10.30 «События»
10.50 Х/ф «Ты у меня одна» (16+)
12.45 «Треугольник» (16+)



05.10 «Марш-бросок» (12+)

13.30 «События»
13.50 «Петровка, 38» (16+)
14.10 «Смех с доставкой на дом» (12+)
15.20 Д/ф «Мираж пленительного счастья» (16+)
16.10 «Петровка, 38» (16+)
16.30 «События»
16.50 Т/с «Погоня за ангелом» (12+)
17.45 «Право голоса» (16+)
18.50 «События»
19.15 Праздничный концерт (12+)
21.10 Х/ф «Снегирь» (12+)
23.00 «События»
23.20 Х/ф «Таможня»
00.50 Х/ф «Ватель» (16+)
03.00 «Хроники московского быта» (12+)
04.40 «Врача вызывали?» (16+)



07.00 «Сейчас»
07.10 «Момент истины» (16+)
08.00 «Утро на «5»» (6+)
10.45 «Место происшествия»
11.00 «Сейчас»
11.30 Т/с «Противостояние» (12+)
13.00 «Сейчас»
13.30 Т/с «Противостояние» (12+)
16.30 «Сейчас»
17.00 Т/с «Противостояние» (12+)
19.00 «Место происшествия»
19.30 «Сейчас»
20.00 Т/с «Детективы» (16+)
21.00 Т/с «След» (16+)
02.55 Т/с «Противостояние» (12+)

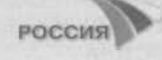


08.35 Мультфильмы (0+)
11.00 «Сейчас»
11.10 Т/с «След» (16+)
11.30 «Сейчас»
20.00 «Правда жизни» (16+)
20.30 Т/с «Группа Zeta-2» (16+)
00.00 Т/с «Агент национальной безопасности» (16+)
02.00 Т/с «Волландер» (16+)
06.40 Д/ф «Эльза: львица, изменившая мир» (6+)

Суббота, 15 декабря



04.35 Х/ф «Хоккеисты» (0+)
05.00 «Новости»
05.10 Х/ф «Хоккеисты» (0+)
06.35 «Играй, гармонь любимая!» (0+)
07.20 М/ф «Джейк и пираты Нетландии» (0+)
07.45 «Смешарики. Новые приключения» (0+)
08.00 «Умницы и умники» (12+)
08.45 «Слово пастыря» (0+)
09.00 «Новости»
09.15 «Смак» (12+)
09.55 «Игорь Угольников. Шутить изволяете?» (12+)
11.00 «Новости»
11.15 «Абракадабра» (16+)
12.55 Документальный фильм (12+)
13.35 Х/ф «Гараж» (12+)
15.10 Х/ф «Фарфоровая свадьба» (16+)
17.00 «Вечерние новости»
17.10 «Человек и закон» (16+)
18.15 «Минута славы» шагает по стране» (12+)
20.00 «Время»
20.20 «Голос» (12+)
22.20 «Что? Где? Когда?» (0+)
23.40 Кубок Первого канала по хоккею. Сборная России - сборная Чехии
01.50 Кубок Первого канала по хоккею. Сборная Финляндии - сборная Швеции
04.00 «Контрольная закупка» (0+)



04.05 Х/ф «Люди в океане» (0+)

05.35 «Сельское утро» (0+)
06.05 «Диалоги о животных» (0+)
07.00 «Вести»
07.10 «Вести-Кузбасс»
07.20 «Военная программа» (0+)
07.50 «Планета собак» (0+)
08.25 «Субботник» (0+)
09.10 «Швейцарские машины» (0+)
09.15 «Урожайные грядки» (0+)
09.30 «С точки зрения здоровья» (0+)
09.40 «Полит-чай» (0+)
09.55 «Медсовет» (0+)
10.00 «Вести»
10.10 «Вести-Кузбасс»
10.20 «Городок» (0+)
10.55 «Джентльмены удачи»
40 лет спустя» (0+)
11.55 «Дежурная часть»
12.25 «Честный детектив» (16+)
13.00 «Вести»
13.20 «Вести-Кузбасс»
13.30 «Погоня» (0+)
14.35 «Новая волна-2012» (0+)
16.30 «Танцы со звездами» (0+)
18.35 Х/ф «Клубничный рай» (12+)
19.00 «Вести» в субботу
19.45 Х/ф «Клубничный рай» (12+)
23.05 Х/ф «Женская интуиция-2» (12+)



05.35 Т/с «Хвост» (16+)
07.25 Смотр (0+)
08.00 «Сегодня»

08.15 Лотерея «Золотой ключ» (0+)
08.45 «Государственная жилищная лотерея» (0+)
09.25 «Готовим с Алексеем Зиминным» (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога» (16+)
10.55 «Кулинарный поединок» (0+)
12.00 «Квартирный вопрос» (0+)
13.00 «Сегодня»
13.20 Т/с «Шериф» (16+)
15.10 «Своя игра» (0+)
09.55 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
17.20 «Очная ставка» (16+)
18.20 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
19.25 «Профессия - репортер» (16+)
19.55 «Программа максимум» (16+)
21.00 «Русские сенсации» (16+)
22.00 «Ты не поверишь!» (16+)
23.00 «Реакция Вассермана» (16+)
23.35 «Метла» (16+)
00.30 «Луч света» (16+)
01.05 «Школа злословия» (16+)
01.55 Т/с «Дело Крапивинных» (16+)
03.55 Т/с «Опергруппа» (16+)



07.00 М/с «Эй, Арнольд!» (12+)

08.25 М/с «Бен 10» (12+)
08.50 «Женская лига» (16+)
08.54 «Прогноз погоды» (0+)
08.55 «Панорама событий» (16+)
09.20 «Все обо всем» (16+)
09.22 «Гороскоп» (16+)
09.26 «Метеоинформ» (0+)
09.29 «Панорама событий» (16+)
09.54 «Все обо всем» (16+)
09.56 «Гороскоп» (16+)
10.00 «Школа ремонта» (12+)
11.00 «Два с половиной повара» (12+)
11.30 «Дурнушек.net» (16+)
12.30 «Comedy Woman» (16+)
13.30 «Комеди Клуб» (16+)
14.30 «Битва экстрасенсов» (16+)
15.30 «Суперинтуиция» (16+)
16.30 «Интерны» Ситком (16+)
17.00 «Желаю счастья!» (16+)
18.18 «Метеоинформ» (0+)
18.22 «Гороскоп» (16+)
18.26 «Все обо всем» (16+)
18.28 «Прогноз погоды» (0+)
18.30 «Comedy Woman» (16+)
19.30 «Прогноз погоды» (0+)
19.31 «Желаю счастья!» (16+)
19.57 «Все обо всем» (16+)
20.00 Большое кино по субботам: «Властелин колец: Возвращение Короля» (12+)
00.00 «Дом-2» (16+)
01.30 Х/ф «Унесенные ветром» (12+)
03.25 «Дом-2» (16+)



