

ЗАЩИТИТ ОТ РАКА, РАЗГЛАДИТ КОЖУ:

почему нужно есть хреновину



Любителям острой и жгучей еды хорошо знакома приправа с характерным названием хреновина. Ее также называют хренодером, хреновой закуской, или русской аджикой. В состав хреновины могут входить разные ингредиенты. В чем их польза?

Хреновина — традиционное блюдо русской кухни. Готовят хреновину из протертых помидоров и хрена с чесноком. Традиционный классический рецепт хреновины включает только эти ингредиенты. Изначально томаты добавили в хреновину, чтобы они снижали его остроту. Чеснок добавляют в качестве консерванта, чтобы дольше хранилось. В Сибири хреновина считается целебной закуской от всех болезней.

Помидор — против рака простаты. Исследование: 25 февраля 2020 года, 27934 человека. Вы-

вод: употребление продуктов с ликопином уменьшает риск развития рака простаты.

Чеснок — против рака кишечника. Исследование: 21 февраля 2019 г, Китай, 833 пациента. Риск колоректального рака был на 79% ниже у тех, кто регулярно употреблял лук, чеснок и зеленый лук. Механизм: в чесноке содержится аллицин, он является антиоксидантом.

Хрен — для молодости кожи. Хрен содержит 2,3 суточные нормы витамина С.

Исследование: США, 2017 год. Витамин С действует как кофактор для пролин- и лизин-гидроксилаз, которые стабилизируют третичную структуру молекулы коллагена, а также способствует экспрессии гена коллагена.

Также витамин С является мощным антиоксидантом. Он может нейтрализовать и удалить окислители, такие как те, которые содержатся в загрязнителях окружающей среды и после воздействия ультрафиолетового излучения. Эта активность имеет особое значение в эпидермисе, где витамин С сконцентрирован в коже.

Размеренное дыхание, необычные асаны и полное погружение в себя — в чем же польза йоги? Правда ли она может продлить вам жизнь? И чем она ещё полезна для здоровья?

СЕКРЕТ ДОЛГОЛЕТИЯ: КАК ЙОГА ПРОДЛЕВАЕТ ЖИЗНЬ

Начнем с банального: зачем надо заниматься спортом? Даже 20 минут занятий спортом в 70 лет снижает риск смерти от сердечно-сосудистых заболеваний в 80 лет. В Италии в 2022 году вышло новое исследование — если заняться спортом в 70 лет и выполнять по 20-40 минут умеренной интенсивности упражнений, риск смерти от сердечно-сосудистых заболеваний снизится в 2 раза.

Индия — родина йоги, и именно там было проведено исследование, которое доказало, что занятия йогой могут продлить жизнь. Вывод исследования: люди, которые регулярно занимались йогой, имели более активный фермент теломеразу. Благодаря этому замедляется клеточное старение.

*Теломеры — это защитные «колпачки» хромосом, которые предотвращают укорочение хромосом, однако с каждым делением клетки теломеры укорачиваются. Укорочение теломеров приводит к клеточному старению. Фермент теломеразы предотвращает укорочение теломер, защищая клетки от старения.

Причина: занятия йогой повышают активность эндорфинов (химических соединений, которые повышают настроение, улучшают самочувствие), которые способствуют активации теломеразы.

ПОЛЬЗА ЙОГИ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

1) Йога снижает артериальное давление на 11 мм рт.ст.

Исследование: март 2019 года, США, 3517 человек в возрасте от 30 до 70 лет, занятия йогой 3

раза в неделю вызывали снижение САД на 11 мм рт.ст. и ДАД на 6 мм рт.ст.

Почему так происходит? Во время занятий йогой очень важны дыхательные практики — это активирует парасимпатическую нервную систему, которая снижает уровень гормонов стресса и способствует расширению сосудов (благодаря уменьшению влияния адреналина).

2) Занятия йогой уменьшают боль. Исследование: октябрь 2020 года, США, 38 человек с хронической болью, занятия йогой в течение часа 2 раза в неделю в течение 12 недель, уровень боли снизился после занятий йогой (определение уровня боли по визуальной аналоговой шкале).

Почему так происходит? Во время занятий йогой повышается уровень эндорфинов — химических веществ, которые обладают в том числе опиоидоподобными свойствами (то есть обезболивают).

3) Йога снижает тревожность.

Исследование: август 2017 года, Республика Корея, 2 рандомизированных клинических исследования, занятия йогой значительно снижали тревожность и депрессию в экспериментальной группе по сравнению с контрольной группой.

Причина: снижение уровня кортизола (гормона стресса).

Почему так происходит? Во время занятий йогой активируется парасимпатическая нервная система, снижая действия гормонов стресса.

6 ОСНОВНЫХ ПРИЧИН ПОВЫШЕННОГО АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ

По статистике, каждый второй житель Земли гипертоник. Те, кто страдает от повышенного артериального давления, нуждаются в лечении гипотензивными препаратами, но иногда оно не приносит ожидаемого результата.

В этой ситуации врачи говорят о так называемой вторичной гипертензии, возникшей на почве одной из патологий, о которых мы хотим рассказать сегодня.

Нарушение тонуса сосудов. Это тот случай, когда гипертензия считается самостоятельным заболеванием (первичная гипертензия). Обследование пациента, жалующегося на скачки давления, включает проведение электрокардиограммы, клиническое исследование крови и мочи, биохимический анализ крови, а также при необходимости ультразвуковое исследование внутренних органов и рентген грудной клетки. Если в результате обнаружено специфическое нарушение тонуса сосудов, характерное для гипертонической болезни, назначают препараты, поддерживающие артериальное давление на оптимальном уровне. Кроме того, пациенту подбирают диету и режим физических нагрузок, которые позволяют постепенно укрепить стенки сосудов.

Болезни почек. Нарушение работы мочевыводящей системы очень часто становится причиной повышения давления. Это происходит при затрудненном мочеиспускании или тогда, когда почки не справляются со своими функциями. Для гипертензии почечного происхождения характерно образование мягких зон отека на лице, кистях рук и в нижней части ног. Параллельно наблюдаются боль или жжение при мочеиспускании, учащенные позывы с минимальным выделением жидкости. Анализы крови и мочи показывают наличие воспалительного процесса. У мужчин старшего возраста приступы гипертензии могут возникать при обострении простатита. В любом из таких случаев лечение одними только гипотензивными препаратами оказывается малоэффективным. Пациент нуждается в терапии основного недуга.

Гормональные нарушения. Неправильная работа желез внутренней секреции приводит к нарушениям обмена веществ, которые, в свою очередь, вызывают водно-солевой дисбаланс. У больного изменяется со-

став крови, усиливается нагрузка на сосуды. Повышение артериального давления возникает при: болезни Иценко-Кушинга (поражении коры надпочечников, вызывающем избыточное выделение кортизола и АКТГ); феохромоцитоме (доброкачественной опухоли надпочечников, провоцирующей повышенное выделение норадреналина и адреналина); синдроме Конна (опухоль, расположенной в зоне надпочечников, продуцирующей гормон альдостерон); акромегалии (врожденной патологии, сопровождающейся избыточной выработкой так называемого гормона роста); гипертиреозе (повышенном уровне гормонов щитовидной железы); гипотиреозе (недостаточности гормонов щитовидной железы); диабетическом гломерулосклерозе (патологическом изменении почечной ткани, вызванном сахарным диабетом). Каждое из этих состояний имеет характерные признаки, возникающие параллельно с приступами гипертензии.

Прием некоторых лекарств. Любой лекарственный препарат, попадающий в организм, не только создает ожидаемый терапевтический эффект, но и вызывает изменения работы почти всех органов и систем. Некоторые из таких изменений проявляются ухудшением самочувствия. Недаром говорят, что «лекарства одно лечат, а другое калечат». Причиной повышения артериального давления может стать прием нестероидных противовоспалительных средств и лекарств от кашля. Жалобы на приступы гипертензии нередки у людей, принимающих средства для подавления аппетита. Некоторые распространенные лекарства ослабляют терапевтический эффект гипотензивных средств, поэтому гипертоники должны быть внимательными при одновременном приеме препаратов от разных болезней.

Неправильное питание. Список продуктов, способствующих повышению артериального давления, велик. В него входят не только соленые овощи, рыба и сало, но и пища, насыщенная так называемой скрытой солью: копченые колбасы, некоторые виды сыров,

почти все консервы, мясные полуфабрикаты. Очень легко перегрузить организм солью и вызвать застой жидкости, регулярно употребляя чипсы, снеки, сухарики, весьма опасен в этом отношении и фастфуд. Повышение давления провоцируют кофе, пиво, крепкий алкоголь, сладкая газировка, энергетики. Обратный эффект вызывают напитки, имеющие естественный (без добавления синтетических органических кислот) кисловатый вкус: легкое сухое вино, ягодные морсы, чай с лимоном.

Проблемы с позвоночником. Причиной повышения артериального давления могут стать неполадки в верхних отделах позвоночника. Шейный остеохондроз или последствия травм спины часто вызывают повышение мышечного тонуса, что, в свою очередь, приводит к спазму сосудов; страдает кровоснабжение мозга и появляются приступы гипертензии. Основную патологию в этом случае легко обнаружить, сделав рентген позвоночника. Аналогичные проблемы возникают у здоровых людей, вынужденных проводить много времени на неправильно организованном рабочем месте. Обычно это сидячая работа, требующая чрезмерного напряжения мышц шеи и глаз. В такой ситуации давление повышается под вечер и самостоятельно снижается при ночном отдыхе. Первичная (самостоятельная) гипертензия является болезнью взрослых людей. У пациентов в возрасте старше 40 лет она развивается в 90% случаев. В группе от 30 до 39 лет первичная гипертензия диагностируется у 75% больных. Среди гипертоников, не перешагнувших 30-летний рубеж (в том числе среди детей и подростков), пациенты, страдающие первичной гипертензией, почти не встречаются. Согласно нормам, разработанным специалистами Всемирной организации здравоохранения, гипертоником считается человек, давление которого регулярно превышает значения 140/90 мм рт.ст. Впрочем, эти параметры нельзя понимать буквально: особенности каждого организма индивидуальны и показатели «рабочего» (то есть оптимального) давления различаются. В любом случае необходимо быть внимательным к своему здоровью и обращаться к врачу, если давление поднимается внезапно, возникают головокружение, тошнота, неприятная тяжесть в затылке. С такими симптомами шутить нельзя: они могут оказаться признаками стремительно развивающегося нарушения мозгового кровообращения.

Источник: <http://www.neboleem.net/>

СУПЕРВИТАМИН ОТ СТАРЕНИЯ:

как витамин B2 продлевает молодость

Группа ученых из японского университета Кобе обнаружила способность витамина B2 (рибофлавин) предотвращать старение клеток организма, замедляя развитие различных возрастных нарушений.

В ходе эксперимента исследователи подвергали клетки стрессу для ускорения старения. После было добавлено разное количество витамина B2. Оказалось, что витамин B2 может предотвращать старение клеток. Оказавшись внутри них, витамин синтезировался в флавинадениндину-клеотид (ФАД — кофермент), который помогал производить энергию в митохондриях, а также не давал снизиться их активности. А энергия нам необходима для обновления клеток.

КАКОЙ МЕХАНИЗМ?

Известно, что спад выделения энергии в митохондриях вызывает клеточное старение, а ФАД необходим для производства энергии в митохондриях, которая необходима для обновления клеток.

Когда клетка теряет способность к делению, это приводит к клеточному старению — теломеры становятся короче, энергии нет, а это значит, что клетка не делится.

Увеличение митохондриальной активности приводит к деактивации AMPK (фермент) и посылает сигналы белку p53*6, который индуцирует клеточное старение.

Добавление витамина B2 в клетки, подвергшиеся возрастному стрессу, повысило способность митохондрий производить энергию и предотвратило старение клеток.

КАКИЕ ПРОДУКТЫ ЕСТЬ, ЧТОБЫ НЕ СТАРЕТЬ???

