



Как распознать инсульт  
– стр. 2

К 75-летию Тюменской  
области – стр. 3

Программа  
телепередач – стр. 4-5

## Актуально!



Агроном Владимир Артюгин говорит, что предприятию удалось сдержать распространение вредителя.

## Будет ли рапс?

Растениеводы в этом году могут недополучить больше половины урожая рапса. Такая ситуация складывается и в Тюменской области, и в стране в целом из-за размножения капустной моли. Несколько поколений бабочек значительно повредили растения, при этом многократные инсектицидные обработки оказываются малоэффективными.

За последние годы в нашей области площади, занимаемые рапсом, намного увеличились. Это послужило фактором роста численности вредителя, так как предприятия не могут оперативно проводить обработки. Некоторые хозяйства соседних регионов начали запахивать наиболее поврежденные участки посевов технической культуры.

В ООО «Тобол» за текущее лето обработали рапс разными препаратами 4 раза. Агроном предприятия Владимир Артюгин говорит, что опрыскивание растений очень трудно провести вовремя: «В день наша техника способна протравить только четверть посадок, а в борьбе с капустной молью счёт идёт на часы, так как наиболее эффективны инсектициды только против гусениц младших возрастов. На бабочек, куколок, яйца и

гусениц старших возрастов действие препаратов ограничено. Срок ожидания – 20 дней, только после этого мы видим результат. У нас площади под рапсом не такие большие, поэтому мы успели обработать вовремя и сдержать вторую волну распространения вредителей».

Вместе с этим на некоторых участках с технической культурой вместо непролазных зарослей с цепляющимися друг за друга стручками – голые стебли, изъеденные листья и отрастающие от корня новые побеги. Аграрии ожидают, что урожайность рапса в этом году будет ниже на 40-60 процентов.

В течение лета при проведении фитосанитарного мониторинга посадок крестоцветных культур специалисты районного отдела «Россельхозцентра» зафиксировали наличие взрослых бабочек моли, яйцекладок вредителя, коконов и гусениц всех возрастов. Именно наличие разных фаз развития насекомых позволило им пережить многократные химические обработки.

Специалист по защите растений ФГБУ «Россельхозцентр» по Тюменской области в Упоровском районе Маржан Есингалиева рассказывает, что на эффективность борьбы с вреди-

телями повлияло то, что из-за дождей затянулось начало обработок посевов, увеличились сроки этих работ. В итоге рапс набрал большую вегетационную массу. «Чтобы полностью пролить растения высотой более 80 см, требовался большой расход рабочего раствора – 300 и более литров на гектар. Поэтому удалось уничтожить не всех гусениц, – говорит специалист. – Кроме того, физиологическая особенность рапса – это восковой налёт на листьях, который не позволяет раствору задержаться. Капельки влаги попросту скатываются. И если не использовать прилипатели, то эффективность обработки значительно снижается».

Препараты действуют по-разному. Какие-то уничтожают насекомых начальных стадий развития, другие более поздних. Требовалось использование баковых смесей инсектицидов системного и контактного действия».

Большие финансовые затраты на обработку полей, низкая прогнозируемая урожайность технической культуры из-за повреждения более половины посевов могут повысить цены на рапс. Это компенсирует издержки или даже позволит получить прибыль.

Вера ХАЛАЕВА.  
Фото Сергея НОВИКОВА.

## Коротко о разном

### В музее новая выставка

В скором времени посетители Дома-музея старообрядчества смогут увидеть тематическую выставку «Традиционные ремёсла и промыслы Упоровского края». Она расскажет о том, как трудились наши предки сто, сто пятьдесят лет назад. При подготовке экспозиции были использованы фотографии начала двадцатого столетия.

### Открылись сельские игры

Сегодня в Суерском поселении состоялось открытие XXVIII сельских спортивных игр Упоровского муниципального района. В них примут участие команды из двенадцати поселений в таких видах спорта, как волейбол, футбол, лёгкая атлетика, гиревой и городошный спорт. А также посоревнуются косари, пройдут состязания по дартсу, стрельбе из пневматической винтовки, перетягиванию каната и спортивная эстафета. Подведение итогов и закрытие игр состоится завтра, а подробный репортаж с места событий – в следующем номере «Знаменки».