04.25 «Школа ремонта» (12+)
05.25 «Атака клоунов» (16+)
06.00 Т/с «Охотники за монстрами» (12+)
06.00 Т/с «Пропорщик Шматко, или Е-мое!» (16+)
09.00 Т/с «Бородин. Возвращение генерала» (16+)
10.50 «Чистая работа» (12+)
11.30 «Спецпроект» (16+)
13.30 «Новости 24» (16+)
14.00 «Военная тайна» (16+)
16.00 «Странное дело» (16+)
17.00 «Секретные территории» (16+)
18.00 «Тайны мира» (16+)
19.00 «Представьте себе» (16+)
19.30 «Репортерские истории» (16+)
20.00 «Неделя» (16+)
21.00 Концерт Михаила Задорнова «Тырлы и глоупены» (16+)
23.00 «Вечерний квартал» (16+)
01.00 Х/ф «Фобос» (16+)
02.40 Х/ф «Фантазм-2» (18+)
04.30 Т/с «Солдаты-6» (16+)



06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
07.01 «Городская панорама» (16+)

07.21 «Погода за окном» (0+)
07.24 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
07.26 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 Х/ф «Ва-банк» (12+)
10.20 Х/ф «Одинокая женщина с ребенком» (12+)
12.40 «Спросите повара» (0+)
13.40 Т/с «Великолепный век» (12+)
18.00 «Погода на «Домашнем»» (0+)
18.01 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век» (12+)
21.15 Х/ф «Принцесса специй» (12+)
23.00 «Погода за окном» (0+)
23.03 «Объявления на «Домашнем»» (16+)
23.05 «Музыка на «Домашнем»» (16+)
23.30 Х/ф «Степфордские жены» (16+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (12+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Мужские истории» (16+)
06.25 Музыка на «Домашнем»» (0+)



05.10 «Марш-бросок» (12+)

Воскресенье, 16 декабря

П

04.50 X/ф «Змеелов» (12+)
05.00 «Новости»
05.10 X/ф «Змеелов» (12+)
06.45 «Армейский магазин» (16+)
07.20 M/ф «Алладин» (0+)
07.45 «Смешарики. Пин-код» (S)
07.55 «Здоровье» (16+)
09.00 «Новости»
09.15 «Непутевые заметки» (12+)
09.35 «Пока все дома» (0+)
10.25 «Фазенда» (0+)
11.00 «Новости»
11.10 «Среда обитания» (12+)
12.05 «Мадагаскар». Новогодний выпуск (0+)
12.25 M/ф «Кунг-фу панда: Секреты неистовой пятёрки» (0+)
12.50 «Женщины в поисках счастья» (12+)
13.40 X/ф «На Дербасовской хорошая погода, на Брайтон-Бич опять идут дожди» (16+)
15.10 «Большие гонимы. Братство колец» (12+)
16.55 X/ф «Пираты Карибского моря: На краю света» (12+)
20.00 Воскресное «Время»
21.00 «Мульт личности» (16+)
21.30 «Yesterday live» (16+)
22.30 «Познер» (16+)
23.30 Кубок первого канала по хоккею. Сборная России - сборная Финляндия

01.40 Кубок первого канала по хоккею. Сборная Чехии - сборная Швеции

РОССИЯ

04.25 X/ф «Менялы» (12+)
06.20 «Вся Россия»
06.30 «Сам себе режиссер» (0+)
07.20 «Смехопанорама» (0+)
07.50 «Утренняя почта» (0+)
08.30 «Сто к одному» (0+)
09.20 «Вести-Кузбасс». События недели
10.00 «Вести»
10.10 «Один в океане» (0+)
11.05 X/ф «Биеение сердца» (12+)
13.00 «Вести»
13.20 «Вести-Кузбасс»
13.30 X/ф «Биеение сердца» (12+)
15.20 «Смеяться разрешается» (0+)
17.05 X/ф «На всю жизнь» (12+)
19.00 «Вести недели»
20.30 X/ф «Любовь для бедных» (12+)
22.30 «Воскресный вечер» (12+)
00.20 X/ф «Мои счастливые звезды» (16+)

НТВ

05.45 Мультфильм (0+)
06.05 Т/с «Хвост» (16+)
08.00 «Сегодня»

08.15 Лотерея «Русское лото» (0+)
08.45 «Их нравы» (0+)
09.25 «Едим дома» (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача» (16+)
10.55 «Чудо техники» (12+)
11.25 «Поедем, поедим!» (0+)
12.00 «Дачный ответ» (0+)
13.00 «Сегодня»
13.20 Т/с «Шериф» (16+)
15.10 «Своя игра» (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Развод по-русски» (16+)
17.20 «И снова здравствуйте!» (0+)
18.20 «ЧП. Обзор»
19.00 «Сегодня»
20.00 «Чистосердечное признание» (16+)
20.50 «Центральное телевидение» (16+)
21.35 «ЦТ. Откровения» (16+)
22.35 «ЦТ. Вечернее» (16+)
23.15 X/ф «Только вперед» (16+)
01.20 Т/с «Дело Крапивиных» (16+)
03.15 Т/с «Опергруппа-2» (16+)
05.00 Т/с «Час Волкова» (16+)

СНТ

07.00 M/с «Эй, Арнольд!» (12+)
08.25 «Прогноз погоды» (0+)
08.26 «Все обо всем» (16+)
08.30 «Гороскоп» (16+)
08.35 «Метеоинформ» (0+)
08.38 «Все обо всем» (16+)

08.40 «Музыка на ТНТ» (16+)
08.55 «Спортлото 5 из 49» (16+)
09.00 «Золотая рыбка» (16+)
09.05 «Бинго» (16+)
09.25 M/с «Бакуган: импульс Мектанума» (12+)
09.50 «Первая национальная лотерея» (16+)
10.00 «Школа ремонта» (12+)
11.00 «Про декор» (12+)
11.30 «Два с половиной повара. Открытая кухня» (12+)
12.00 Д/ф «Бросить все и уехать» (16+)
13.00 «Перезагрузка» (16+)
14.00 «Comedy Баттл. Новый сезон» (16+)
15.00 «Желаю счастья!» (16+)
15.18 «Метеоинформ» (0+)
15.22 «Гороскоп» (16+)
15.26 «Все обо всем» (16+)
15.28 «Прогноз погоды» (0+)
15.30 X/ф «Властелин колец: Возвращение Короля» (12+)
19.30 «Прогноз погоды» (0+)
19.31 «Желаю счастья!» (16+)
19.57 «Все обо всем» (16+)
20.00 Кино по воскресеньям: «Вавилон Н.Э.» (16+)
22.00 «Комеди Клуб» (16+)
23.00 «Дом-2» (16+)
00.30 X/ф «Унесенные ветром» (12+)
02.55 «Дом-2» (16+)
03.55 «Школа ремонта» (12+)
04.50 «Необъяснимо, но факт» (16+)

05.50 «Атака клоунов» (16+)
06.20 «Саша + Маша» (16+)

РЕН

06.00 Т/с «Солдаты-6» (16+)
06.30 Т/с «Солдаты-7» (16+)
07.30 Концерт Михаила Задорнова «Тырлы и глюпенны» (16+)
09.30 Т/с «Наваждение» (16+)
16.50 Т/с «Нина» (16+)
00.45 «Неделя» (16+)
02.10 X/ф «Сумеречный грех» (18+)
03.40 Т/с «Солдаты-7» (16+)