- 1) Дрожжи - 322% от с.н. в 100 гр.
По рибофлаvinу (витамин B2) — дрожжи — 3,2
суточные нормы в 100 гр.
- 2) Баранина - 270 % от с.н. в 100 гр.
По рибофлаvinу (витамин B2) — баранина — 2,7
суточные нормы в 100 гр.
- 3) Говядина - 201% от с.н. в 100 гр.
По рибофлаvinу (витамин B2) — говядина — 2
суточные нормы в 100 гр.

Источник <https://www.zdorovieinfo.ru/>

НЕДОСТАТКИ НА ЛИЦО

Очень часто состояние кожи, ногтей, зубов и волос наглядно сигнализирует о том, каких витаминов и минералов не хватает в рационе. Итак, рекомендуем присмотреться к отражению в зеркале



Сухость кожи – витамин E

Витамин E является антиоксидантом, способным связываться с мембраной в различных клетках кожи. Он защищает клетки от повреждения и таким образом поддерживает целостность слоев эпидермиса. Также он способствует восстановлению эпидермального барьера при раздражениях и сухости.

Пигментация на лице – цинк

Цинк ингибирует тирозиназу – фермент, который помогает меланину образовывать пигментные пятна. Документально подтверждено, что пероральный прием цинка влияет на степень пигментации кожи.

«Заеды» – витамины группы B

Хейлит («заеды») возникает, если уголки рта постоянно увлажнены, и при этом имеется нарушение местной иммунной защиты кожи. Наиболее частые причины этого явления – грибковая или бактериальная инфекция, к которым приводит дефицит витаминов группы B, особенно рибофлавина и кобаламина.

Выпадение волос – железо

Гемоглобин приносит кислород не только ко всем внутренним органам, но и к волосам. Недостаток кислорода из-за анемии может повлиять на развитие и формирование волос.

Хрупкие зубы – кальций

Когда организму не хватает кальция, он берет его из внутренних источников, таких как зубы. Это может привести к стоматологическим проблемам, включая кариес и хрупкую эмаль.

Источник

<https://www.zdorovieinfo.ru/exclusive/>

Продолжительность жизни во многом зависит от характера питания: одни продукты способствуют улучшению здоровья, другие могут приводить к развитию заболеваний. Сегодня предлагаем поговорить об орехах.

ОРЕХИ



Грецкие орехи против деменции

В США в 2020 году было проведено исследование, которое показало, что грецкие орехи способны защитить нейроны от разрушения. Антиоксиданты (полифенолы), которые есть в орехах, защищают нейроны от повреждения свободными радикалами и, соответственно, их разрушения. Омега-3 жирные кислоты стабилизируют мембраны нейронов, что улучшает проведение нервных импульсов и работу мозга.

В 100 граммах грецких орехов содержится 1,5 суточные нормы полифенолов и 2 суточные нормы Омега-3.

Грецкие орехи улучшают память

Исследование, проведенное при участии 5662 человек в возрасте от 20 до 59 лет и 5054 человек старше 60 лет, показало, что употребление грецких орехов связано с улучшением усвоения информации. Когнитивные тесты показали, что у потребителей грецких орехов лучше память и скорость познания.

Фундук уменьшает уровень сахара в крови

Существует исследование, которое доказывает, что употребление фундука связано со снижением уровня сахара в крови. Причиной этого является содержание в орехах магния и марганца. Они входят в состав фермента тирозина, который активирует инсулиновые рецепторы и повышает чувствительность тканей к инсулину. Уровень сахара в крови, соответственно, снижается.

В 100 граммах фундука содержится 3 суточные нормы маириганца и 0,5 суточной нормы магния.

Арахис против холестерина

Большой мета-анализ 119 исследований показал, что ниацин (никотиновая кислота), который есть в арахисе, способен снижать уровень «плохого» и повышать уровень «хорошего» холестерина.

В Японии в 2021 году провели исследование, в котором приняли участие 75 000 человек. Оно показало, что употребление арахиса связано со снижением риска инсульта на 16%. В 100 граммах сырого арахиса содержится 116% суточной нормы ниацина.

Источник <https://www.zdorovieinfo.ru/>

Снова полночи смотрели в потолок и вспоминали позорные моменты пятилетней давности? Ничего, мы знаем, как вам помочь.

КАК БЫСТРО УСНУТЬ:

5 рекомендаций учёных

1. Поешьте

Здесь нужна золотая середина: нельзя плотно есть перед сном, но и ложиться голодным тоже не стоит. Некоторые продукты содержат природные релаксанты и вещества, помогающие выработке гомона сна: это банан, молоко, миндаль, овсянка. Ими лучше и перекусить за час-два до отбоя. А вот белок, кофеин, острое, жирное и сладкое будут только мешать – лучше оставьте их до утра.

2. Проветрите комнату

Для того чтобы человек мог уснуть, температура его тела должна немного понизиться. Поэтому в прохладных помещениях мы засыпаем быстрее и спим крепче. Забудьте про тёплые пижамы и открывайте на ночь окно – ночью температура в комнате должна быть примерно на 3 градуса ниже, чем днём.

3. Забудьте про гаджеты как минимум за час до сна

Они излучают особый голубой свет – организм принимает его за дневное освещение и перестаёт вырабатывать гормон сна. А ваш мозг, вместо того, чтобы расслабиться, усиленно обрабатывает новую информацию.

4. Расслабьтесь

Можно принять тёплую ванну, послушать спокойную музыку или помедитировать. А можно попробовать специальные упражнения для засыпания. Например, «4-7-8»

– этот метод разработал доктор медицинских наук и профессор Гарварда Эндрю Вейл. Вот что нужно делать:

- Спокойно вдыхайте через нос в течение 4 секунд;
- Задержите дыхание на 7 секунд;
- Медленно выдыхайте через рот в течение 8 секунд.

Задержка дыхания

с медленным выдохом замедляет сердечный ритм, поэтому вы расслабляетесь и успокаиваетесь. К тому же, вам придётся сосредоточиться на дыхании и постоянно считать – получается своего рода медитация.

- Послушайте белый шум

Тихий монотонный шум помогает уснуть: такие звуки интуитивно воспринимаются как безопасные, расслабляющие. Не важно, что это будет: шум моря, гул поезда или шелест листвы. Некоторые люди даже слушают шкворчание бекона: «засыпательное» видео можно найти на YouTube.

Только не забудьте про вред голубого света. Если вы слушаете шум со смартфона или планшета, положите гаджет экраном вниз или включите специальный ночной режим.



Источник <https://www.zdorovieinfo.ru/>

[illegible]

Сказочный долгожитель	↘		↘		↘						
Взгляд на жизнь		Сладкое кушанье		Крайняя точка Австралии							
Политический «ужас»		«Товарищ» по-английски		Реактивная мощность							
↗					Трасса для скелетона	↗			↘		
Озимь	Прогулка на теплоходе	↖				100 на лампочке		Нулевой уровень шума			
↗			Самый верхний из них - галерка	↗							
Мера для землемера		Символ войны в Англии	↓	Повтор, который можно взять		Скал-невидимка		Глаз Сарумана			
↗				Охотник, ставший созвездием	→						
Диво дивное		У кого кулаки чешутся?	→	↘							
... препирания	→				Его рутина-роды		Японская борьба		Везуха для урки		
							Лузга	Помощник на «Беде»	Титул монарха в Азии		
						↖					
							Хайям	→			



ПРОГРАММА

• республиканское
• кабельное

TV

ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 мая

1 КАНАЛ. СНГ 07:00, 11:50 Новости 07:10, 13:00, 01:50 День Победы. Праздничный канал 12:00 Москва. Красная площадь. Парад, посвященный Дню Победы 20:55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 21:00, 00:10 Т/с «Диверсант. Идеальный штурм» 23:00 Время 03:50 Х/ф «На войне как на войне» 05:15 Х/ф «Перед рассветом» 06:35 Х/ф «Отряд особого назначения»	ПЛОЩАДЬ. ПАРАД. ПОСВЯЩЕННЫЙ ДНЮ ПОБЕДЫ. 13.00 "ДЕНЬ ПОБЕДЫ" 14.00 ВЕСТИ. 14.30 Большой праздничный концерт 16.00 ВЕСТИ. 16.30 БЕССМЕРТНЫЙ ПОЛК. ПРЯМОЙ ЭФИР. 18.20 Фильм "Через прицел". 20.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания. 21.00 Фильм "Через прицел". 22.00 ВЕСТИ. 23.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 23.20 Фильм "Т-34". 02.35 Фильм "Сталинград".	17.05 «Был месяц май» 18.55 «Светлой памяти павших в борьбе против фашизма». 19.00 «Послесловие» 20.40 «Романтика ромansa» 22.25 «Тишина» 01.45 «Цвет жизни. Начало» 02.30 «Пешком...» НТВ-МИР 08.30, 10.15 Т/с «Мухтар. Новый след» 10.00, 11.45, 13.00, 18.00, 21.02 Сегодня 12.00 Москва. Красная площадь. Парад 13.30 Окопная жизнь 14.00, 18.30 Т/с «Омут» 20.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 21.30 Х/ф «Топор. 1944» 23.05 Драма «Алеша»	ДОМ КИНО 06.50 «Ералаш» 07.20 М/ф «Про Федота-стрельца, удалого молодца» 08.30 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк» 10.05 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 2» 11.25 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 3» 12.45 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 4» 14.20 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» 15.30 М/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» 16.55 М/ф «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» 18.20 М/ф «Три богатыря. Ход конём» 19.35 М/ф «Конь Юлий и большие скачки» 20.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма 21.00 М/ф «Три богатыря и	конь на троне» 22.35 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» 23.55 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 01.05 М/ф «Три богатыря и наследница престола» 02.35 М/ф «Три богатыря и Морской Царь» 03.50 Х/ф «Турецкий гамбит» 05.55 Х/ф «Спасибо деду за Победу» REN TV 07.00 Д/п "Засекреченные списки. Самые опасные враги России" 08.40 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк" 10.00, 11.00 М/ф "Добрыня Никитич и Змей Горыныч" 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 11.30, 13.00 М/ф "Алеша	Попович и Тугарин Змей" 12.00 Москва. Красная площадь. Парад, посвященный Дню Победы 13.45, 15.00 М/ф "Илья Муромец и Соловей-Разбойник" 15.30 М/ф "Три богатыря и Шамаханская царица" 16.40 М/ф "Три богатыря на дальних берегах" 17.50, 19.00 М/ф "Три богатыря. Ход конем" 19.30 М/ф "Три богатыря и Морской царь" 20.40, 21.00, 22.00 М/ф "Три богатыря и принцесса Египта" 20.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 22.20 М/ф "Три богатыря и Наследница престола" 23.40, 00.05 М/ф "Конь Юлий	и большие скачки" 00.00 Праздничный салют 01.30 Т/с "Черные бушлаты" 04.45 "Самые шокирующие гипотезы" МИР 06.00 Т/с «Оттепель» 11.00, 17.00 Новости 11.10 Т/с «Петр Первый. Завещание» 15.05, 17.15, 20.05 Т/с «Гардемарины, вперед!» 19.55 Светлой памяти павших в борьбе против фашизма. Минута молчания 20.25 Х/ф «Виват, гардемарины» 22.50, 23.10 Х/ф «Гардемарины III» 23.00 «Праздничный салют» 00.50 Х/ф «Двенадцать стульев» 03.25 Х/ф «Антон Иванович сердится» 04.40 Мультфильмы
---	---	--	--	---	---	--