### Проходят Дни сёл, посвящённые юбилею региона

В рамках празднования 75-летия Тюменской области во всех поселениях района проходят различные мероприятия, посвящённые юбилею. К примеру, в Пятково состоялся День села. В праздничной программе было множество конкурсов, викторин, игровая программа для детей и вечерний концерт. «Издюминкой» мероприятия стал конкурс организаций на приготовление лучшей ухи. В итоге победила дружба. Этот рыбный «шедевр» у всех получился на славу.

### В рамках акции прошли субботники

В Буньковском поселении в рамках акции «75 добрых дел», посвящённой юбилею области, прошли субботники по благоустройству села и деревень. А также силами детей и пожилых людей было проведено озеленение улиц Буньково и разбит «Семейный сад».

И ещё одно событие было посвящено 75-летию Тюменской области. Первичная ветеранская организация провела выставку декоративно-прикладного искусства, где были представлены работы мастеров Буньковского поселения.

Подготовила Марина МЕДВЕДЕВА.

## Лучшие знатоки произведения получают призы

Увлекательная сказочная игра, посвящённая знаменитой поэме «Конёк-Горбунок» Петра Ершова, стартовала в Рунете. Зарегистрировавшись на сайте [Конёк-Горбунок.рф](https://xn----btbfgybdsfdfcx7b.xn--p1ai/karta/), можно проверить свои знания этой легендарной сказки, ответив на 22 вопроса. <https://xn----btbfgybdsfdfcx7b.xn--p1ai/karta/>

Интерактивная викторина проходит в рамках реализации партийного проекта «ЕДИНОЙ РОССИИ» «Путешествие в сказку Петра Ершова «Конёк-Горбунок». По мнению координатора проекта, первого вице-спикера Тюменской областной думы, секретаря регионального отделения партии Андрея Артюхова, сказочный персонаж, смелый и весёлый Конёк-Горбунок – легенда детской литературы, уникальный бренд сибирской земли.

«Конёк-Горбунок по популярности вполне может конкурировать с Дедом Морозом, его знают и любят во всех уголках мира, произведения Ершова переведены на множество языков. Чтобы ещё раз окунуться в сказочную атмосферу, созданную Петром Ершовым, мы запустили эту игру. Она приурочена к 75-летию Тюменской области и 185-летию первого издания сказки «Конёк-Горбунок». Победители викторины получают призы», – пояснил Андрей Артюхов.

Участников викторины могут стать юные знатоки творчества Петра Ершова в возрасте от 6 до 13 лет, помощь взрослых при этом не возбраняется, ведь сказка интересна и любима всеми поколениями читателей.

Победитель викторины получит главный приз – электросамокат. Участников, набравших наибольшее количество баллов, ждут ещё 30 других призов. Для участия в конкурсе необходимо ответить на все вопросы игры, а затем поделиться результатом в социальной сети «ВКонтакте» с хэштегом #горбунок72, в комментариях, указав имя, фамилию, возраст и место проживания. Страница «ВКонтакте» на время конкурса должна быть открыта. Сроки проведения конкурса – с 15 июля по 9 августа 2019 года. Победители будут объявлены 9 августа в прямом эфире в социальных сетях.

Пресс-служба областной думы.

## Из почты редакции

Весёлый поход 31 июля получился у детей старших и подготовительных групп, их родителей и работников дошкольного учреждения. Организаторы таким образом старались провести оздоровительную работу с детьми, расширить их кругозор, а также укрепить семейные связи.

## Малыши сходили в поход

Методисты и воспитатели детского сада заранее обсудили все аспекты безопасности детей, маршрут и подумали о том, что можно взять с собой. В первый раз отправиться в путь не позволила капризная дождливая погода. Но когда наступило солнечное утро последнего дня июля, стало ясно – поход состоится. Все участники с рюкзаками с провизией собрались в условленном месте – на стадионе детского садика. Мы провели инструктаж по технике безопасности. Директор учреждения, Алия Сарсикеева, сказала напутственные слова, пожелала нам счастливого пути.