Домашний

06.30 «Джейми у себя дома» (0+)
07.00 «Погода на «Домашнем» (0+)
07.01 «Объявления на «Домашнем» (16+)
07.03 «Музыка на «Домашнем» (16+)
07.30 «Достать звезду» (16+)
08.00 «Полезное утро» (0+)
08.30 «Сладкие истории» (0+)
09.00 X/ф «Ва-банк-2, или Ответный удар» (12+)
10.45 «Мужская работа» (0+)
11.15 «Одна за всех» (16+)
11.35 X/ф «Небеса обетованные» (16+)
14.05 Т/с «Великолепный век» (12+)
18.00 «Погода на «Домашнем» (0+)

18.01 «Объявления на «Домашнем» (16+)
18.03 «Ваши поздравления!» (16+)
19.00 Т/с «Великолепный век» (12+)
21.00 X/ф «Одержимость» (16+)
23.00 «Погода за окном» (0+)
23.03 «Объявления на «Домашнем» (16+)
23.05 «Музыка на «Домашнем» (16+)
23.30 X/ф «За спичками» (0+)
01.30 «Удобный вечер» (0+)
02.00 Т/с «Медвежий угол» (16+)
04.55 «Красота требует!» (16+)
05.50 «Цветочные истории» (0+)
06.00 «Провинциалки» (12+)
06.25 Музыка на «Домашнем» (0+)

ЦЕНТР

04.20 Мультфильм (0+)
05.55 X/ф «Когда я стану великаном» (0+)
07.20 «Фактор жизни» (6+)
07.55 X/ф «Взрослые дети» (6+)
09.20 «Барышня и кулиар» (6+)
09.55 «Добро с кулаками» (16+)
10.30 «События»
10.45 «Петровка, 38» (16+)
10.55 X/ф «Голубая стрела» (0+)
12.45 «Смехоставки» (12+)
13.20 «Приглашаю Бориса Ноткина» (12+)
13.50 «Московская неделя»

5

14.20 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» (12+)
16.15 X/ф «Большое злс и мелкие пакости» (12+)
20.00 «В центре событий» (16+)
21.00 X/ф «Никита» (16+)
23.15 «События»
23.35 «Временно доступен» (12+)
00.40 X/ф «Зверобой» (12+)
03.35 «Города мира» (16+)
04.05 «Доказательства вины» (16+)

07.00 Д/ф «Америка до Колумба» (12+)
08.00 Д/ф «Тигр-шпион в джунглях» (12+)
09.00 Мультфильм (0+)
11.00 «Сейчас»
11.10 «Истории из будущего» (0+)
12.00 Т/с «Детективы» (16+)
18.30 «Место происшествия. О главном»
19.30 «Главное»
20.30 Т/с «Группа Zeta-2» (16+)
00.00 Т/с «Агент национальной безопасности» (16+)
02.00 X/ф «Маркиза тыжи» (16+)
04.50 Д/ф «Америка до Колумба» (12+)
05.40 Д/ф «Тигр-шпион в джунглях» (12+)
06.35 Д/ф «Эльза: Лыжница, изменившая мир» (6+)

Реклама

«ЗЛАТА ПАЛЬМА» – ДАР ПРИРОДЫ ЧЕЛОВЕКУ

О натуральном продукте, масле «Злата Пальма», рассказывает специалист по питанию, врач-нутрициолог Ирина Фрайнд. В России маслом «Злата Пальма» пользуются с 2003 года.

Человек ест то, что он ест: давно доказано, что 85% заболеваний человека зависят от его питания. Прилавки магазинов сегодня завалены различными продуктами, а люди болеют: количество инвалидов увеличивается, продолжительность жизни уменьшается. Мы едим вкусную, красивую пищу в угоду своему желудку, а клетки организма не питаются и гибнут от голода, ведь с такой пищей мы не поставляем им добротного строительного материала.

Но в природе все закономерно, и в помощь нашему организму она подарила натуральный продукт питания, богатый источником уникальных витаминов А, Е (они работают, когда растворены в жирах), а также универсального носителя энергии в организме фермента Q-10, незаменимых жирных кислот омега-3, 6, аминокислот, биофлавоноидов – красное пальмовое масло «Злата Пальма». В общей сложности в этом уникальном продукте содержится около 150 элементов, которые помогают клеткам стать «крепкими кирпичиками», позволяя им сделать наш организм неприступной крепостью для болезней.

В России маслом «Злата Пальма» пользуются с 2003 года, и многие люди оценили этот продукт по достоинству.

Семь бед – один ответ

Спектр положительного действия масла поистине широк. Масло «Злата Пальма» укрепляет иммунную и сердечно-сосудистую системы, эффективно при кожных заболеваниях,



варикозе, гастрите, язвенной болезни желудка, 12-перстной кишки, незаменимый продукт при сахарном диабете, ожирении, уменьшает риск раковых заболеваний (в том числе молочных желез), нормализует давление, показано при заболеваниях суставов и позвоночника, восстанавливает зрение и защищает от катаракты, улучшает память, способствует нормальному протеканию беременности, защищает от преждевременного старения.

Врачи Российской диабетической ассоциации установили, что содержащийся в красном пальмовом масле витамин Е вместе с инсулином участвует в расщеплении сахара. Поэтому его рекомендуют больным сахарным диабетом, людям с избыточным весом.

Масло предупреждает такие грозные осложнения, как потеря зрения, почечная недостаточность, гангрена нижних конечностей.

В 2004 году врачи-маммологи для лечения женщин в послеоперационный период к традиционной терапии подключили масло «Злата Пальма» и отметили, что процент осложнений (лимфостаз) уменьшился. Маммологи считают целесообразным использование масла

«Злата Пальма» в комплексной программе реабилитации женщин после мастэктомии (удаление молочной железы).

Масло «Злата Пальма» работает многопрофильно!

Обеими руками за применение масла «Злата Пальма» голосуют и кардиологи, так как это единственный богатый источник токотриенолов (витамины Е), которые способствуют расширению сосудов, предупреждают образование тромбов, снижают риск сердечно-сосудистых заболеваний.

От себя хочу добавить, что масло с уникальным сочетанием витаминов А и Е, которые являются исходным материалом для образования половых гормонов, удивительным образом решает проблемы мужского и женского здоровья, предупреждает и замедляет рост аденомы предстательной железы у мужчин. Без операционного вмешательства женщины избавляются от фибромиомы и мастопатии.

Как врач я могу сказать, что красное пальмовое масло «Злата Пальма» работает многопрофильно! Всего одна столовая ложка масла «Злата Пальма» в день ведет ваш организм к оздоровлению! Поскольку масло «Злата Пальма» – натуральный продукт питания, оно не имеет противопоказаний. Его можно применять беременным женщинам и кормящим матерям, давать детям с первого дня. Употребление масла сочетается с назначенными врачом лекарствами, необходимость в приеме которых постепенно исчезает.

Масло «Злата Пальма» награждено почетной медалью «За вклад в укрепление здоровья нации».