ВТОРНИК, 10 мая

1 КАНАЛ. СНГ 08:00, 12:00, 14:00, 17:00, 20:00 Новости 08:10, 05:25 Д/с "Россия от края до края" 08:30 Х/ф "Время собирать камни" 10:10 Х/ф "Летят журавли" 12:15 Д/ф "Вольф Мессинг. "Я вижу мысли людей" 13:10, 14:15 Видели видео? 15:35 Д/ф "Наркотики Третьего рейха" 16:30, 17:15 Х/ф "Водитель для Веры" 18:55, 20:20 Т/с "По ту сторону волков" 23:00 Время 23:45 Т/с "Молчание"	00:40 Большая игра 01:40 АнтиФейк 02:20 Д/ф "Булат Окуджава. Надежды маленький оркестрик..." 03:10 Наедине со всеми РОССИЯ РТР 04.50 Фильм "А зори здесь тихие..." 08.00 ВЕСТИ. 08.30 Фильм "Солдатик". 10.00 ВЕСТИ. 11.05 Фильм "Дорогой мой человек" 13.00 ВЕСТИ. 14.15 Фильм "Ни к селу, ни к городу..." 16.00 ВЕСТИ. 17.15 Фильм "Ни	к селу, ни к городу..." Продолжение. 19.00 ВЕСТИ. 20.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 20.20 Фильм "Ни к селу, ни к городу..." - 2". 23.40 Фильм "Злоумышленница". КУЛЬТУРА 06.30 Мультфильмы 07.50 «Приехали на конкурс повара...» 09.05 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным». 09.35 «Чайковский» 12.05 СТРАНА ПТИЦ 12.45 «Добровидение	- 2021» 14.15 «Портрет с дождем» 15.50 Концерт 17.30 «Пешком...» 18.00 «Последние свидетели» 18.55 «Романтика ромansa» 19.50 «Дело №306. Рождение детектива» 20.30 «Дело №306» 21.50 «Спящая красавица» 00.30 «Жуковский» 01.55 СТРАНА ПТИЦ 02.35 М/ф для взрослых НТВ-МИР 02.30 Драма "Дед Морозов" 05.45 Х/ф "Собибор" 07.35 Вторая мировая.	Великая Отечественная 3 ф. Берлинская операция 08.30 Х/ф "Петля" 10.00, 12.00, 18.00, 21.00 Сегодня 10.20 Х/ф "Холодное блюдо" 12.20, 18.20 Т/с "Живая мина" 21.40 Драма "Мамкина звездочка" 01.05 Мелодрама "У ангела ангина" ДОМ КИНО 07.20 «Ералаш» 07.30 М/ф «Волки и овцы. ход свиной» 08.45 М/ф «Три богатыря и Морской Царь»	10.10 М/ф «Три богатыря на дальних берегах» 11.25 М/ф «Три богатыря и наследница престола» 13.00 М/ф «Три богатыря. Ход конём» 14.20 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 15.35 М/ф «Конь Юлий и большие скачки» 17.00 Х/ф «Громкая связь» 18.40 Т/с «Сваты» 01.20 Х/ф «Самый лучший день» 03.15 Х/ф «На море!» 04.55 Х/ф «Бабло» REN TV 07.00 «Самые шоки-	рующие гипотезы» 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 11.00 Х/ф «Красный призрак» 12.40, 15.00, 16.45, 19.00, 21.00, 22.00 Т/с «СМЕРШ» 01.30 «Военная тайна» МИР 06.00, 04.55 Мультфильмы 08.15, 11.10, 17.15 Т/с «Однолюб» 11.00, 17.00 Новости 19.55 Т/с «Волшебник» 03.15 Х/ф «Веселые ребята»
---	--	--	--	--	--	---

СРЕДА, 11 мая

1 КАНАЛ. СНГ 07:00 Доброе утро 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 05:00 Новости 11:20, 01:45 АнтиФейк 12:00 Жить здорово! 12:40, 14:15, 17:15, 20:20, 02:25, 05:05 Информационный канал 23:00 Время 23:45 Т/с "Молчание" 00:45 Большая игра РОССИЯ РТР 04.00 "Утро России". 09.00 "О самом главном" 10.00 ВЕСТИ. 10.30 "60 Минут" 13.00 ВЕСТИ. 13.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 13.55 "Кто против?" 16.00 ВЕСТИ. 16.30 "60 Минут" 19.00 ВЕСТИ. 20.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 20.20 Т/с "Елизавета". 21.20 "Вечер с Владимиром	Соловьевым". 00.00 Т/с "Земский доктор". 01.35 Т/с "Версия". 03.05 ВЕСТИ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ КУЛЬТУРА 06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 «Пешком...» 07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.05 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 07.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.35 «От а до я» 1-я серия 08.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 08.35 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ 08.50 «Гонки по вертикали» 1-я серия 10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 10.15 «Наблюдатель». 11.10 «Владимир Высоцкий. Выступление на телевидении в Грозном»	12.00 «Послесловие» 13.35 95 ЛЕТ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ МАЙИ МЕРКЕЛЬ 14.20 «Куда ведут железные дороги» 15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 15.05 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. КИНО. 15.20 «Библейский сюжет» 15.50 «Белая студия». 16.35 «Гонки по вертикали» 1-я серия 17.40 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН. ИЗБРАННЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ 18.35 «От а до я» 1-я серия 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ. 20.05 «Любовь Мироновна Вовси. «Жизнь была хорошая, но немилосердная» 1-я и 2-я серии 21.05 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 21.50 ВЛАСТЬ ФАКТА. «Бельгия в Европе».	22.35 «Де Голль. Великое и сокровенное» 1-я серия 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 23.50 «Владимир Высоцкий. Выступление на телевидении в Грозном» 00.40 «От а до я» 1-я серия. «Первый алфавит» 01.35 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН. ИЗБРАННЫЕ ПРОИЗВЕДЕНИЯ 02.25 РОМАН В КАМНЕ НТВ-МИР 02.40 Х/ф "Конвой" 05.55 Основано на реальных событиях 08.30 "Утро. Самое лучшее" Утренняя 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 01.35 Сегодня 10.20, 15.25 Чрезвычайное происшествие 10.50, 12.35 Т/с "Морские дьяволы. Северные рубежи"	16.00 Место встречи 18.45 За гранью 19.50 ДНК 22.00 Т/с "Пес-6" 01.50 Х/ф "Второй фронт. Братья по памяти" ДОМ КИНО 06.30 «Ералаш» 07.35 М/ф «Белка и Стрелка. Карибская тайна» 08.50 М/ф «Алеша Попович и Тугарин Змей» 10.15 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч» 11.30 М/ф «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» 12.55 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» 14.20 М/ф «Три богатыря и конь на троне» 16.00 Т/с «Старушки в бегах 2» 19.00 Т/с «Сваты» 01.35 Т/с «Ментовские войны»	REN TV 07.00 «Территория заблуждений» 08.00 Документальный проект 09.00 «С бодрим утром!» 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 11.00 «Военная тайна» 14.00, 18.00, 21.00 «Информационная программа 112» 15.00, 01.30 «Загадки человечества» 16.00 «Невероятно интересные истории» 17.00 Д/п «Засекреченные списки» 19.00, 05.30 «Тайны Чапман» 20.00, 04.40 «Самые шокирующие гипотезы» 22.00 Х/ф «Земное ядро. Бросок в преисподнюю» 00.25 «Смотреть всем!» 02.30 Х/ф «Город воров» МИР 06.00, 05.40 Мультфильмы	мы 08.20 Х/ф «Как Иванушка-дурачок за чудом ходил» 09.55, 11.10 Т/с «Петр Первый. Завещание» 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Новости 14.15, 19.10 «Дела судебные. Деньги верните!» 15.10, 17.15, 03.20 «Дела судебные. Битва за будущее» 16.05, 04.05 «Дела судебные. Новые истории» 18.25 «Мировое соглашение» 20.25, 21.05 «Игра в кино» 21.50, 22.40 «Слабое звено» 23.30 Шоу «Назад в будущее» 00.15 Т/с «Братаны» 04.50, 05.15 «Наше кино. История большой любви»
---	--	---	--	---	--	---

ЧЕТВЕРГ, 12 мая

1 КАНАЛ. СНГ 07:00 Доброе утро 11:00, 14:00, 17:00, 20:00, 05:00 Новости 11:20, 01:45 Анти-	Фейк 12:00 Жить здорово! 12:40, 14:15, 17:15, 20:20, 02:25, 05:05	Информационный канал 23:00 Время 23:45 Т/с «Молчание» 00:45 Большая игра	РОССИЯ РТР 04.00 «Утро России». 09.00 «О самом главном» 10.00 ВЕСТИ. 10.30 «60 Минут» 13.00 ВЕСТИ.	13.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 13.55 «Кто против?» 16.00 ВЕСТИ. 16.30 «60 Минут» 19.00 ВЕСТИ. 20.05 ВЕСТИ. МЕСТ-	НОЕ ВРЕМЯ. 20.20 Т/с «Елизавета». 21.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым».	00.00 Т/с «Земский доктор». 01.35 Т/с «Версия». 03.05 ВЕСТИ-САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
---	---	---	--	--	--	---

В программе телеканалов возможны изменения по независящим от редакции причинам.

ЧЕТВЕРГ, 12 мая

КУЛЬТУРА 06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 «Пешком...» 07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.05 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 07.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.35 «От а до я» 2-я серия. «Как письменность изменила мир» 08.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 08.35 «Первые в мире» 08.50 «Гонки по вертикали» 2-я серия 10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 10.15 «Наблюдатель». 11.10 «За строкй сообщения ТАСС» 12.10 РОМАН В КАМНЕ. «Екатеринбург. Особняк Тупиковых» 12.40 «Де Голль. Великое и сокровенное» 1-я	серия. 13.35 АБСОЛЮТНЫЙ СЛУХ 14.15 РЕПОРТАЖИ ИЗ БУДУЩЕГО. «Власть над климатом» 15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 15.05 НОВОСТИ. ПОДРОБНО. ТЕАТР. 15.20 МОЯ ЛЮБОВЬ - РОССИЯ! 15.45 «2 ВЕРНИК 2» 16.30 «Гонки по вертикали» 2-я серия. 17.40 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН 18.35 «От а до я». 2-я серия. «Как письменность изменила мир» 19.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 19.45 ГЛАВНАЯ РОЛЬ. 20.05 «Любовь Мироновна Вовси. «Жизнь была хорошая, но немилосердная» 3-я и 4-я	серии 21.05 «Белое солнце пустыни» 21.50 «Энигма. Юстус Франц». 22.35 «Де Голль. Великое и сокровенное» 2-я серия 23.20 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ. Карандаш. 23.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 23.50 «За строкй сообщения ТАСС» 00.45 «От а до я». 2-я серия. «Как письменность изменила мир» 01.35 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН 02.30 «Екатеринбург. Особняк Тупиковых» НТВ-МИР 02.40 Т/с «Супруги» 05.55 Х/ф «Чужие крылья»	07.35 Прокурорская проверка 08.30 «Утро. Самое лучшее» Утренняя 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00, 01.35 Сегодня 10.20, 15.25 Чрезвычайное происшествие 10.50, 12.35 Т/с «Морские дьяволы. Северные рубежи» 16.00 Место встречи 18.45 За гранью 19.55 ДНК 22.00 Т/с «Пёс-6» 01.50 Д/ф «Красный флаг над Кишеневом» ДОМ КИНО 06.20 «Ералаш» 07.20 М/ф «Урфин Джюс и его деревянные солдаты»	08.50 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк» 10.25 М/ф «Иван Царевич и Серый Волк 2» 11.45 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 13.00 М/ф «Три богатыря и Морской Царь» 14.25 М/ф «Три богатыря и наследница престола» 16.00 Т/с «Старушки в бегах 2» 19.00 Т/с «Сваты» 01.35 Т/с «Ментовские войны» REN TV 07.00, 08.05 Документальный проект 09.00 "С бодрым утром!" 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 11.00 Д/п "Засекреченные	списки" 13.00 "Как устроен мир" 14.00, 18.00, 21.00 "Информационная программа 112" 15.00, 01.30 "Загадки человечества" 16.00 "Невероятно интересные истории" 17.00 "Неизвестная история" 19.00, 05.15 "Тайны Чапман" 20.00, 04.30 "Самые шокирующие гипотезы" 22.00 Х/ф "Побег из Шоушенка" 02.30 Х/ф "Полет Феникса" МИР 06.00 Мультфильмы 06.40, 11.10 Т/с «Гардемарины, вперед!» 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Новости	11.40 Х/ф «Виват, гардемарины» 14.15, 19.10 «Дела судебные. Деньги верните!» 15.10, 17.15, 03.20 «Дела судебные. Битва за будущее» 16.05 «Дела судебные. Новые истории» 18.25 «Мировое соглашение» 20.25, 21.05 «Игра в кино» 21.50, 22.40 «Слабое звено» 23.30 Шоу «Назад в будущее» 00.15 Т/с «Братаны» 04.05 «Дела судебные. Новые истории» 04.50, 05.15 «Наше кино. История большой любви» 05.40 Х/ф «Вратарь»
---	--	--	---	--	--	---