Мы пошли по утверждённому маршруту весело, задорно, с песней. Преодолев более двух километров, добрались до стоянки стадиона «Центральный». Здесь ребята устроили себе места отдыха: разложили пледы и коврики. Началась игра «Посыльные». Каждая группа выбрала командира, который получил задание и передал его всем товарищам. В подготовленных конвертах были спрятаны фотографии растений, которые требовалось найти на полянке. Взрослые с интересом наблюдали, справятся дети или нет. В итоге с ним успешно справились все семь групп. Всем понравился и пикник на свежем воздухе. После него немного потанцевали, порезвились и организованно выдвинулись в сторону детского сада.

Мы рады, что в и этом году не нарушили традицию, сходили в поход. Все получили огромный позитивный заряд. Молодцы ребята, родители, педагоги, помощники воспитателей и все, кто участвовал в подготовке и проведении данного мероприятия.

Марина СЕДОВА,  
инструктор по физкультуре  
Упоровского д/с «Солнышко».

## В Центре занятости

## Обучение граждан предпенсионного возраста

В рамках реализации национального проекта «Демография» и программы «Старшее поколение» в Тюменской области принят ряд мер, направленных на сохранение и развитие потенциала лиц предпенсионного возраста, указанных в Постановлении Правительства Тюменской области от 8 февраля 2019 года № 32-п «О реализации мероприятий по профессиональному обучению и дополнительному профессиональному образованию лиц предпенсионного возраста».

ГАУ ТО «Центр занятости населения Упоровского района» реализует два направления: профессиональное обучение и дополнительное профессиональное образование лиц предпенсионного возраста, состоящих в трудовых отношениях или ищущих работу. К лицам предпенсионного возраста относятся граждане, которым осталось 5 лет до назначения страховой пенсии по старости.

Первое направление интересно для юридических лиц (за исключением государственных и муниципальных казённых учреждений), а также индивидуальных предпринимателей, где работают граждане предпенсионного возраста. Исключение составляют сами индивидуальные предприниматели. Хорошего специалиста найти достаточно сложно. Многие работники готовы учиться, у них есть потенциал. А у работодателей появляется потребность в получении специалиста определённого уровня. Для организаций имеется уникальная возможность 100-процентного возмещения затрат на переподготовку или переобучение нужного специалиста. Достаточно соблюсти несколько условий: должна отсутствовать просроченная задолженность по обязательным платежам в бюджетную систему Российской Федерации, а также по уплате страховых взносов на обязательные пенсионное, медицинское и социальное страхования. Предприятие, организация или индивидуальный предприниматель не должны находиться в стадии реорганизации, ликвидации или банкротства и не иметь наложенного ареста на денежные средства, находящиеся на расчётном счёте организации, на который будут перечисляться средства на возмещение нормативных затрат, а также отсутствие картотеки № 2 «Расчётные документы, не оплаченные в срок» к указанному расчётному счёту.

Второе направление больше интересно самим гражданам предпенсионного возраста, ищущим работу. Для них есть замечательная возможность получить профессию или повысить свою квалификацию. Существуют как очные образовательные программы, так и возможность получить образовательные услуги дистанционно. Возмещение расходов Центром занятости осуществляется на обучение и выплату стипендии в повышенном размере.

Количество мест ограничено!

Приходите в ГАУ ТО «ЦЗН Упоровского района» за консультациями. Телефон для справок: 3-17-00.

Елена МУСИНА,  
ведущий инспектор ГАУ ТО «ЦЗН Упоровского района».

## Наше здоровье

## Как распознать инсульт

Инсульт является острым нарушением мозгового кровообращения, который развивается стремительно – от нескольких минут до нескольких часов.

О том, чем он опасен и как убежать от него, рассказала врач-терапевт Ольга ЗАМОРОВА.

– Каковы факторы риска этого заболевания?

– Болезнь грозит тем, у кого повышенное артериальное давление (гипертония), атеросклероз, сердечные заболевания, которые нарушают работу мозга, почек и всех внутренних органов.

Есть ещё факторы, которые могут усугубить ситуацию – это сахарный диабет, курение, малоподвижный образ жизни, нарушение питьевого режима (человек должен выпивать определённое количество жидкости за сутки, желательны 1-2 литра воды).

– По каким первым звоночкам можно понять, что пора бить тревогу?