Словом

Люди говорят:

Кушембаева, 55 лет, г. Кемерово

Было варикозное расширение вен. Начали не могла спать из-за сильных болей. Врачи предлагали оперативное вмешательство. В течение 2 месяцев принимаю масло. Вены постепенно подтягиваются, тромбы рассасываются, нормализовался сон.

Глотсва, В.П., 70 лет, г. Белово

У меня с возрастом накопилось много болячек – сильно беспокоило сердце, врачи поставили диагноз – ишемия 2-й степени, стенокардия, очень сильно уставала. По совету соседки попробовала масло «Злата Пальма». Прошла в течение года 4 бутылки – сдала анализы. Сердце без патологии, без генетических изменений – врач сам удивился таким результатам. Слава Богу, что есть такой продукт, который возвращает нам радость жизни.

Лещенко О.И., 47 лет, г. Пенза

Был очень большой геморрой, уже назначали операцию. Начала использовать тампоны с красным пальмовым маслом – через 2 недели геморрой уменьшился до размеров семечки. Операцию отменили.

Анна, 65 лет, г. Новокузнецк

Пью масло «Злата Пальма» по 1 столовой ложке в день. Нормализовалось давление, улучшилось зрение, избавилась от пародонтоза, вышел полип из кишечника.

Береснева В.А., 61 год, г. Калтан

Четыре года назад впервые приобрела красное пальмовое масло «Злата Пальма», тогда еще в городе Новосибирске. С тех пор регулярно употребляю этот замечательный продукт. Прошли все женские заболевания. Делала рентгенографию – желудок пришел в норму. Улучшилось зрение, вижу без очков, похудела, давление пришло в норму, отказалась от таблеток. Ко мне вновь вернулось хорошее настроение и бодрость.

Пильпук Н.Н., 67 лет, г. Гурьевск

Прошла 1 бутылку масла «Злата Пальма». Появилось желание жить, улучшилось общее состояние, пришла бодрость, перестали болеть ноги, суставы. Похудела на 4 кг.

КТО ГАРАНТИРУЕТ ПИЩЕВОЕ И ЦЕЛЕБНОЕ КАЧЕСТВО МАСЛА «ЗЛАТА ПАЛЬМА»

- Швейцарский институт витаминов – всемирно известная международная организация по изучению и анализу витаминов;
- Государственный научно-исследовательский институт витаминов РФ;
- Малазийский научно-исследовательский институт пальмового масла;
- Государственная санитарно-эпидемиологическая служба РФ;
- Российская диабетическая ассоциация;
- Российская ассоциация маммологов;
- Российский антидопинговый центр.

РЕКЛАМА НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ. ИМЕЕТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЕ. ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ ИЛИ ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Бутылка объемом 1100 мл стоит 1950 рублей – ее хватает на 3,5 месяца. Пенсионерам скидка. Цена со скидкой – 1850 рублей.

ВЫСТАВКА-ПРОДАЖА МАСЛА «ЗЛАТА ПАЛЬМА» СОСТОИТСЯ:

12 декабря (среда) с 9 до 10 часов

в ЦДК (пр. Кирова, 25)

ВНИМАНИЕ! ПОДАРКИ!

- При покупке двух бутылок масла 1100 мл. – лечебный крем «Черное золото» стоимостью 450 рублей.
- При покупке трех бутылок масла 1100 мл. – крем-гель от суставной боли стоимостью 550 рублей.

Дополнительная информация по телефонам: 8-923-277-49-45; 8-960-771-07-40.

Уважаемые читатели!

На почтамте и во всех отделениях почтовой связи продолжается подписка на первое полугодие 2013г. на

«Городскую газету»

Стоимость на 6 месяцев - 231 р.96 к.

Скидка 20 % от стоимости услуг почтовой связи предоставляется:
- ветеранам и участникам Великой Отечественной войны;
- инвалидам 1-й и 2-й групп.

Подписку можно оформить и в редакции (здесь же и получать газету). Такая подписка обойдется всего в 100 рублей.



ТРАВЫ ГОРНОГО АЛТАЯ Для вашего здоровья

15 декабря (суббота) с 10 до 12 часов в редакции газеты «Ленинск-ТВ» по адресу: ул. Пушкина, 4,

ТРАВЫ: гриб рейши (трутовик лакированный), 30 г – 200 р. (ослабленный иммунитет, грибковые, вирусные, бактериальные инфекции, доброкачественные и злокачественные опухоли, узловой зоб, мастопатия, заболевания легких, сердечно-сосудистой, нервной систем, печени); **красный, золотой, маралий (левзея) корень, красная щетка, аконит (борец), болиголов - 150 р., софора японская, сабельник, боровая матка, каштан конский, диоскорея кавказская, цетрария и др.** Лапчатка белая, 10 г – 200 р. (курс – 40 г) – лечение щитовидной железы, **Живокость – 120 р.** Морозник (10 г) – 100 р.: очищает организм на клеточном уровне, нормализует обмен веществ, снижает вес.



Гельмицид – 150 р. – 50 капс. (курс – 2 уп.): лечение описторхоза, лямблиоза, аскаридоза, хронического холецистита, гепатита, дискинезии желчевыводящих путей.

Тиофан – 800 р. (20 свечей), 850 р. (30 капсул): доброкачественные новообразования (аденомы, миомы, липомы, фибромиомы, кисты, папилломы), злокачественные опухоли, эндокринные нарушения, бронхиты, туберкулез, сахарный диабет, гепатит и др.

АСД-2 (фракция) – 250 р.: онкозаболевания, заболевания легких (туберкулез), бронхов, почек, печени, гинекология, аллергия, псориаз и др.

Берегиня – 400 р.: мастопатия, миомы, эндометриоз, бесплодие. **Бальзам «Дар женщине» – 170 р.** Прокладки на травах – 150 р., 350 р. **Берег – 400 р.** замедляет рост раковых клеток (онкозаболевания), снижает побочные явления после химиотерапии, облучения.

Нициферол – 500 р., Тюлений жир – 600 р.: сердечно-сосудистые (атеросклероз, ишемия, гипертония, аритмия), сахарный диабет, гепатиты, цирроз печени, аллергии, заболевания бронхов, легких, суставов.

Капли для глаз (экстракт алоэ по Филатову – 550 р., «Хрусталин» – 500 р.), бальзам «Соколин-ный глаз» – 170 р.: при снижении остроты зрения, диабетической ретинопатии, миопии, дистрофии сетчатки, катаракте, патологии зрительного нерва, первичной глаукоме.

Бальзамы «Медведь», «Богатырская сила» – 170 р., кровь из пантов марала («Пантогематоген») – 350 р.: для повышения потенции и мужской силы, аденоме, простатите, умственной и физической усталости, при заболеваниях крови, анемии.

Гинкго Билоба – 150 р.: нарушение мозгового кровообращения, шум в голове, улучшает слух, зрение, память, снижает уровень холестерина.

Каменное масло (белое мумие), 3 г – 250 р., мумие (30 таб.) – 80 р., барсучий, медвежий жир (200 мл) – 350 р., (120 капс.) – 150 р. «Мазь жизни» (суставы, варикоз, травмы, ушибы, ожоги, раны), 150 мл – 250 р. Кремы для лечения суставов, варикоза, грибка, цитовидки – от 100 до 200 р. Пояс «Вулкан» – 350 р.: для снижения веса, при болях в спине, грыже.