ПЯТНИЦА, 13 мая

1 КАНАЛ. СНГ 07:00 Доброе утро 11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Новости 11:20 АнтиФейк 12:00 Жить здорово! 12:40, 14:15, 17:15, 02:30 Информационный канал 20:40 Человек и закон 21:40 Поле чудес 23:00 Время 23:45 Т/с «Молчание» 00:45 Х/ф «Один вдох» 06:30 Д/с «Россия от края до края» РОССИЯ РТР 04.00 "Утро России". 09.00 "О самом главном" 10.00 ВЕСТИ. 10.30 "60 Минут" 13.00 ВЕСТИ. 13.30 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 13.55 "Кто против?" 16.00 ВЕСТИ.	16.30 "60 Минут" 19.00 ВЕСТИ. 20.05 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 20.20 "Вечер с Владимиром Соловьевым". 23.00 Фильм "Вопреки судьбе". 00.35 Фильм "Клуб женщин" 03.05 "Искатели" КУЛЬТУРА 06.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 06.35 "Пешком...". 07.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.05 ЛЕГЕНДЫ МИРОВОГО КИНО 07.30 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 07.35 "Возрождение дирижабля" 08.15 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 08.20 "Шри-Ланка. Маунт Лавиния"	08.50 "Гонки по вертикали" 3-я серия 10.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 10.20 "Мнимый больной" 12.40 "Де Голль. Великое и сокровенное" 2-я серия 13.25 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ. Николай Ге. 13.35 ВЛАСТЬ ФАКТА. "Бельгия в Европе". 14.15 "Говорящие коты и другие химеры" 15.00 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 15.05 ПИСЬМА ИЗ ПРОВИНЦИИ 15.35 "Энигма. Юстус Франц". 16.15 "Джоконда". 16.30 "Гонки по вертикали" 3-я серия 17.40 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН 18.45 "Царская ложа". 19.30 НОВОСТИ	КУЛЬТУРЫ 19.45 "В поисках "Русской красавицы" 20.30 ЛИНΙΑ ЖИЗНИ 21.25 "Простая история" 22.55 "2 ВЕРНИК 2" 23.45 НОВОСТИ КУЛЬТУРЫ 00.05 "С пяти до семи" 01.45 АЛЕКСАНДР СКРЯБИН 02.50 М/ф для взрослых НТВ-МИР 02.45 Т/с "Супруги" 06.00 Х/ф "Чужие крылья" 08.30 Т/с "Мухтар. Новый след" 10.00, 12.00, 15.00, 18.00, 21.00 Сегодня 10.20, 15.25 Чрезвычайное происшествие 10.50, 12.35 Т/с "Морские дьяволы. Смерч-2" 14.40 Ты не поверишь! 16.00 Место встречи 18.45, 19.55 ДНК	22.00 Жди меня 22.50 Страна талантов 01.00 Своя правда ДОМ КИНО 06.30 "Ералаш" 07.30 М/ф "Урфин Джюс возвращается" 08.40 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк 3" 10.00 М/ф "Иван Царевич и Серый Волк 4" 11.40 М/ф "Три богатыря на дальних берегах" 12.55 М/ф "Три богатыря и конь на троне" 14.35 М/ф "Конь Юлий и большие скачки" 16.00 Т/с "Старушки в бегах 2" 19.00 Т/с "Сваты" 01.35 Т/с "Ментовские войны" REN TV 07.00, 11.00 Документальный	проект 09.00 "С бодрым утром!" 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 13.00 "Как устроен мир" 14.00, 18.00, 21.00 "Информационная программа 112" 15.00 "Загадки человечества" 16.00, 05.45 "Невероятно интересные истории" 17.00 Д/п "Засекреченные списки" 19.00 "Тайны Чапман" 20.00 "Самые шокирующие гипотезы" 22.00 Х/ф "Волна" 00.00, 01.30 Х/ф "Разлом" 02.30 Х/ф "Во власти стихии" 04.15 Х/ф "Смерти вопреки" МИР 06.00 Х/ф «Вратарь» 06.50, 05.35 Мультфильмы	07.15, 11.20 Т/с «Братаны» 11.00, 14.00, 17.00, 20.00 Новости 11.10 «В гостях у цифры» 14.15 «Дела судебные. Деньги верните!» 15.05, 17.20 «Дела судебные. Битва за будущее» 16.10 «Дела судебные. Новые истории» 18.40 Х/ф «Вий» 20.15 «Слабое звено» 21.05 «Игра в кино» 21.45 «Всемирные игры разума» 22.25 Х/ф «Зимняя вишня» 00.00 Х/ф «Дети понедельника» 01.30 Х/ф «Граф Монте-Кристо» 04.30 Х/ф «Девушка спешит на свидание»
---	--	--	--	--	---	---

СУББОТА, 14 мая

1 КАНАЛ. СНГ 08:00 Доброе утро. Суббота 11:00 Умницы и умники 11:45 Слово пастыря 12:00, 14:00, 17:00, 20:00 Новости 12:15 Д/ф «Вера Алентова. «Как долго я тебя искала...» 13:25, 14:15 Видели видео? 15:50, 17:15 Х/ф «Ширли-мырли» 18:40 Кто хочет стать миллионером? 20:20, 23:35 Х/ф «Без памяти» 23:00 Время 01:00 Х/ф «Как быть хорошей женой» 02:55 Наедине со всеми 05:10 Д/с «Россия от края до края» РОССИЯ РТР 04.00 "Утро России.	Суббота". 07.00 ВЕСТИ. МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. 07.20 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. СУББОТА. 07.35 "По секрету всему свету". 08.00 "Формула еды". 08.25 "Пятеро на одного". 09.10 "Сто к одному". Телеигра. 10.00 ВЕСТИ. 11.15 "Пешком. Другое дело" 11.45 "Доктор Мясников" 12.45 Т/с "Точка кипения". 16.00 ВЕСТИ. 17.00 "Привет, Андрей!" 19.00 ВЕСТИ. 20.00 Фильм "Виктория". 23.15 Фильм "После многих бед". 02.25 Фильм "Не в парнях счастье". КУЛЬТУРА 06.30 «Библейский сюжет».	07.05 Мультфильмы. 07.35 «Простая история» 09.00 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфириным». 09.30 «Коми. От Инты до национального парка Югд ва» 10.10 «Последний дюйм» 11.40 ЧЕРНЫЕ ДЫРЫ. БЕЛЫЕ ПЯТНА. 12.20 СТРАНА ПТИЦ 13.00 «Музеи без границ» 13.30 «Рассказы из русской истории» 14.20 «Живет такой парень» 16.00 «Необъятный Рязанов» 17.45 «Вокзал для двоих» 20.00 ПРЕМЬЕРА. БОЛЬШОЙ ДЖАЗ. 22.00 «Агора» 23.05 «Путешествие» 00.45 СТРАНА ПТИЦ 01.25 ИСКАТЕЛИ 02.10 «Первые в мире»	02.25 М/ф для взрослых НТВ-МИР 02.35 Т/с "Супруги" 05.50 Захар Прилепин. Уроки русского 06.15 Т/с "Хвост" 07.45 Их нравы 08.00 Т/с "Мухтар. Новый след" 09.30 Смотр 10.00, 12.00, 18.00 Сегодня 10.20 Поедем, поедим! 11.20 Едим дома с Юлией Высоцкой 12.20 Главная дорога 13.00 Живая еда 14.00 Квартирный вопрос 15.05 Однажды... 16.05 Своя игра 17.00 Новые документы об НЛО 18.20 Следствие вели... 20.05 По следу монстра 21.00 Центральное	телевидение. 22.15 Ты не поверишь! 00.10 Секрет на миллион 00.55 Международная пирамида 01.35 Квартирник НТВ у Маргулиса ДОМ КИНО 06.30 «Ералаш» 07.20 М/ф «Карлик Нос» 08.40 М/ф «Три богатыря и наследница престола» 10.15 М/ф «Конь Юлий и большие скачки» 11.40 М/ф «Три богатыря и Морской Царь» 13.00 М/ф «Три богатыря. Ход конём» 14.20 М/ф «Три богатыря и принцесса Египта» 15.40 М/ф «Три богатыря и Шамаханская царица» геем Малоземовым. 13.55 Дачный ответ 15.00 НашПотребНадзор 16.05 Своя игра 17.00, 18.20 Следствие вели... 21.00 Итоги недели 22.40 Ты супер! 60+ 01.00 Звёзды сошлись 05.25 Мелодрама «Любить по-русски-2» 06.55 Мелодрама «Любить по-русски-3. Губернатор» ДОМ КИНО 06.40 «Ералаш» 07.20 М/ф «Крепость. Щитом и мечом» 08.30 М/ф «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» 09.50 М/ф «Алёша Попович и Тугарин Змей» 11.20 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч»	17.00 Х/ф «Каникулы строгого режима» 19.00 Т/с «Сваты» 01.40 Х/ф «Я худею» 03.30 Х/ф «30 свиданий» 05.00 Х/ф «Выкрутасы» REN TV 07.00 "Невероятно интересные истории" 09.00 "С бодрым утром!" 10.00 "О вкусной и здоровой пище" 10.30, 14.30, 18.30, 21.30, 01.00 Новости 11.00 "Минтранс" 12.00 Самая полезная программа 13.00, 15.00 "Военная тайна" 16.30 "СОВБЕЗ" 17.30 Документальный спецпроект 19.00 Д/п "Засекреченные списки" 20.00, 22.00 Х/ф "День, когда Земля остановилась"	22.30 Х/ф "День независимости. Возрождение" 00.45, 01.30 Х/ф "Звездный рубез" 02.50 Х/ф "Между мирами" 04.20 Х/ф "Саботаж" 06.00 "Тайны Чапман" МИР 06.00, 07.15, 05.00 Мультфильмы 07.00 «Всё, как у людей» 09.45 «Исторический детектив» 10.10 «Слабое звено» 11.00 «Погода в мире» 11.10 Х/ф «Зимняя вишня» 12.40, 17.15, 20.15 Т/с «Вангелия» 17.00, 20.00 Новости 00.25 Х/ф «Граф Монте-Кристо» 03.25 Х/ф «Сердца четырех»
---	---	---	--	---	---	---