– В течение дня, например, может возникнуть чувство слабости или онемения в руке, которое постепенно проходит. Резко поднимается давление, головные боли без причины,



Ольга Заморова: «Последние годы наблюдается тенденция возникновения инсультов у молодёжи».

внезапное кратковременное головокружение, шаткость в походке, забывчивость.

– Ольга Александровна, расскажите, пожалуйста, о первых признаках начинающегося инсульта?

– Попросите больного улыбнуться, при этом вы заметите искажение улыбки, одна сторона лица будет опущена.

Речь будет невнятной и неразборчивой, как будто человек говорит в алкогольном опьянении.

При поднимании рук вверх вы увидите, что одна из них за-

метно отстаёт от другой или не поднимается совсем.

Нарушена координация и чувствительность. Попросите больного показать язык, при этом наблюдается его отклонение в одну из сторон.

– Что нужно делать, чтобы не стать жертвой болезни?

– Вести здоровый образ жизни, обязательно соблюдать гигиену труда и отдыха. Исключить все возможные факторы риска – курение, малоподвижный образ жизни, стресс, регулярно проходить диспансеризацию. Если риск заболевания имеется, то необходимо заранее начать применять профилактические меры.

Будьте внимательным к себе и к окружающим. Вдруг у вас или у человека рядом с вами развивается инсульт, нужно вовремя оказать помощь. Немедленно вызывайте скорую помощь, и тогда последствия будут минимальны. Применять лекарственные препараты без назначения врача категорически запрещено.

Помните, что заболевание развивается остро и имеет тяжёлые последствия.

Екатерина ЯШКИНА.  
Фото автора.

## Мир твоих увлечений

## Рукоделию – всё свободное время

Русь испокон веков славились своими мастерами. Вышивкой, кружевом, платками, ковкой – чем только не зарабатывали люди себе на пропитание. Сейчас они в основном свои творения делают не столько на продажу, сколько для души. Конечно, остались ремёсла, которые и по сей день считаются промысловыми.

В Упоровском районе немало людей, кого можно назвать мастерами. Они из нескольких лоскутков ситца могут создать целую картину или, к примеру, куклу, применив при этом кусок проволоки, ткани, небольшое количество глины и ваты. Для нас, обычных людей, это просто набор, а для них материалы, из которых получаются «шедевры».

Супруги Сергей и Галина Басины переехали в Суерку три года назад из Сургута. Их сын с семьёй сейчас проживает в Боровском и, как только появляется свободное время, навещает родителей.

Басины прожили в Севере тридцать два года, пошли на пенсию и перебрались поближе к родным. Изначально поселились у племянницы, когда строительство их дома было завершено, перешли в своё жильё, в котором, куда ни посмотри, повсюду видишь что-то сделанное своими руками. Галина Александровна – человек увлечённый, в её гла-

зах горит озорной огонёк, а на лице всегда приветливая улыбка. Наверное, это и придаёт ей сил, терпения и трудолюбия. Ведь чем бы она ни занималась, всё требует трудоёмкой работы. Она собственными руками создала уют. У ворот и по всему двору разбила клумбы. В доме на окна и двери пошила красивые шторы, на стенах вышитые ею картины и несколько «гравюр», выполненных декупажем под старину. Телевизионный стеллаж полностью уставлен разноформатными куколками, и даже часы сделала сама. А все подоконники пестрят соцветиями фиалок, которые женщина очень любит. Для крупных цветов, стоящих в глубине комнаты, Сергей Александрович из дерева выточил красивые подставки. Он вообще многое изготавливает по просьбе жены: рамочки для картин, подставки для кукол, миниатюрный колодец для её композиции. Для внука смастерил трактор с телегой, стульчик и столик. Он поддерживает супругу во всём.

К рукоделию Галина Александровна приобщила и свою сестру. Надежда Дизер не менее увлечена творчеством. Она постигла азы работы с фломастером, кропотливо трудилась над картинами в стиле кинусайга, а также научилась делать чердачные игрушки, сейчас осваивает технику изготовления кукол из ваты. И на всё это она на-

ходит время. «Свои задумки осуществляю в основном по ночам, когда все спят, часов до двух сижу. Днями у меня на это времени нет, забот много, надо за мальчишками приглядеть, когда школа – уроки выучить. Мы с мужем Михаилом взяли под опеку племянников Антона и Степана, а ещё часто бывают у нас четыре внучки и один внучок», – поведала Надежда Александровна.