НОВИНКА! Свечи с прополисом, облепихой, экстрактами трав «АДОНИС» (10 шт.) – 600 р. – для лечения геморроя, парапроктита, проктосигмоидита, язв и трещин заднего прохода, простатита и снижения половой потенции, эрозии, кольпита и др. гинекологических заболеваний.

Св-во № 0219436, Респ. Алтай.

Телефон для справок: 8-913-484-97-33.

Не является лекарством. Имеются противопоказания. Ознакомьтесь с инструкцией по применению или проконсультируйтесь со специалистом.

Примите к сведению!

В связи с ремонтом будет произведено отключение электроэнергии:

С 11.12 по 18.12.12г.

С 9.00 до 17.00

Пер. Киселевский, 1 – 21, 2 – 28; ул. Чаадаева, 1 – 29, 2 – 36; пер. Чаадаева, 1 – 23, 2 – 24; ул. Бутакова, 1 – 27; ул. Надежная, 2 – 6, 137 – 151; ул. Григорченкова, 136 – 140; пер. Валдайский, 1 – 23, 2 – 24; пер. Чукотский, 1 – 19, 2 – 18.

10.12.2012г.

С 9.00 до 17.00

ул. Демьяновская, 1 – 35, 2 – 6; ул. Днепроvская, 1 – 7, 2 – 22; ул. Лапшиновская, 1 – 35, 2 – 36; ул. Юргинская, 35; пер. Днепроvский.

11.12.2012г.

С 9.00 до 17.00

Ул. Пирогова, 1; ул. Юргинская, 5 – 21; ул. Топкинская, 117 – 135, 102 – 132; ул. Телефонная, 2 – 16; ул. Профсоюзная, 2 – 24, 1 – 35; ул. Абрамцева, 2 – 14, 1 – 15; ул. Кузбасская, 101 – 125, 102 – 114.

12.12.2012г.

С 9.00 до 17.00

Ул. Телефонная, 11; ул. Топкинская, 135 – 151, 134 – 150; ул. Фадеева, 2 – 44, 1 – 73; ул. Кузбасская, 127 – 137, 116 – 130; пер. Кузбасский, 9 – 37, 16 – 24.

14.12.2012г.

С 9.00 до 16.00

Пос. Строительный, 6 – 34, 7 – 39.

17.12.2012г.

С 9.00 до 17.00

Ул. Грамотеинская, 5 – 20а.

18.12.2012г.

С 9.00 до 17.00

Пос. Строительный, 1 – 49, 2 – 50.

ООО «Ленинск-Кузнецкая Электросеть».

ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ!

Постановлением Департамента цен и тарифов Кемеровской области от 29 ноября 2012 г. № 106 «Об установлении тарифа на утилизацию (захоронение) твердых бытовых отходов ООО «Спецавтохозяйство» (г. Ленинск-Кузнецкий)» установлен ООО «Спецавтохозяйство» (г. Ленинск-Кузнецкий, ИНН 4212426863) тариф на утилизацию (захоронение) твердых бытовых отходов на период с 01.01.2013 г. по 31.12.2013 г. в размере 37,93 руб./куб.м (НДС не облагается).

ООО «СибДорСельМаш»

(завод-изготовитель)

Продает погрузчики (КУН)

* ПКУ-0,8 для МТЗ, ЮМЗ, Т-40 – цена 74 т.р.

* ПФ-1 – цена 110 т.р.

* ПЛ-0,4 для Т-25 – цена 44 т.р.

* Отвал бульдозерный. Щетка коммунальная.

* Грабли валковые.

Гидроцилиндры в ассортименте.

Сертифицировано. Доставка недорого.

Тел: 8-902-997-7069; 8-962-798-9459.

Сайт: www.SibDorSelMash.ucoz.ru

ПРИГЛАШАЮТ НА РАБОТУ

МБОУ «СОШ № 37» примет на работу лаборанта, учителей информатики, музыки, ОБЖ, начальных классов, хореографа. Обращаться по телефону: 3-92-82. Администрация.

ПРЕДЛАГАЮТ УСЛУГИ

Водоснабжение. Отопление. Вентиляция. Дома, коттеджи, квартиры. Демонтаж, монтаж водоснабжения, отопления, отопительных приборов. Замена стояков, разводка по квартире. Установка котлов, водосчетчиков, насосов, душевых кабин, водонагревателей, радиаторов. Большой опыт работы. Материал – металл, металлопластик, полипропилен. Качественно. Гарантия. Договор. Расчет наличный, безналичный.

Тел. 8-952-926-2413.

xxx

Замена труб горячего и холодного водоснабжения, канализации. Монтаж автономного отопления в частном секторе. Установка водосчетчиков, душевых кабинок, батарей. Тел. 8-904-370-6955.

ПРОДАМ

земельный участок, 15 соток (с. Подгорное, ул. Центральная, 9). Железное ограждение, колонка, скважина, насаждения, фундамент под баню 4х4. Рядом: остановка, магазин, клуб, сбербанк, почта, речка, лес, дорога полностью – от Ленинска до с. Подгорное – асфальтированная. 120 тыс., торг, рассрочка.

Телефон 8-951-597-8157;

xxx

капитальный гараж, 7 х 5 (у троллейбусного парка). Имеется погреб.

Телефон 8-950-583-4223;

xxx

гараж металлический, 3,5 х 6 (2-й микрорайон, магазин «Гермес»).

Телефон 8-950-583-4223.

ЗДЕСЬ ВАМ ПОМОГУТ

БРОСИТЬ ПИТЬ без кодирования и гипноза (методом КВЧ, лазероблокирования). Пройдя два сеанса, вы избавитесь от алкогольной зависимости.



Прием – с 9.00 до 14.00.

БРОСИТЬ КУРИТЬ – по записи.

В КОРРЕКЦИИ ВЕСА – по записи.

Доктора Вергун О.Н., Вергун С.Н., г. Новокузнецк, ул. Бардина, 10, тел.: (8-384-3) 73-71-82, 73-75-68. Воскресенье – выходной. Имеются противопоказания. Необходима консультация врача.

Лицензия 42-01-000493, выд. 07.06.2007.

Продолжая тему лечения артрозов, сегодня мы поговорим об артрозе коленных суставов (гонартрозе), потому что при лечении именно этого заболевания приходится сталкиваться с громадным количеством диагностических и терапевтических ошибок.

БОЛЕЗНИ СУСТАВОВ: ГОНАРТРОЗ

Гонартроз, как правило, протекает несколько легче, чем коксартроз (артроз тазобедренного сустава), и реже приводит к инвалидности. Чаще других болеют женщины – полные и те, у кого выражено варикозное расширение вен нижних конечностей. При этом гонартроз обычно поражает оба колена, но бывает, что долгое время боли ощущаются только в одном суставе.

Начинается заболевание исподволь, с незначительных болей при ходьбе. Труднее всего больным дается спуск и подъем по лестнице. Иногда боль возникает, если человеку долгое время приходится простоять. При опухании колена (синовите) может нарушаться отток крови и возникает болезненность икр. Особенно сильно «крутит» икры по ночам.