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 мая

1 КАНАЛ. СНГ 08:00, 12:00, 14:00, 17:00, 20:00 Новости 08:10, 05:15 Д/с «Россия от края до края» 08:35 Х/ф «Перекресток» 10:25 Часовой 10:55 Здоровье 12:15 Д/ф «Полет Маргариты» 13:10, 14:15, 17:15, 20:20 Т/с «Мосгаз» 23:00 Время 00:35 Х/ф «Трое» 03:00 Наедине со всеми РОССИЯ РТР 04.20 Фильм "Белые росы" 05.45 "Диалоги о животных. Зоопарк Нижнего Новгорода "Лимпопо". 06.25 "Устами младенца". 07.10 МЕСТНОЕ ВРЕМЯ. ВОСКРЕСЕНЬЕ.	07.45 "Когда все дома с Тимуром Кизяковым". 08.30 "Утренняя почта с Николаем Басковым". 09.10 "Сто к одному" 10.00 ВЕСТИ. 11.45 "Доктор Мясников" 12.45 Т/с "Точка кипения". 16.00 ВЕСТИ. 17.00 ПРЕМЬЕРА. "Песни от всей души" 19.00 ВЕСТИ НЕДЕЛИ. 21.00 МОСКВА. КРЕМЛЬ. ПУТИН. 21.35 "Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым". 00.25 Фильм "Красотка". 02.00 Фильм "Белые росы". КУЛЬТУРА 06.30 Мультфильмы	07.05 "Вокзал для двоих" 09.20 "МЫ - ГРАМОТЕИ!" 10.00 "Ливень" 11.15 НЕВСКИЙ КОВЧЕГ. ТЕОРИЯ НЕВОЗМОЖНОГО 11.40 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 12.20 "Игра в бисер" 13.00 "Музеи без границ" 13.30 "Рассказы из русской истории" 14.20 "Первые в мире" 14.35 ИЛЛЮЗИОН. ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ 16.30 "Картина мира с Михаилом Ковальчуком". 17.10 ЦВЕТ ВРЕМЕНИ 17.25 "Пешком..." 17.55 "Дуга Струве без границ и политики" 18.35 "Романтика ромansa". 19.30 НОВОСТИ	КУЛЬТУРЫ 20.10 "Последний дюйм" 21.35 "Кинескоп" 22.40 Angelina. Friends 23.55 "Живет такой парень" 01.35 ДИАЛОГИ О ЖИВОТНЫХ 02.15 М/ф для взрослых НТВ-МИР 02.50, 02.15 Т/с «Супруги» 06.05 Мелодрама «Любить по-русски» 07.35 Дикий мир 08.00 Т/с «Мухтар. Новый след» 09.30 Простые секреты о красоте и здоровье 10.00, 12.00, 18.00 Сегодня 10.20 У нас выигрывают! 12.20 Первая передача для автомобилистов. 12.55 Чудо техники с Сер-	геем Малоземовым. 13.55 Дачный ответ 15.00 НашПотребНадзор 16.05 Своя игра 17.00, 18.20 Следствие вели... 21.00 Итоги недели 22.40 Ты супер! 60+ 01.00 Звёзды сошлись 05.25 Мелодрама «Любить по-русски-2» 06.55 Мелодрама «Любить по-русски-3. Губернатор» ДОМ КИНО 06.40 «Ералаш» 07.20 М/ф «Крепость. Щитом и мечом» 08.30 М/ф «Илья Муромец и Соловей-Разбойник» 09.50 М/ф «Алёша Попович и Тугарин Змей» 11.20 М/ф «Добрыня Никитич и Змей Горыныч»	12.30 М/ф «Три богатыря на дальних берегах» 13.50 М/ф «Три богатыря и наследница престола» 15.25 М/ф «Три богатыря и конь на троне» 17.00 Х/ф «Призрак» 19.00 Т/с «Сваты» 01.40 Х/ф «Напарник» 03.15 Х/ф «Счастья! Здоровья!» 04.30 Х/ф «О чём молчат девушки» 05.55 Х/ф «Плюс один» REN TV 07.00 "Тайны Чапман" 10.00, 11.00 Х/ф "Пуленепробиваемый монах" 10.30, 14.30, 18.30, 21.30 Новости 12.30 Х/ф "Волна" 15.00 Х/ф "Разлом"	17.00, 19.00 Х/ф "День независимости. Возрождение" 19.50, 22.00 Х/ф "Тихоокеанский рубез" 22.50 Х/ф "Тихоокеанский рубез 2" 01.00 "Добров в эфире" 01.55 "Самые шокирующие гипотезы" 06.25 "Территория заблуждений" МИР 06.00 Мультфильмы 09.15 Х/ф «Вий» 10.30 «ФазендаЛайф» 11.00, 17.00 Новости 11.10 Х/ф «Дети понедельника» 12.40, 17.15, 20.30, 02.00 Т/с «Метод Фрейда» 19.30, 01.00 Вместе 02.35 Т/с «Вангелия»
---	---	---	--	--	--	--

В программе телеканалов возможны изменения по независящим от редакции причинам.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 9 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 «Másele» 06.05 «Ұлы дала ұлағаты-2» 06.35 «Ақиқат пен аңыз» 08.05 «Таусылмас тағзым» 09.00 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «Қазақтың қаһарман қызы» 12.15 «АЛАДДИН». Мультфильм 13.50 «Анаға апарар жол» 16.05 «ҚАҺАРМАН ҚЫЗДАР». 16.30 «Көңіл толқыны» 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 «Атау» 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.20 «Әзіл әлемі»	23.20 «Рахымжан Қошқарбаев». 23.45 «Ұлы жеңіс - ұрпаққа аманат» 00.15 «Ұлы дала ұлағаты-2» 00.45 «Қаһарман қыздар». 01.10 «Жәдігер» ХАБАР 04.00 «Спасти Ленинград» 06.00 «Бауыржан Момышұлы» 08.00 «Әсем әуен» 09.00 «Ратай Сұлтанбеков» 09.45 «28 панфиловцев» 11.45 «Дала қырандары» 14.15 «Әлия Молдағұлова» 15.00 «Шырақшы» / Хранитель/	17.00 «Время возмездия» 19.00 «Ер есімі - ел есінде» 20.35 «Кебенек» 23.00 «Ана туралы баллада» ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТАМАША CITY» 05.50 «ТАМАДА BATTLE» 06.50 «ОТРЯД ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ» 08.15 «ЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ» 10.00 Фильм «БЛИН-ДАЖ» 12.40 Фильм «ОПЕРАЦИЯ «ДЕЗЕРТИР»» 17.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 18.00 «KÖREMİZ» 19.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ»	19.40 «СВЕТЛОЙ ПАМЯТИ ПАВШИХ В БОРЬБЕ ПРОТИВ ФАШИЗМА». МИНУТА МОЛЧАНИЯ 19.45 Фильм «ЛЕТЧИК» 21.40 Фильм «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ» 00.10 «ХИРОМАНТ. ЛИНИИ СУДЕБ» 01.10 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 01.40 «П@УТИНА» 02.25 «ТАМАДА BATTLE» 03.10 «ТАМАША CITY» КТК 06.05 «ДАУ-ДАМАЙСЫЗ» 06.30 «БІР КЕМ ДҮНИЕ» 08.20 «ЮМОРИНА» 10.30 «НЕОТПРАВЛЕННОЕ ПИСЬМО» 14.30 «ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ»	16.30 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 18.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 19.00 "ОЗАТ ОТБАСЫ" 20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ 20.30 "ЗУЛЕЙХА ОТКРывАЕТ ГЛАЗА" 22.30 "СЕСТРЁНКА" 00.10 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 01.00 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 02.30-03.00 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР НТК 06.00 «Разминка» 06.15 «Джеки Чанның оқиғасы» 07.00 «Бүлдір-күлдір» 08.05 «Екі езу» 08.40 «ФИКСИКИ» 08.50 «СМЕШАРИКИ» 09.10 «СОНИК В КИНО» 11.00 «БІР БОЛАЙЫҚ»	15.00 «АКВАМЕН» 17.40 «БАМБЛБИ» 19.50 «ГЕМИНИ» 22.10 «ДЖОН УИК» 00.00 «Опмай, Опмай» 00.40 «Жұлдызды Weekend» 01.20 «Бүлдір-күлдір» 03.00 – 04.00 «Екі езу» АСТАНА 05.00 «Белгісіз жан» 06.00 «Жеңіс әндері» 11.10 «Алдараспан» 14.00 «Место встречи изменить нельзя» 18.25. «Астана кеші көңілді» 20.00 «Қара ниет» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Аким» х/ф	00.45 «Астана кеші көңілді» 02.00 «SaraTimes» 02.50 «Үздік әзілдер» 7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 06.20 Т/с «Московские тайны» 10.20 Х/с «Снег и пепел» 14.20 Т/с «Гадалка» 15.20 Т/с «Дылды» 16.30 Х/с «Женский доктор» 17.30 Х/с «Исправленному верить.Паутина» 21.20 «Шымкент-шоу» 23.00 Т/с «Московские тайны» 01.00 Т/с «Дылды» 01.30 Т/п «Тамаша» 02.30 Т/х «Япырай» 03.00 Т/п «Айна-online» 04.00 Т/п «Қуырдақ»
---	--	--	--	--	---	--

ВТОРНИК, 10 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 «Көңіл толқыны» 06.40 «Анаға апарар жол» 09.00 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «Аладдин». Мультфильм 12.30 Уақыт жолдары» 14.10 «Рахымжан Қошқарбаев» 14.40 Концерт 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 Концерт 20.30 «ОРМАН ИЕСІ» 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.20 «Әзіл әлемі» 23.20 «Қаһарлы күндер» 23.45 «Көңіл толқыны» 00.35 «Жәдігер» 01.00 «Ауылдастар» ХАБАР 04.00 «Шырақшы» /Хра-	нител/ь/ 06.00 «Бауыржан Момышұлы» 08.00 Концерт 09.45 «Время возмездия» 11.45 «Дала қырандары» 14.15 «Хиуаз Доспанова» 15.00 «Дорога к матери» 17.30 «Майдан хаттары» мерекелік 19.00 Қорытынды жаңалықтар 19.30 «Негізінде» 19.35 «Ерекше бақылауда» 19.45 «На особом контроле» 20.00 Итоги дня 20.30 «По сути» 20.35 «Кебенек» 23.00 «Әлия»	ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТАМАША CITY» 05.45 «ТОЙ ЗАКАЗ» 06.10 «П@УТИНА» 07.00 «ТАМАДА BATTLE» 08.00 «ЛУЧШЕ ВСЕХ» 09.30 Фильм «ЖДИ МЕНЯ» 13.30 «QOSLIKE» . Тікелей эфир 17.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 18.00 «KÖREMİZ» 19.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ» 19.40 Фильм «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА» 23.20 «МОЛЧАНИЕ». Многосерийный фильм 00.20 «ХИРОМАНТ. ЛИНИИ СУДЕБ» 01.15 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР»	01.40 «П@УТИНА» 02.25 «ТАМАДА BATTLE» 03.10 «ТАМАША CITY» КТК 06.05 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 06.30 "БІР КЕМ ДҮНИЕ" 08.00 "ОЗАТ ОТБАСЫ" 08.50 НОВОСТИ 09.30 "СЕСТРЁНКА" 11.30 "ЗУЛЕЙХА ОТКРывАЕТ ГЛАЗА" 13.30 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 14.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 16.30 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 18.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 19.00 "ОЗАТ ОТБАСЫ" 20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ 20.30 "ЗУЛЕЙХА ОТКРывАЕТ ГЛАЗА"	22.40 "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ" 00.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 01.20 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 03.00-03.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР НТК 06.00 «Разминка» 06.15 «Джеки Чанның оқиғасы» 07.00 «Бүлдір-күлдір» 08.05 «Екі езу» 08.40 «ФИКСИКИ» 09.00 «СМЕШАРИКИ» 09.20 «МОНСТРЫ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ» 11.00 «БІР БОЛАЙЫҚ» 15.00 «БАМБЛБИ» 17.20 «ГЕМИНИ» 19.30 «МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ» 22.00 «ПОДЛИННАЯ	ИСТОРИЯ БАНДЫ КЕЛЛИ» 00.20 «Опмай, Опмай» 01.00 «Жұлдызды Weekend» 01.40 «Бүлдір-күлдір» 03.00 – 04.00 «Екі езу» АСТАНА 05.00 «Белгісіз жан» 06.00 «Маша и медведь» М/ф 08.00 «Қарындасым, қарлығашым» 10.30 «Томирис» Х/ф 14.00 «Место встречи изменить нельзя» 17.30 «Шымкент шоу» 20.00 «Қара ниет» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Қорғансыз ханшайым» 00.10 «Аким» х/ф 02.00 «Үздік әзілдер»	7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 05.30 Т/х «Серт пен сезім» 06.30 Т/х «Қадам» 07.30 ОЯН, QAZAQSTAN Music 08.00 Т/с «Московские тайны» 12.00 «Шымкент-шоу» 14.20 Т/с «Гадалка» 15.20 Т/с «Дылды» 16.30 Х/с «Женский доктор» 18.30 Х/с «Спасти Веру» 18.00 «Студия 7» 20.30 Т/х «Аппақ келін» 21.30 Т/х «Қадам» 22.20 Т/с «Московские тайны» 00.20 Т/с «Гадалка» 01.00 Т/с «Дылды» 01.30 Т/п «Тамаша» 02.30 Т/х «Япырай» 03.00 Т/п «Айна-online» 04.00 Т/п «Қуырдақ»
--	---	---	---	--	--	--