Семья Дизер, как и семья Басиных, люди творческие. Михаил Адамович и дочь Любовь открыли своё дело и занимаются художественной ковкой. Вторая их дочь Анастасия работает воспитателем в детском саду.

Галина и Надежда – рукодельницы в третьем поколении. Их мама – Агния Ивановна – проживает вместе с младшей дочерью. Она вяжет крючком красивые яркие изделия (пледы, наволочки, салфетки, кружки). «В нашей семье ещё моя мама, Анна Петровна, была мастерицей. Она ткала половики, шила одежду, вязала крючком. Это, наверное, и передалось моей дочери Галине, ведь она даже на выпускной и свадьбу шила платье своими руками», – поделилась Агния Губина. В восемьдесят три года эта очень энергичная женщина выглядит намного моложе своего возраста. В комнате Агнии Ивановны все накидки и покрывала связаны её руками, а диван украшают две изготовленные ею куклы.

Женщины часто собираются вместе, чтобы освоить что-то новое, сделать необычную диковинную вещь. Для этого в доме отведена целая комната под мастерскую для Галины.

Галина Александровна всегда рада гостям, она очень радушная и гостеприимная хозяйка, на её столе постоянно свежеспечённые пироги и блинчики, а также варенье из лесных ягод. Большая и дружная семья любит собираться вместе за обеденным столом.

Марина МЕДВЕДЕВА.  
Фото автора.



Куклы, изготовленные Галиной Александровной из ваты.

К 75-летию Тюменской области

# Упоровский район. 1960 – 1970 годы

(по страницам газеты «Знамя правды»)



Тюменская область  
основана в 1944

## Распахнулись двери нового спортзала

Много лет мечтали спортсмены райцентра о том, чтобы и зимой продолжать различные тренировки, проводить спортивные соревнования. Наконец сбылась мечта упоровцев: распахнулись двери нового спортивного здания, начались в нём первые тренировки. 20 марта здесь будет проходить зимний розыгрыш по волейболу на первенство областного кубка ДССО «Урожай».

(№ 32 от 16.08.1960 г.)

## 1960 г. Перешли к денежной оплате труда

В нашем районе начался хороший экономический прогресс: колхозы переходят на денежную оплату труда. Первым на новую оплату труда перешёл колхоз «Память Кирова». Если раньше колхозники узнавали действительный размер своего заработка только в конце года, то сейчас – ежемесячно, а если нужно, то и каждый день.

(№ 18 от 12.02.1960 г.)

## Продолжается активное строительство

Упоровским райкомхозом начато строительство межрайонной станции искусственного осеменения сельскохозяйственных животных. К концу 1961 г. станция будет сдана в эксплуатацию.

Заканчивается строительство школьных интернатов для детей в сёлах Пятково и Коркиной (так в документе).

В с. Упорово работает изыскательская партия Тюменского института «Тюменьпроект», которая проводит изыскательские работы для проектирования водопровода в райцентре. Строительство водопровода намечено развернуть в 1962 г.

В магазинах и столовой райцентра открыта продажа центральных и областных газет без продавца. Это очень удобно трудящимся, не требуется отвлекать для этого специального человека из «Союзпечати».

(№ 81 от 09.07.1961 г.)

## 1961 г. Развивается социальная сфера

За 2 г. 10 м. в районе построено 3 новых типовых клуба, два клуба – за счёт средств колхозов и один (Буньковский) на средства организаций. В стадии строительства находится Коркинский сельский клуб.

За этот же период, дополнительно к имеющимся, вновь организованы 3 киноустановки, 2 библиотеки.

С 1959 г. в населённых пунктах района открылось 3 магазина. Таким образом, на 83 населённых пункта приходится 105 магазинов и дом-лавоч, 2 автолавки.

В районе с каждым годом увеличивается число школ, на данный момент в них работает 320 учителей и с высшим образованием – 61.