Постепенно сустав деформируется, а боли усиливаются. Уменьшается возможность нормально согнуть ногу. При попытке согнуть колено до упора возникает хруст и резкая боль в

суставе. Кроме того, на третьей стадии болезни пропадают возможность до конца разогнуть, то есть выпрямить ногу. Больной человек все время ходит на слегка согнутых ногах. Часто развивается о-образные искривления ног (ноги колесом), реже – х-образные искривления.

Общая картина болезни и внешний вид суставов в запущенной стадии гонартроза настолько характерны, что поставить правильный диагноз не составляет труда. Однако и привести в порядок сильно деформированные суставы, как правило, уже невозможно. Лечение нужно начинать раньше, но на первых стадиях болезни врачи часто умудряются не заметить гонартроз, да и больные редко обращаются за помощью вовремя. Вдобавок гонартроз нередко сочетается с другими поражениями коленного сустава, например, с менископатией, что осложняет диагностику.

Лечение гонартроза

Артроз, как и многие другие заболевания,

проще предупредить, нежели вылечить, поэтому врачи рекомендуют при первом же «хрусте суставов» и даже незначительной боли при движении обратиться к специалисту и начать профилактику артроза.

Лечение артроза направлено на уменьшение болевого синдрома, улучшение структуры хряща и возвращение подвижности суставу, поэтому оно включает в себя:

прием лекарственных препаратов;
физиопроцедуры во всем их многообразии;

лечебную физкультуру;
соблюдение правил лечебно-охранительного режима (избегать переохлаждения и избыточных физических нагрузок);
санаторно-курортное лечение.

Все вышеперечисленные методы входят в стандарт терапии дегенеративно-дистрофических заболеваний опорно-двигательного аппарата. При этом стоит отметить, что во



многих случаях артроза I–II стадии достаточно одного вида лечения – терапии магнитным полем. Тем более, что современное развитие медицины позволяет использовать бегущее импульсное магнитное поле не только в больнице, но и в домашних условиях, что позволяет проводить длительное систематическое физиолечение, курсами, несколько раз в год. А именно: при артрозах нужно такое многократное регулярное лечение для достижения устойчивой ремиссии. Магнитотерапия – это эффективный и доступный метод, который даже без дополнительных мер способен остановить развитие болезни (на I–II стадии), а на более поздних стадиях облегчить симптомы.

Н. СТИЦЕНКО.
К.м.н., врач-ортопед.

Аппарат бегущего импульсного магнитного поля

АЛМАГ (АЛМАГ-01)



показания к применению
ВСЕ ВИДЫ АРТРОЗА
АРТРИТ
ОСТЕОХОНДРОЗ
ГИПЕРТОНИЯ I-II СТАДИИ и др.

Получите дополнительную информацию на сайтах:
www.radikulitunet.ru; www.almag-01.ru; www.efamed.com
Звоните на телефон завода: 8-800-200-01-13!

*Выпускается с 1995 года.
*Просто включается в розетку и прикладывается к больному месту.
*Автоматически отключается в конце сеанса (22 мин.)
*Клинически испытан.
*Применяется в лечебных учреждениях и домашних условиях.
*Средний срок службы - не менее 5 лет.
*Гарантия на аппарат - 2 года.
*Прилагаются иллюстрированные лечебные методики.

на правах рекламы 16+



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ХРОНИЧЕСКИЙ ПРОСТАТИТ:

ИСТОРИЯ ОБ ОДНОЙ ЛЕКЦИИ



Эта история произошла несколько лет назад в городе Челябинске. У моей подруги есть взрослый сын, у которого были продолжительные проблемы с простатой. Подруга постоянно пыталась помочь сыну: то находила нового врача, то народного целителя. Но, увы, ситуация лучше не становилась. И вот однажды она прочла приглашение на бесплатную просветительскую лекцию врача-уролога. Регалии врача-лектора вызвали у нее доверие. Как ни уговаривала подруга своего сына идти на эту лекцию, он категорически отказался. Тем не менее она решила эту лекцию посетить и за компанию позвала с собой меня.

Лекция проходила в ДК для глухих и слепых. Народу собралось человек сто, почти все мужчины. На сцене стоял врач, показывал схемы на плакате. Когда дошло

дело до новых методов лечения, все сразу встало на свои места – это была реклама некоего лечения с помощью физиотерапии. Сразу захотелось уйти с лекции, и я чуть не утащила подругу домой. Но она слушала заинтересованно и наотрез отказалась уходить.

Лекция, надо сказать, была замечательная, лектор прекрасно владел аудиторией. Доктор сообщил интересную деталь: он сказал, что как практикующий хирург еще три года назад практически 100% больных доброкачественной гиперплазией предстательной железы вынужден был оперировать. Но потом все изменилось кардинально – три года назад он в госпитале стал применять физиолечение, а именно магнитное поле и тепло, параллельно с лекарственными препаратами, которые он обычно

назначал. И поверить сначала просто не мог, когда результаты лечения изменились до невероятности. И сам же пояснил, что проблема не в том, что лекарства применялись плохие, а в том, что они не могут попасть в нужное место. Воспалительный процесс, отек не дают лекарству дойти до цели – предстательной железы. Действие физиотерапии усиливало кровоток именно там, куда надо поступить лекарству, устраняло застой и открывало ему доступ. Доктор подвел итог своей собственной статистикой – за последние три года количество больных, которым он продолжал назначать операцию, сократилось на 70%. Цифра впечатлила всех находящихся в зале. Трудно было ему не верить, ведь это не залетный какой-то лектор, а конкретный врач, которого знают в городе, и он работает в государственной больнице.

Вторая часть лекции состояла из вопросов и ответов. На лекцию почти все пришли с результатами анализов, УЗИ и т.п. Многие вообще принесли свои истории болезни в полном объеме. Доктор рассматривал документы, приседал слушателем, и каждому давал рекомендации – кому надо дообследоваться, кому сменить препараты, кому сменить врача (и такое было).

Некоторым он советовал обязательно лечиться физиотерапией, но не всем, ведь у нее, как и у любого лечения, есть противопо-

урологический ликбез

казания. В конце лекции вопрос задала и моя подруга, обрисовала проблему и в ответ получила приглашение для сына на прием. Когда стало понятно, что время лекции заканчивается, посыпался просто град вопросов.

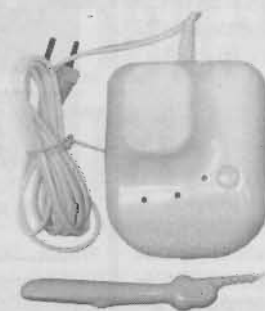
Закончил доктор лекцию, на мой взгляд, просто убойно. Он сказал: «Если каждый здоровый мужик в

возрасте 40 лет начнет хотя бы раз в году проходить профилактический курс физиопроцедур, через 20 лет у нас, урологов, не будет работы!».

Подруга все-таки уговорила сына обратиться к этому доктору. Сын прошел у него лечение магнитным полем, теплом и лекарствами. И болезнь отступила. Теперь подруга убеждает сына заниматься профилактикой. Видимо, та фраза в конце лекции оказала на нее сильное влияние.

В. СОКОЛОВА.