СРЕДА, 11 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 Деректі фильм 06.00 «ТАҢSHOLPAN». 09.00 AQPAPAT 09.10 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «ЫНТЫМАҚ АУЫЛЫ» 12.00 AQPAPAT 12.10 «Қызық екен...» 12.50 «ТЕЛЕДӘРІГЕР» 14.00 AQPAPAT 14.15 «Ұлт мақтаншы». 14.40 «Ауылдастар» 15.10 «Орман иесі» 16.00 AQPAPAT 16.15 «Қызық екен...» 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 AQPAPAT 19.35 «ASHYQ ALAŃ». 20.30 «ОРМАН ИЕСІ» 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.20 «1001 ТҮН» 23.25 AQPAPAT 00.00 «Ashyq alaŃ» 00.50 «Теледәрігер» 01.55 «Жәдігер»	ХАБАР 04.00 «Дорога к матери» 06.00 «Таңғы хабар» 09.00 «Эффект колибри» 11.00 «Шашу» 12.00 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 14.00 «Бүгін» 15.00 «Жена — не стена» 17.00 «Курьер» 19.00 Қорытынды жаңалықтар 19.30 «Негізінде» 19.35 «Біздің назарда» 20.00 Итоги дня 20.30 «По сути» 20.35 «Кебенек» 21.30 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 23.00 «Сырты бүтін» ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТАМАША CITY» 05.45 «ТОЙ ЗАКАЗ» 06.25 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 07.00 «ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!» 08.00 «ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!»	09.15 Фильм «ДЕД МОРОЗОВ» 13.00 «НОВОСТИ» 13.15 «ЖАҢАЛЫҚТАР» 13.30 «QOSLIKE» 17.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 18.00 «KÖREMİZ» 19.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ» 19.40 Фильм «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА» 23.20 «МОЛЧАНИЕ». Многосерийный фильм 00.20 «ХИРОМАНТ. ЛИНИИ СУДЕБ» 01.15 «НОВОСТИ» 01.30 ЖАҢАЛЫҚТАР» 01.35 «П@УТИНА» 02.20 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 02.50 «ТАМАША CITY» 03.35 «ТОЙ ЗАКАЗ» КТК 06.05 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР	06.30 "БІР КЕМ ДҮНИЕ" 08.00 "ОЗАТ ОТБАСЫ" 08.50 НОВОСТИ 09.30 "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. ОСОБОЕ ЗАДАНИЕ" 11.20 "ЗУЛЕЙХА ОТКРывАЕТ ГЛАЗА" 13.30 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 14.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 16.30 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 18.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 19.00 "ОЗАТ ОТБАСЫ" 20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВОСТИ 20.40 "ЗУЛЕЙХА ОТКРывАЕТ ГЛАЗА" 22.40 "МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. РУБЕЖИ РОДИНЫ" 00.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 01.20 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 02.50-03.20 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР НТК 06.00 «Разминка»	06.15 «Джеки Чанның оқиғасы» 07.00 «Бүлдір-күлдір» 08.05 «Екі езу» 08.40 «ФИКСИКИ» 09.00 «СМЕШАРИКИ» 09.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖЕКИ ЧАНА» 10.00 «МИР НАИЗНАНКУ» 11.00 «БІР БОЛАЙЫҚ» 15.00 «OZMZ ғой» 15.30 «РЕВЮ» 15.35 «МОГУЧИЕ РЕЙНДЖЕРЫ» 18.10 «ОДНАЖДЫ В РОССИИ» 18.30 «МИР НАИЗНАНКУ» 19.30 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА» 21.20 «КАРТОЧНЫЙ ДОЛГ» 23.20 «OZMZ ғой» 23.45 «РЕВЮ» 23.50 «Опмай, Опмай» 00.30 «Жұлдызды Weekend» 01.10 «Бүлдір-күлдір» 03.00 – 04.00 «Екі езу»	АСТАНА 05.00 «Кэбэк» 06.00 «Маша и медведь» М/ф 08.00 «Қарындасым, қарлығашым» 10.20 «Ұлым» 11.10 «Қорғансыз ханшайым» 12.30 «Айтарым бар» 13.30 «Жаңа күн» 14.35 «Келіндер» 16.00 «Кенже» 16.35 «Кішкентай келін» 17.30 «ЕНЕ» 19.00 «Astana times» 20.00 «Әйел тағдыры» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Қорғансыз ханшайым» 00.00 «ЕНЕ» 01.10 «Ұлым» 02.00 «Айтарым бар» 02.45 «Astana times» 03.40 «Келіндер» 7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ»	05.30 Т/х «Серт пен сезім» 06.30 Т/х «Қадам» 07.30 ОЯН, QAZAQSTAN Music 08.20 Т/с «Дылды» 09.00 Х/с «Женский доктор» 10.20 Х/с «Спасти Веру» 12.00 «SanTaram» 13.00 Скetchком «Q-елі» 13.30 Т/х «Зың-зың Күлпәш» 14.20 Т/с «Гадалка» 15.20 Т/с «Дылды» 16.30 Х/с «Женский доктор» 17.30 «Aibat» 18.00 «Студия 7» 18.30 Х/с «Спасти Веру» 20.30 Т/х «Аппақ келін» 21.30 Т/х «Қадам» 22.20 Т/с «Московские тайны» 00.20 Т/с «Гадалка» 00.30 «Aibat» 01.30 Т/п «Тамаша» 02.30 Т/х «Япырай» 03.00 Т/п «Айна-online» 04.00 Т/п «Қуырдақ»
--	--	---	--	--	---	--

ЧЕТВЕРГ, 12 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 AQPAPAT 06.00 «ТАҢSHOLPAN». 09.00 AQPAPAT 09.10 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «ЫНТЫМАҚ АУЫЛЫ» 12.00 AQPAPAT 12.10 «Қызық екен...». 12.50 «ТЕЛЕДӘРІГЕР» 14.00 AQPAPAT	14.15 «Тәуелсіздік тарландары». 14.35 «Ауылдастар». 15.10 «Орман иесі» 16.00 AQPAPAT 16.15 «Қызық екен...» 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 AQPAPAT 19.35 «ASHYQ ALAŃ». 20.30 «ОРМАН ИЕСІ» 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.20 «1001 ТҮН»	23.25 AQPAPAT 00.00 «Ashyq alaŃ» 00.50 «Теледәрігер» 01.55 «Жәдігер» ХАБАР 04.00 «Жена — не стена» 06.00 «Таңғы хабар» 09.00 «Курьер» 11.00 «Шашу» 12.00 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 14.00 «Большая неделя»	15.00 «Проявление» 17.00 «Экстрасенсы» 19.00 Қорытынды жаңалықтар 19.30 «Негізінде» 19.35 «Үкімет» 20.00 Итоги дня 20.30 «По сути» 20.35 «Кебенек» 21.30 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 23.00 «Сырты бүтін»	ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТАМАША CITY» 05.45 «ТОЙ ЗАКАЗ» 06.25 «ЖИТЬ ЗДОРОВО!» 07.00 «ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ, ҚАЗАҚСТАН!» 08.00 «ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!» 09.00 «НА САМОМ ДЕЛЕ» 10.00 «ПУСТЬ ГОВОРЯТ» 11.10 Фильм «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА» 13.00 «НОВОСТИ»	13.15 «ЖАҢАЛЫҚТАР» 13.30 «QOSLIKE» . Тікелей эфир 17.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 18.00 «KÖREMİZ» 19.00 «ГЛАВНЫЕ НОВОСТИ» 19.40 Фильм «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА» 23.20 «МОЛЧАНИЕ». Многосерийный	фильм 00.20 «ХИРОМАНТ. ЛИНИИ СУДЕБ». Заключительная серия 01.15 «НОВОСТИ» 01.30 ЖАҢАЛЫҚТАР» 01.35 «П@УТИНА» 02.20 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 02.50 «ТАМАША CITY» 03.35 «ТОЙ ЗАКАЗ»
---	--	--	---	---	--	---

ЧЕТВЕРГ, 12 мая

КТК 06.05 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 06.30 "БІР КЕМ ДҮНИЕ" 08.00 "OZAT OTBACЫ" 08.50 НОВОСТИ 09.30 "МОРСКИЕ ДЬЯВО-ЛЫ. ОСОБОЕ ЗА-ДАНИЕ" 11.20 "ЗУЛЕЙХА ОТКРЫВА-ЕТ ГЛАЗА" 13.30 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 14.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮ-БОВЬ" 16.30 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 18.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 19.00 "OZAT OTBACЫ"	20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВО-СТИ 20.40 "ЗУЛЕЙХА ОТКРЫВА-ЕТ ГЛАЗА" 22.40 "МОРСКИЕ ДЬЯВО-ЛЫ. РУБЕЖИ РОДИ-НЫ" 00.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮБОВЬ" 01.20 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 02.50-03.20 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР НТК 06.00 «Разминка» 06.15 «Джеки Чанның оқиғасы» 07.00 «Бүлдір-күлдір»	07.30 «РЕВЮ» 07.35 «OZMZ ғой» 08.05 «Екі езу» 08.40 «ФИКСИКИ» 09.00 «СМЕШАРИКИ» 09.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖЕКИ ЧАНА» 10.00 «МИР НАИЗНАНКУ» 11.00 «БІР БОЛАЙЫҚ» 15.00 «OZMZ ғой» 15.30 «РЕВЮ» 15.35 «СРОЧНАЯ ДО-СТАВКА» 17.30 «ОДНАЖДЫ В РОС-СИИ» 18.30 «МИР НАИЗНАНКУ» 19.30 «ПОХИЩЕНИЕ»	21.20 «ПАТРУЛЬНЫЙ» 23.10 «OZMZ ғой» 23.35 «РЕВЮ» 23.40 «Опмай, Опмай» 00.20 «Жұлдызды Weekend» 01.00 «Бүлдір-күлдір» 03.00 – 04.00 «Екі езу» АСТАНА 05.00 «Кэбэк» 06.00 «Маша и медведь» М/ф 08.00 «Қарындасым, қарлығашым» 10.20 «Ұлым» 11.10 «Қорғансыз	ханшайым» 12.30 «Айтарым бар» 13.30 «Жаңа күн» 14.35 «Келіндер» 16.00 «Кенже» 16.35 «Кішкентай келін» 17.30 «ЕНЕ» 19.00 «Astana times» 20.00 «Әйел тағдыры» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Қорғансыз ханшайым» 00.00 «ЕНЕ» 01.10 «Ұлым» 02.00 «Айтарым бар» 02.45 «Astana times»	03.40 «Келіндер» 7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 05.30 Т/х «Серт пен сезім» 06.30 Т/х «Қадам» 07.30 ОЯН, QAZAQSTAN Music 08.20 Т/с «Дылды» 09.00 Х/с «Женский док-тор» 10.20 Х/с «Спасти Веру» 12.00 «SanTaram» 13.00 Скetchком «Q-елі» 13.30 Т/х «Зың-зың Күлпәш» 14.20 Т/с «Гадалка»	15.20 Т/с «Дылды» 16.30 Х/с «Женский док-тор» 17.30 «Aibat» 18.00 «Студия 7» 18.30 Х/с «Спасти Веру» 20.30 Т/х «Аппақ келін» 21.30 Т/х «Қадам» 22.20 Т/х «Ата-ана.Бала-шаға» 23.20 «Aibat» 00.00 «Студия 7» 00.20 Т/с «Гадалка» 01.30 Т/п «Тамаша» 02.30 Т/х «Япырай» 03.00 Т/п «Айна-online» 04.00 Т/п «Қуырдақ»
---	--	---	--	---	---	---