Улучшается медицинское обслуживание: число больничных коек увеличилось со 155 до 185. В небольших населённых пунктах района имеется 17 фельдшерско-акушерских пунктов и роддомов.

(№ 123 от 15.10.61 г.)

## 1968 г. Появились новые объекты

В 1967 г. были капитально отремонтированы Чернаковская начальная школа и медицинский пункт.

В с. Упорово построен обелиск бойцам, павшим в Великой Отечественной войне.

Сдано в эксплуатацию 2 двухквартирных, один одноквартир-

ный и один четырёхквартирный дома.

Пущен в эксплуатацию кинотеатр на 200 мест.

## Обновлялись учреждения здравоохранения

В районе работают 15 врачей и 256 человек среднего медицинского персонала.

В 1967 г. переведён в новое помещение Николаевский фельдшерско-акушерский пункт, отремонтированы здания детского отделения райбольницы, амбулатории Пятковского врачебного участка, сдано в эксплуатацию инфекционное отделение в с. Емуртгла.

В 1968 г. подлежат капитальному ремонту Емуртлинская больница и туберкулёзное отделение Суерской больницы.

(№ 1 от 01.01.68 г.)

## Переименованы населённые пункты

В июне 1967 г. Исполком областного Совета депутатов трудящихся решил:

по Упоровскому району: деревни: Николаевку Николаевского и Пятково Пятковского сельсоветов – отнести к категории сёл и именовать сёлами Николаевка и Пятково;

село Старая Нерпа Емуртлинского и селение Лесково Коркинского сельсоветов, как мало перспективные, отнести к категории деревень и именовать деревнями Старая Нерпа и Лесково;

деревни: Буторки Буньковского, Калинину и Угренину Скородумского и Журавлёву Видоновского

сельсоветов исключить из учётных данных административно-территориального деления области, как утратившие своё значение в связи с выбытием всех хозяйств, а деревню Дугину Коркинского сельсовета – как слившуюся с селом Коркино этого же сельсовета.

(№ 84 от 16.07.1968 г.)

## 1970 г. Перешли к прогрессивной форме торговли

В апреле месяце в центральном продовольственном магазине с. Упорово два основных отдела – хлебный и бакалейный – переведены на прогрессивный метод в торговле – самообслуживание.

В связи с этим увеличилась пропускная способность отделов, исчезли очереди. Так, например, в первый день работы отдела за 40 минут было обслужено около 200 человек, за 3 часа работы магазин дал 1 000 рублей выручки, в то время как в обычные дни выручка составляла 1 300 рублей за двенадцать часов работы.

В скором будущем на самообслуживание будут переведены магазины в Пятково и Видоновой.

(№ 39 от 02.04.70 г.)

## Начато воздушное сообщение

С 15 ноября 1970 г. открыто воздушное сообщение на авиалинии Тюмень – Упорово – Тюмень. Рейс выполняется на самолёте АН-2. Стоимость авиабилета три рубля. Время полёта – 35 минут.

(№ 139 от 21.11.70 г.)

**Наталья КУРУШИНА,**  
специалист сектора по делам архивов.

Каникулы-2019

# Со спортом не расстанутся даже летом



Ребята отдыхают после тренировки по дзюдо.

Лето – это самая любимая пора для детворы. Не надо рано вставать, идти в школу, а главное – не нужно учить уроки. Жизнь же детей, занимающихся в ДЮСШ, – иная. Они рано встают и мчатся

на тренировки, всё лето готовятся к предстоящему сезону соревнований.

Сейчас пятьдесят юных спортсменов в возрасте от одиннадцати до шестнадцати лет

посещают лагерь дневного пребывания. 22 июля «Спортландия» открыла свои двери для ребят из всех уголков Упоровского района: с. Буньково, д. Чёрной, с. Упорово, с. Скородума, с. Крашенинино, п.