Тепло-магнито-вибромассажное устройство



МАВИТ
(УЛП-01 «ЕЛАТ»)

применяется при лечении
ХРОНИЧЕСКОГО
ПРОСТАТИТА
(в том числе на фоне аденомы предстательной железы)

*Воздействует через стенку прямой кишки на область предстательной железы импульсным магнитным полем, теплом и микровибрацией. *Клинически испытан. *При процедурах не требуется помощь посторонних. *После курса лечения необходимо пройти контрольное обследование.

МАВИТ – портативное устройство для комплексного физиолечения.

Получите дополнительную информацию на сайте:
www.prostatitunet.ru

Звоните на телефон завода: 8-800-200-01-13! Задайте вопрос о возможностях МАВИТА, узнайте – где купить и по какой цене!

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

ЕСЛИ ТЕЛО...ОНЕМЕЛО

советы доктора

Знакома вам ситуация, когда онемела рука или нога? Когда вы отсидели ногу или отлежали руку, ее сводит судорогой, ощущаются «мурашки», покалывание. Это признаки нарушенного кровообращения. При смене позы в норме через несколько минут эти ощущения должны проходить. Но все большее количество людей сейчас обращаются к врачу с жалобами на то, что испытывают длительное или постоянное онемение в руке или ноге.

Онемение конечностей является весьма неприятным ощущением, возникающим при непродолжительном прижатии нерва, когда человеком принимается неудобное положение на некоторое время. Но если смена позы не помогает избавиться от этого ощущения, и оно возникает достаточно часто — это сигнал того, что следует обратиться к доктору. Рассмотрим разные случаи онемения.

Онемение рук

Самой распространенной причиной, по которой возникает онемение рук, считается сжатие нервно-сосудистого пучка соединительной тканью, а также мышцами. Этим пучком выполняется питание и иннервация мышц. Существует семь мест, где может появиться сдавливание. Проведя диагностику, врач может идентифицировать пораженное место и устранить компрессию сосуда или нерва. В случаях, когда онемение конечностей связано с нарушениями в функциях позвоночника, врачом также будет определено место поражения и предприняты действия по его устранению.

Онемение пальцев рук

Онемение пальцев на руках, или синдром запястного канала, до 1980-х годов распространено не было и почти не встречалось. Тем не менее с этого времени начало

стремительно увеличиваться число людей, пользующихся компьютерами. Ежедневная работа с компьютерной клавиатурой является значительным фактором риска в развитии этого синдрома. Но не только люди, связанные с компьютерами, входят в группу риска этого заболевания, к ней относятся и столяры, маляры, швеи, то есть те люди, которым приходится совершать ежедневно однотипные движения кистью руки.

На практике синдром запястного канала возникает, когда после напряжения отекают сухожилия, тем самым сдавливая нерв, отвечающий за чувствительность ладони, среднего, указательного и большого пальцев. Нерв и сухожилия проходят через один и тот же достаточно узкий канал. Такое сдавливание нерва при отеке сухожилия приводит к покалыванию, онемению, а также пульсирующей боли, локализующейся в области пальцев. Боль и другие симптомы данного синдрома зачастую сильнее ощущаются ночью либо под утро. Отсутствие своевременного лечения может стать причиной атрофии мышц, отвечающей за движение большого пальца. В итоге человек не сможет согнуть большой палец, так же, как и сжимать руку в кулак. Большому числу людей в такой ситуации приходится



менять профессию. Статистика показывает, что женщины сильнее подвержены синдрому запястного канала. Наиболее распространенный возраст, в котором возникает заболевание, 40–60 лет.

Онемение ног и пальцев ног

Онемение ног является весьма частым симптомом у людей работоспособного возраста. Данное проявление заболевания вызывает большое число неудобств и беспокойств. В этом случае беспокойство не беспочвенно, так как нарушенная нервная чувствительность — признак серьезной болезни. По статистике, 90 процентов онемений ног вызвано проблемами с позвоночником. Реже возникновение онемения обуславливается системными болезнями, сосудистыми патологиями и сахарным диабетом.

Позвоночник ответственен за множество функций в нашем организме. Нормальное

функционирование ног и рук тоже под ответственностью позвоночника. Для того, чтобы установить причину онемения ног, обязательно нужно обратиться к врачу и пройти обследование. Для уточнения диагноза используют МРТ, рентген поясничного отдела позвоночника, УЗИ, ангиографию.

Чем опасно онемение?

Последствия онемения конечностей могут значительно различаться: от стойкого нарушения функции конечности и вплоть до гангрены. Эти последствия зависят от того, что стало причиной возникновения онемения. Если онемение возникает часто или отмечается продолжительное время (больше суток) — это означает, что работа кровообращения и сосудов в конечностях нарушена.

Онемение и магнитотерапия

Вне зависимости от причины онемения (конечно же, причину обязательно нужно установить и лечить) онемевшей части тела нужно срочно помочь, то есть восстановить в ней нарушенное кровообращение, чтобы не наступили патологические изменения тканей. Хорошую помощь в этом может оказать магнитотерапия.

Особенность магнитного поля заключается в том, что оно усиливает местное кровообращение уже в первые минуты применения. Магнитное поле также эффективно воздействует на нервную ткань, что способствует восстановлению ее проводимости. Воздействие проводится 1–2 раза в день по 10–20 минут непосредственно на онемевший участок: палец, руку, ногу. Курс: 12–18 дней.

М. САФОНОВ.
Врач-терапевт.

Аппарат бегущего импульсного магнитного поля

АЛМАГ
(АЛМАГ-02)

производство

ЕЛАМЕД
32 года



- *Аппарат последнего поколения.
- *Увеличенная площадь воздействия.
- *Несколько типов магнитных излучателей, которыми можно одновременно воздействовать на разные участки.
- *79 программ для лечения.
- *Клинически испытан.
- *Применяется в лечебных учреждениях и домашних условиях.

Получите дополнительную информацию на сайтах:
www.radikulitunet.ru; www.almag-01.ru;
www.elamed.com
Звоните на телефон завода: 8-800-200-01-13.

на правах рекламы 16+

Показания к применению:
ПОЛИАРТРОЗ;
ПОЛИАРТРИТ;
ЛИМФЕДЕМА;
ОСТЕОПОРОЗ;
ПСОРИАЗ;
АТЕРОСКЛЕРОЗ;
ВЕНОЗНАЯ НЕДОСТАТОЧНОСТЬ;
ЗАБОЛЕВАНИЯ ГОЛОВНОГО МОЗГА и др.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

БОЛЕЕ 20 лет Елатомский приборный завод выпускает медицинские физиотерапевтические приборы для лечения хронических заболеваний. Приобрести приборы можно по всей России в розничной сети: аптеках и магазинах «Медтехника».

Если вы решили приобрести физиоприбор, вы можете получить предварительную консультацию непосредственно у специалистов Елатомского приборного завода, позвонив по телефону 8-800-200-0113 (в любое время суток, звонок бесплатный). С нашими специалистами вы сможете: подобрать подходящий аппарат, узнать о ценах и местах продаж в вашей местности.