ПЯТНИЦА, 13 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 AQPAPAT 06.00 «TANSHOLPAN». 09.00 AQPAPAT 09.10 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «ЫНТЫМАҚ АУЫ-ЛЫ» 12.00 AQPAPAT 12.10 «Қызық екен...» 12.50 «ТЕЛЕДӘРІГЕР» 14.00 AQPAPAT 14.15 «Шаңырақ» 14.40 «Ауылдастар». 15.10 «Орман иесі» 16.00 AQPAPAT 16.15 «Қызық екен...» 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 AQPAPAT 19.35 «ASHYQ ALAŊ». 20.30 «ОРМАН ИЕСІ» 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.20 «Көңіл толқыны» 23.00 «PARASAT MAIDANҮ» 23.35 AQPAPAT 00.10 «Ashyq alaŋ» 01.00 «Теледәрігер»	02.05 «Жәдігер» ХАБАР 04.00 «Проявление» 06.00 «Таңғы хабар» 09.00 «Экстрасенсы» 11.00 «Шашу» 12.00 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 14.00 «Бүгін» 15.00 «Путешественник. Начало» 17.00 «Бешеные» 19.00 Қорытынды жаңалықтар 19.30 «Негізінде» 19.35 «Үкімет» 20.00 Итоги дня 20.30 «По сути» 20.35 «Кебенек» 21.30 «Құсайыновтар. Өмір жолы» 23.00 «Сырты бүтін» ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТАМАША CITY» 05.45 «ТОЙ ЗАКАЗ» 06.25 «ЖИТЬ ЗДОРО-ВО!» 07.00 «ҚАЙЫРЛЫ ТАҢ,	ҚАЗАҚСТАН!» 08.00 «ДОБРОЕ УТРО, КАЗАХСТАН!» 09.00 «НА САМОМ ДЕЛЕ» 10.00 «ПУСТЬ ГОВО-РЯТ» 11.10 Фильм «БОЕВАЯ ЕДИНИЧКА» 13.00 «НОВОСТИ» 13.15 «ЖАҢАЛЫҚТАР» 13.30 «QOSLIKE» 17.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 18.00 «KÖREMİZ» 19.00 «ГЛАВНЫЕ НОВО-СТИ» 19.40 «ПОЛЕ ЧУДЕС» 21.00 «НЕВСКИЙ. ТЕНЬ АРХИТЕКТОРА». Заключительные серии 00.30 «МОЛЧАНИЕ». За-ключительная серия 01.15 «НОВОСТИ» 01.30 ЖАҢАЛЫҚТАР» 01.45 «П@УТИНА» 02.30 «БАСТЫ ЖАҢАЛЫҚТАР» 03.00 «ТАМАША CITY»	03.45 «ТОЙ ЗАКАЗ» КТК 06.05 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 06.30 "БІР КЕМ ДҮНИЕ" 08.00 "OZAT OTBACЫ" 08.50 НОВОСТИ 09.30 "МОРСКИЕ ДЬЯВО-ЛЫ. ОСОБОЕ ЗА-ДАНИЕ" 11.20 "ЗУЛЕЙХА ОТКРЫ-ВАЕТ ГЛАЗА" 13.30 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 14.30 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮ-БОВЬ" 16.30 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 18.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР 19.00 "ДАУ-ДАМАЙСЫЗ" 19.35 "КТКweb" 20.00 ВЕЧЕРНИЕ НОВО-СТИ 20.40 "ДОКТОР УЛИТКА" (1-4 серии). 00.15 "ВЕРНИ МОЮ ЛЮ-БОВЬ" 01.05 "МҰНДЫ ЫЗҒАР" 02.35 "ДАУ-ДАМАЙСЫЗ"	03.00-03.30 КЕШКІ ЖАҢАЛЫҚТАР НТК 06.00 «Разминка» 06.15 «Джеки Чанның оқиғасы» 07.00 «Бүлдір-күлдір» 07.30 «РЕВЮ» 07.35 «OZMZ ғой» 08.05 «Екі езу» 08.40 «ФИКСИКИ» 09.00 «СМЕШАРИКИ» 09.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ДЖЕКИ ЧАНА» 10.00 «МИР НАИЗНАН-КУ» 11.00 «БІР БОЛАЙЫҚ» 15.00 «ПИНОККИО» 17.30 «ПОХИЩЕНИЕ» 19.15 «ОДНАЖДЫ В РОССИИ» 20.00 «Одна НОЧЬ В БАНГКОКЕ» 22.00 «АННА» 00.00 «Опмай, Опмай» 00.40 «Жұлдызды Weekend» 01.20 «Бүлдір-күлдір» 03.00 – 04.00 «Екі езу»	АСТАНА 05.00 «Кэбэк» 06.00 «Маша и медведь» М/ф 07.00 «Қарындасым, қарлығашым» 10.20 «Ұлым» 11.10 «Қорғансыз ханшай-ым» 12.30 «Айтарым бар» 13.30 «Жаңа күн» 14.35 «Келіндер» 16.00 «Кенже» 16.35 «Кішкентай келін» 17.30 «ЕНЕ» 19.00 «Astana times» 20.00 «Әйел тағдыры» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Қорғансыз хан-шайым» 00.00 «ЕНЕ» 01.10 «Ұлым» 02.00 «Айтарым бар» 02.45 «Astana times» 03.40 «Келіндер» 7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 05.30 Т/х «Серт пен	сезім» 06.30 Т/х «Қадам» 07.30 ОЯН, QAZAQSTAN Music 08.20 Т/с «Дылды» 09.00 Х/с «Женский док-тор» 10.20 Х/с «Спасти Веру» 12.00 «SanTaram» 13.00 Скetchком «Q-елі» 13.30 Т/х «Зың-зың Күлпәш» 14.20 Т/с «Гадалка» 15.20 Т/с «Дылды» 16.30 Х/с «Женский док-тор» 17.30 «Aibat» 18.00 «Студия 7» 18.30 Х/с «Спасти Веру» 20.30 Т/х «Аппақ келін» 21.30 Т/х «Қадам» 22.20 Т/х «Ата-ана.Бала-шаға» 23.20 «Aibat» 00.00 «Студия 7» 00.20 Т/с «Гадалка» 01.30 Т/п «Тамаша» 02.30 Т/х «Япырай» 03.00 Т/п «Айна-online» 04.00 Т/п «Қуырдақ»
--	---	---	--	--	--	---

СУББОТА, 14 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.30 AQPAPAT 06.05 «Дәуір даналары». 06.50 «ҚАЗАҚТАР» 07.25 «Зинһар» 08.10 «Көңіл толқыны» 09.00 «Гүлдер құпиясы». 11.00 «Qazaqstan дауысы. Балалар» 13.00 «Ән мен әнші» 15.20 «РАЛЬФ». Мультфильм 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 AQPAPAT 19.20 «MÁSELE» 20.00 «QAZAQSTAN ДАУ-ЫСЫ. БАЛАЛАР» 21.40 «ЖАТ МЕКЕН» 22.40 «Көңілашар» 23.40 AQPAPAT 00.00 «Зинһар» 00.40 «Másele»	01.20 «Күй-керуен» 01.50 «Жәдігер» ХАБАР 04.00 «Путешественник. Начало» 06.00 «Көршілер» 07.45 «Өзін-өзі тану» 08.00 «XXI ғасыр көшбасшысы» 09.15 «Tangy fresh» 10.00 Кино 12.00 «Шашу» 15.00 «Больше, чем кино» 17.00 Хит жазамыз 18.15 Тұсаукесер! «Ма-ска» 2 маусым 20.00 «7 күн» 21.00 «Отдел журналист-ских расследований. Ближе к делу.» 22.30 «Кебенек» ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТОЙ БАЗАР»	06.30 «ТОЙ ЗАКАЗ» 07.00 «П@УТИНА» 07.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ» 09.45 Фильм «ВРЕМЯ ДЛЯ ДВОИХ» 13.30 Фильм «РЫСЬ» 17.00 «АЙНА» 18.00 Фильм «АЛЕКСАНДРА И АЛЕША» 19.50 «ДИВЕРСАНТ. ИДЕАЛЬНЫЙ ШТУРМ» 00.05 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК 3. ВРАГ В ОТРАЖЕНИИ» 02.25 «П@УТИНА» 03.10 «ТОЙ ЗАКАЗ» КТК 06.05 "МЕРЕКЕЛІК КОН-ЦЕРТ" 06.20 "СУДАҒЫ ІЗ"	07.10 "КӨҢІЛДІ ОТБАСЫ" 08.00 "КТКWEB" 08.20 НОВОСТИ 09.00 "БЕЗ ФИЛЬТРОВ" 10.00 "СМЕЯТСЯ РАЗРЕ-ШАЕТСЯ" 11.00 "ДОКТОР УЛИТКА" 14.50 "ПЕРЗЕНТ" 16.20 "ШАНШАР" 19.00 "AQ МАМА" 20.00 "БОЛЬШИЕ НОВО-СТИ" 21.00 "ПРЕКРАСНЫЕ СОЗДАНИЯ" (1-4 СЕРИЯ). 00.30 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 01.10 "ПЕРЗЕНТ" 02.20-03.10 "КӨҢІЛДІ ОТ-БАСЫ" НТК 06.00 «Бүлдір-күлдір» 07.30 «Жұлдызды Weekend»	08.20 «ТІК ТОҚ» 08.40 «Екі езу» 09.00 «ФИКСИКИ» 09.15 «СМЕШАРИКИ» 09.35 «ПИНОККИО» 12.10 «ХРАНИТЕЛИ СНОВ» 14.00 «СӨНДІ АЛМАС» 19.00 «БЭТМЕН ПРОТИВ СУПЕРМЕНА: НА ЗАРЕ СПРАВЕДЛИ-ВОСТИ» 21.50 «ПЭНТХАУС С ВИ-ДОМ НА СЕВЕР» 23.30 «СУДНАЯ НОЧЬ» 00.45 «САН САУАЛ» 01.30 «ЕҢ КҮЛКІЛІ ӨРТИСТЕР» 02.10 «ОПМАЙ, ОПМАЙ» 02.50 «Екі езу» 03.20 – 04.00 «Бүлдір-күлдір» АСТАНА 05.00 «Кэбэк»	06.00 «Маша и медведь» М/ф 08.00 «Қарындасым, қарлығашым» 10.20 «Ұлым» 11.20 «Күлпаштің хикая-лары» 17.45 «Ду-думан» шоу 19.00. «Астана кеші көңілді» 20.00 «Әйел тағдыры» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Каникулы в Тай-ланде» х/ф 00.10 «Астана кеші көңілді» 01.00 Шоу «Ду-думан» 02.00 «Үздік әзілдер» 7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 05.30 Т/п «Гу-гулет»	06.00 Т/х «Япырай» 06.30 Т/п «Құтты қоңақ» 07.00 Т/п «Саяхат тандырыл маған дықтарыңыздан» 08.00 Т/п «Орёл и решка» 10.00 Х/с «Исправленно-му верить. Паутина» 14.00 «Моя игра» 14.30 Т/х «Ата-ана.Бала-шаға» 15.20 Т/х «Пизнесмен Қанат» 16.50 Т/х «Зың-зың Күлпәш» 18.30 Т/х «Аппақ келін» 20.00 Шоу «Маска» 23.00 Х/ф «Мой шпион» 00.00 Т/х «Зың-зың Күлпәш» 02.30 Jaidarman 03.15 Скetchком «Q-елі» 04.10 Т/п «Қуырдақ»
--	---	--	---	--	---	--

ВОСКРЕСЕНЬЕ, 15 мая

«QAZAQSTAN» 05.00 Әнұран 05.05 «Жәдігер» 05.25 AQPAPAT 05.45 «Күміс көмей» 06.25 «Talrup» 07.00 «AQSAҮҮТ» 07.25 «Сағындырған әндер-ай» 09.00 «Гүлдер құпиясы» 11.00 «Qazaqstan дауы-сы. Балалар». 13.00 «Ральф». Мультфильм 14.45 Концерт 16.25 «КҮЙ-КЕРУЕН» 17.00 «ГҮЛДЕР ҚҰПИЯСЫ» 19.00 «АРТА» 19.40 ДЕРЕКТІ ФИЛЬМ 20.05 Нұрболат Абдуллиннің концерті 21.25 «ЖАТ МЕКЕН» 22.25 «Әзіл әлемі»	23.40 «Апта» 00.30 ДЕРЕКТІ ФИЛЬМ 00.55 «Aqsaуyt» 01.15 «Күміс көмей» 02.00 «Жәдігер» ХАБАР 04.00 «Больше, чем кино» 06.00 «Көршілер» 07.45 «Самопознание» 08.00 Концерт 10.00 Кино 12.00 «Шашу» 13.00 «Маска» 2 маусым 15.00 «Свадьба на тро-их» 17.00 «Человек ноября» 19.00 Хит жазамыз 20.00 «7 күн» 21.00 «Большая неделя» 22.30 «Кебенек» ЕВРАЗИЯ 05.00 «ТОЙ БАЗАР»	06.30 «ТОЙ ЗАКАЗ» 07.00 «П@УТИНА» 07.55 «ВОСКРЕСНЫЕ БЕСЕДЫ» 08.10 Фильм «ЧАСЫ С КУКУШКОЙ» 11.50 Фильм «АЛЕКСАН-ДРА И АЛЕША» 13.40 «ДИВЕРСАНТ. ИДЕАЛЬНЫЙ ШТУРМ» 17.55 «ДОБРЫЙ ВЕЧЕР, КАЗАХСТАН!» 19.00 «ГРАНИ» 20.00 Фильм «БЕЗ ПА-МЯТИ» 00.00 «ЧТО? ГДЕ? КОГ-ДА?» 01.00 «П@УТИНА» 01.45 «ТОЙ БАЗАР» 03.15 «ТОЙ ЗАКАЗ» КТК 06.05 "МЕРЕКЕЛІК КОН-ЦЕРТ"	06.50 "ЭНДЕР МЕН ЖЫЛ-ДАР" 09.00 "ЮМОРИНА" 11.20 "ПРЕКРАСНЫЕ СОЗДАНИЯ" 15.10 "АРМАН" 16.30 "ЭНДЕР МЕН ЖЫЛ-ДАР" 19.00 "AQ МАМА" 20.00 "ПОРТРЕТ НЕ-ДЕЛИ" 21.00 "ЛЮБОВЬ КАК МО-ТИВ" 22.40 "САМЫЙ ЛУЧШИЙ МУЖ" 01.00 "АРМАН" 02.10-03.10 "МЕРЕКЕЛІК КОНЦЕРТ" НТК 06.00 «Бүлдір-күлдір» 07.30 «Жұлдызды Weekend» 08.20 «ТІК ТОҚ» 08.40 «Екі езу»	09.00 «СМЕШАРИКИ» 09.15 «ХРАНИТЕЛИ СНОВ» 11.00 «ПУШИСТЫЙ ШПИОН» 12.40 «БЭТМЕН ПРОТИВ СУПЕРМЕНА: НА ЗАРЕ СПРАВЕДЛИ-ВОСТИ» 15.40 «ПЭНТХАУС С ВИ-ДОМ НА СЕВЕР» 17.30 «ДОСТЫҚ 99» 18.00 «ҚЫЗЫҚ LIVE» 19.00 «CENTRAL ASIA`S GOT TALENT» 2 сезон 21.00 «МОТЫЛЁК» 23.30 «ЛОГОВО МОН-СТРА» 01.10 «САН САУАЛ» 01.50 «ЕҢ КҮЛКІЛІ ӨРТИСТЕР» 02.30 «ОПМАЙ, ОПМАЙ» 03.10 «Екі езу» 03.20 – 04.00 «Бүлдір-	күлдір» АСТАНА 05.00 «Кэбэк» 06.00 «Маша и медведь» М/ф 08.20 «Қарындасым, қарлығашым» 10.20 «Ұлым» 11.20 «БАС Лига КВН» - Фестиваль 2022 1/8 финала 13.40 «Алдараспан» 17.00. «Каникулы в Тай-ланде» х/ф 19.00 «SagarTimes» 20.00 «Әйел тағдыры» 20.55 «Қарындасым, қарлығашым» 22.50 «Кенже» х/ф 00.30 «БАС Лига КВН» - Фестиваль 2022 1/8 финала 02.00 «Үздік әзілдер»	7 КАНАЛ 05.00 Т/п «Қуырдақ» 05.30 Т/п «Гу-гулет» 06.00 Т/х «Япырай» 06.30 Т/п «Құтты қоңақ» 07.00 Jaidarman 08.00 Шоу «Маска» 11.00 Х/ф «Хоббит. Битва пяти воинств» 14.00 Т/п «Саяхат тандырыл маған дықтарыңыздан» 15.00 Т/х «Ата-ана.Бала-шаға» 15.30 Т/х «Пизнесмен Қанат» 17.00 Салем, Қазақстан! 18.30 Т/х «Аппақ келін» 20.00 Х/с «Сильная жен-щина» 00.20 Х/ф «Мой шпион» 02.20 Jaidarman 03.00 Скetchком «Q-елі» 04.10 Т/п «Қуырдақ»
--	--	---	---	--	--	---

**Продается двухкомнатная
квартира,
район Циолковского во
дворе СШ №5, СШ №9,
3/5 эт. , панельный дом ,
площадь 45.5 кв. м.,
с ремонтом, сан. тех. новая,
трубы тоже.**

**С улицы квартира утеплена,
балкон застеклен, потолки
натяжные комнаты
изолированы**

Цена 15 000 000

Тел. 23-33-63

Сот. +770-55-903-140

ТОО
«Этно-туристический
центр «SAYAT»
Напоминает жителям
г. Уральск
об обязательном
соблюдении
правил
пожарной
безопасности
и санитарных
правил в лесу

**Опытный
МАССАЖИСТ
делает массаж
на дому у клиента.
Массаж лечебный
и после инсульта.
Сот. 8-705-14-307-58**

**Ремонт холодильников,
морозильников, кондиционеров,
стиральных и посудомоечных
машин, водонагревателей,
бойлеров, титанов,
микроволновых СВЧ печей,
термополов, вытяжек,
мясорубок, миксеров,
блендеров, пароварок,
мультиварок, компьютеров,
ноутбуков, планшетов.
Оригинальные запчасти в
наличие и на заказ.
8-747-604-77-48.**

УСЛУГИ

**Все виды
сантехнических работ:
замена водопровода
(полипропилен,
металлопласт),
замена канализации на
ПВХ, установка водомеров,
стиральных машин,
водонагревателей,
смесителей, раковин и т.д.
Качество гарантирую.
21-32-35, 8-707-606-90-77,
8-705-170-88-24.**

«Ходунки – роллатор»
производство Германия,
для взрослых в хорошем
состоянии служит
для передвижения в
помещении, на улице.
Ходить за продуктами.
Тел. 54-83-77,
сот. 8-777-142-44-17

ОБЪЯВЛЕНИЕ

ТОО «Тумар Орал» проводит общественные слушания посредством публичных обсуждений Проекта нормативов ПДВ загрязняющих веществ.

С пакетом проектной документации можно ознакомиться на Едином экологическом портале <https://ecportal.kz/> и на сайт «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования по ЗКО» <https://www.gov.kz/memleket/entities/bko-zher-paidalanuy?lang=ru>.

Публичные обсуждения состоятся с 13.05.2022г. по 20.05.2022 г. на сайте Единый Экологический портал.

Все замечания и предложения принимаются на Едином Экологическом портале. По истечении данного срока замечания и предложения не принимаются.

Инициатор – ТОО «Тумар Орал», ЗКО г.Уральск, ул. Некрасова 29/1А тел.: 8(775)4132434.

Разработчик проектной документации ИП «Экопроект»,
ИИН: 810614400436, г. Уральск, ул. Некрасова 29/1А,
оф. 17, тел.: 8 (7112) 514430.

Можно получить дополнительную информацию о намечаемой деятельности, при проведении публичных слушания, а также запросить копии документов, относящихся к намечаемой деятельности по электронному адресу patimacaid@mail.ru или по тел.8/7112/514430 и 87754132434).

МИО ответственный за обеспечение доступа общественности к информации о проведении общественных слушаний - ГУ «Управление природных ресурсов и регулирования природопользования по ЗКО» - главный специалист Койшекенова Жадыра Аманжоловна, электронный адрес: zh.koishekenova@bko.gov.kz и телефон 8/7112/24-41-11, 24-41-06.

ХАБАРЛАНДЫРУ

«Тумар Орал» ЖШС атмосфералық ауаға шектеулі рай-
алы шығарындылар жобасына көпшілік талқылау арқылы
қоғамдық тыңдаулар өткізеді.

Жобалық құжаттама пакетімен бірыңғай экологиялық порталда <https://ecoportal.kz/> және «Батыс – Қазақстан облысының Табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы» ММ сайтында <https://www.gov.kz/memleket/entities/bko-zher-paidalanuy?lang=ru> танысуға болады.

Көпшілік талқылау 13.05.2022 ж. мен 20.05.2022 ж. аралығында Бірыңғай Экологиялық Портал сайтында өтеді.

Барлық ескертулер мен ұсыныстар бірыңғай экологиялық порталда қабылданады.

Бастамашы – «Тумар Орал» ЖШС, БҚО Орал қ., ул. Некрасова 29/1А тел.: 8(775)4132434.

Жобалық құжаттаманы әзірлеуші «Экопроект» ЖК, ЖСН:
810614400436, Орал қ, Некрасов көшесі, 29/1А үй, 17 офісі,
тел.: 8 (7112) 514430.

Порталға сілтеме: <https://ecoportal.kz> <https://www.gov.kz/memleket/entities/bko-zher-paidalanuv?lang=ru>

Қоғамдық тыңдаулар өткізу кезінде межеленіп отырған қызмет туралы қосымша ақпарат алуға, сондай-ақ межеленіп отырған қызметке қатысты құжаттардың көшірмелерін e-mail: patimacaid@mail.ru немесе тел.8/7112/514430 и 87754132434 алуға болады.

ЖАО жұртшылықтың қоғамдық тыңдауларды өткізу туралы акпаратқа қол жеткізуді қамтамасыз етуге жауапты – « Батыс – Қазақстан облысының Табиғи ресурстар және табиғат пайдалануды реттеу басқармасы « ММ - бас маманы Койшекенова Жадыра Аманжоловна, электрондық мекенжайы: zh.koishekenova@bko.gov.kz телефоны 8/7112/24-41-11, 24-41-06.

**Куплю
автомашины
российских
и зарубежных марок
в аварийном
состоянии и на разбор.
Сот. 8 705-26-761-94,
8 701-849-53-05**

КУПОН БЕСПЛАТНОГО ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ

ФИО клиента:

Тел. клиента:

(Данные о клиенте в газете не публикуются)

[illegible]

Рубрики для бесплатного объявления: Работа, Продажа, Купля, Находка, Сдам, Отдам в хорошие руки. Услуги. Требуется. Находка.

Надежда

Купон принимается
в редакции по адресу:
г. Уральск, ул. Д. Нурпеисовой, 15/1

Купон используется только раз
для публикации в газете
одного объявления.