Вы также можете получить дополнительную информацию о продукции «ЕЛАМЕД», ее качестве, прочитать отзывы потребителей на официальном сайте завода www.elamed.com.

А еще нужный прибор можно заказать наложенным платежом прямо с завода-изготовителя, сделав заявку по телефону 8-800-200-0113 либо оформив заказ письмом по адресу: 391351, Рязанская область, Елатьма, ул. Янина, 25, ОАО «Елатомский приборный завод».

ОГРН 1026200861620

Внимание! Приобретайте физиотерапевтические приборы для домашнего применения: Алмаг-01, Алмаг-02, Мавит (УЛП-01), Фея (УТЛ-01) и др. на выставке-продаже:

**г. Ленинск-Кузнецкий,
11 декабря,
с 10 до 17 часов!**

- * магазин «Медтехника», ул. Суворова, 10,
- * аптечный супермаркет, пр. Ленина, 53/1,
- * аптека «Ирина», пр. Кирова, 47,
- * аптека «Мелодия здоровья», пр. Кирова, 77,
- * «Аптеки Кузбасса», ул. Ломоносова, 1.

В день выставки-продажи предоставляются скидки льготным категориям граждан.

СПЕШИТЕ! ЦЕНЫ ДО ПОДОРОЖАНИЯ!

Тел. представителя: 8-905-947-4247.

Дополнительную информацию по применению и приобретению приборов можно получить на нашем сайте www.elamed.com или по бесплатному тел. завода: 8-800-200-0113. Также можно заказать приборы наложенным платежом, наш адрес: 391351, Ряз. обл., г. Елатьма, ул. Янина-25, (49131)2-21-09. ОГРН 1026200861620

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

14-15 стр. на правах рекламы.

**КРЕДИТНЫЙ СОЮЗ
СОЛИДАРНОСТЬ**

ОГРН 1034212003044 *Основан в 2003 году

СБЕРЕЖЕНИЯ
прогрессивная ставка
до **22%**
ГОДОВЫХ

10 лет
Вашего доверия

**ЗАЙМЫ НА ПОКУПКУ ЖИЛЬЯ
ПОД МАТЕРИНСКИЙ КАПИТАЛ**

ПРОЦЕНТЫ
% - по займам - %
СНИЖЕНЫ !!!

г. Полысаево, ул. Космонавтов, 57, ☎ 2-53-11
г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Кирова, 38, ☎ 7-22-87
г. Ленинск-Кузнецкий, пр. Ленина, 76а, ☎ 3-41-05
пгт: Зеленогорский, Торговый центр, ☎ 2-55-24, 8-951-5-888-928

*Информация для пайщиков кооператива
**Для вступления в паи необходимо обратиться в офисы кооператива

**Поздравляем МОХИРЕВЫХ
Пелагею Васильевну
и Александра Павловича
с золотой свадьбой!**

Нам не скрывать ни чувств,
ни слов высоких,
Пусть сияют нежно, как свечек,
Самые заветные строки -
Вам, родные мама и отец.
Прозвучев сурово, многострунно
В слитке радости, забот, тревог,
Между свадьбой, золотой и юной,
Ваш совместный путь
счастливый лег.
Сердцем и душою голосуем
Мы за наш отцовский крепкий род.
И про вашу свадьбу золотую
Пусть сегодня слышит
весь народ!
Дети и внуки.

САНАТОРИЙ «ЛЕСНОЕ ОЗЕРО»
www.lesnoeozero.ucoz.com

**ОТДЫХ
В СОСНОВОМ БОРУ
на святых источниках
Салаирского края**

- лечебные ванны, подводный душ-массаж
- сухая углекислая ванна;
- медицинский массаж (ручной, механический)
- физиолечение;
- аэрофитотерапия;
- теплотечение;
- кислородный коктейль, фиточай

ЦЕНА ПУТЕВКИ
от **900** рублей
сутки
проживание, питание,
оздоровительные
процедуры

Кемеровская область, Гурьевский район, Лесное озеро,
Тел 923-485-8777, lozero2010@yandex.ru

*подробная информация
по телефону и на сайте. Реклама

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ,
ПОСУДОМОЕЧНЫХ
МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ,
МИКРОВОЛНОВЫХ ПЕЧЕЙ,
ВОДОНАГРЕВАТЕЛЕЙ

ЗАПЧАСТИ
ГАРАНТИЯ
СКИДКИ

**БЕЗ
ВЫХОДНЫХ**

Тел.: 8-983-251-87-28

КУПЛЮ

фарфоровые
статуэтки
советского
периода.

Телефон
8-913-298-4095.

ПРОГНОЗ ПОГОДЫ http://www.rambler.ru

	7 декабря		8 декабря		9 декабря		10 декабря		11 декабря		12 декабря		13 декабря	
	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ	НОЧЬ	ДЕНЬ
Облачность, осадки	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁	☁
Давление, мм	745	741	744	745	743	743	747	747	750	750	749	750	750	751
Т, °C	-14	-10	-17	-16	-16	-16	-20	-22	-26	-25	-27	-26	-29	-27
Влажность, %	74	67	88	84	83	82	85	80	78	73	79	70	77	67
Ветер, м/сек.	Ю-В 3	Ю-В 3	С-З 2	С 1	С 1	С-З 2	С-З 2	С-З 1	3 2	Ю-В 1	Ю-З 2	Ю 2	С-З 2	З 2
Длина дня	7.13		7.11		7.10		7.08		7.06		7.05		7.04	

Прогноз долгосрочный, возможны изменения.

Городская газета

УЧРЕДИТЕЛИ:
Администрация Ленинск-Кузнецкого городского округа и автономное учреждение «Редакция газеты «Городская газета» города Ленинск-Кузнецкого»

Газета основана 1 октября 1930 г.
До 1994 г. выходила под названием «Ленинский шахтер».

Главный редактор: С.Г. БАРАНОВ.

Газета перерегистрирована на Сибирском окружном межрегиональном территориальном управлении Министерства РФ по делам печати, телерадиовещания и средств массовых коммуникаций 28 мая 2003 г. Рег. № 12-1893
Выходит 3 раза в неделю: во вторник, среду, пятницу. Индекс 5115. Тираж 4600

Адрес редакции и издателя:
652500,
г. Ленинск-Кузнецкий
Кемеровской области,
пр. Кирова, 476

Электронный адрес:
gazeta@vlnk.kuzbass.net
Gorodskaz@yandex.ru

Телефоны редакции:
главный редактор – 5-13-45; заместитель главного редактора – 7-04-54; отделы: промышленный – 5-21-93, строительный – 5-20-53, социальной сферы – 5-20-38; бухгалтерия (приём рекламы и объявлений) – 5-14-56.

Авторы опубликованных материалов несут ответственность за достоверность и точность приведенных фактов. Редакция может публиковать статьи в порядке обсуждения, не разделяя точку зрения автора. За содержание рекламных материалов отвечают рекламодатели. Рекламуемые товары и услуги подлежат обязательной сертификации.

Газета отпечатана в ЗАО «ИПТ «Кузбасс», г. Кемерово, пр-т Октябрьский, 28.

Объем 4 п.л. Номер подписан в печать в 17 часов 6.12.2012г.

Печать офсетная.
В розницу - свободная цена.