Октябрьского, с. Слободчики, с. Бызово, д. Коротковой и п. Механизаторов. Дети распределены по отрядам. В первый день спортсмены ознакомились с правилами и законами лагеря, для них были проведены беседы по пожарной безопасности, по Правилам поведения на воде и Правилам дорожного движения. Ежедневно проводятся различные мероприятия, тренировки, соревнования. В скором времени ребят ждут интереснейшие экскурсии в музей и пожарно-спасательную часть, а также поход в 3Д кинотеатр на просмотр фильма. «В лагере мне всё нравится, особенно то, что мы много времени проводим на свежем воздухе, участвуем в различных соревнованиях, творческих конкурсах, общаемся с друзьями», – поделился впечатлениями воспитанник Детско-юношеской спортивной школы Дмитрий Ваймер.

26 июля ребята активно участвовали в Первенстве ДЮСШ по кроссу.

Даже летом у спортсменов нет каникул, они активно тренируются, а это способствует сохранению и укреплению их здоровья.

**Марина МЕДВЕДЕВА.**  
Фото из архива ДЮСШ.

Официально

В соответствии с постановлением администрации Упоровского муниципального района от 31.05.2019 г. № 730 «Об утверждении порядка предоставления субсидий на возмещение затрат по содержанию, эксплуатации объектов теплоснабжения, водоснабжения Упоровского района» сообщаем о начале отбора юридических лиц и индивидуальных предпринимателей, претендующих на возмещение затрат, по содержанию, эксплуатации объектов теплоснабжения, водоснабжения Упоровского района.

Подача заявок и документов производится с 5 по 9 августа 2019 г. по адресу: с. Упорово, ул. Володарского, 45, каб. 319. Телефон для справок: 3-22-37.

**Администрация Упоровского муниципального района.**



**ПЕРВЫЙ**

**Понедельник, 5 августа**  
05:00, 09:25 «Доброе утро». 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости. 09:55 «Модный приговор» 6+. 10:55 «Жить здорово!» 16+. 12:15, 17:00, 18:25, 01:10, 03:05 «Время покажет» 16+. 15:15 «Давай поженимся!» 16+. 16:00 «Мужское / Женское» 16+. 18:50 «На самом деле» 16+. 19:50 «Пусть говорят» 16+. 21:00 Время. 21:30 Т/с «Экспроприатор» 16+. 23:30 «Экспрессив» 16+.

**Вторник, 6 августа**

05:00, 09:25 «Доброе утро». 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости. 09:55 «Модный приговор» 6+. 10:55 «Жить здорово!» 16+. 12:15, 17:00, 18:25, 01:05, 03:05 «Время покажет» 16+. 15:15 «Давай поженимся!» 16+. 16:00 «Мужское / Женское» 16+. 18:50 «На самом деле» 16+. 19:50 «Пусть говорят» 16+. 21:00 Время. 21:30 Т/с «Экспроприатор» 16+. 23:30 «Семейные тайны» с Тимуром Еремеевым 16+.

**Среда, 7 августа**

05:00, 09:25 «Доброе утро». 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости. 09:55 «Модный приговор» 6+. 10:55 «Жить здорово!» 16+. 12:15, 17:00, 18:25, 00:25, 03:05 «Время покажет» 16+. 15:15 «Давай поженимся!» 16+. 16:00 «Мужское / Женское» 16+. 18:50 «На самом деле» 16+. 19:50 «Пусть говорят» 16+. 21:00 Время. 21:30 Т/с «Экспроприатор» 16+. 23:30 «Про любовь» 16+.

**Четверг, 8 августа**

05:00, 09:25 «Доброе утро». 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости. 09:55 «Модный приговор» 6+. 10:55 «Жить здорово!» 16+. 12:15, 17:00, 18:25, 01:20, 03:05 «Время покажет» 16+. 15:15 «Давай поженимся!» 16+. 16:00 «Мужское / Женское» 16+. 18:50 «На самом деле» 16+. 19:50 «Пусть говорят» 16+. 21:00 Время. 21:30 Т/с «Экспроприатор» 16+. 23:30 «Вечерний Ургант» 16+. 00:25 «На ночь глядя» 16+.

**Пятница, 9 августа**

05:00, 09:25 «Доброе утро». 09:00, 12:00, 15:00, 18:00, 03:00 Новости. 09:55 «Модный приговор» 6+. 10:55 «Жить здорово!» 16+. 12:15, 17:00, 18:25 «Время покажет» 16+. 15:15 «Давай поженимся!» 16+. 16:00 «Мужское / Женское» 16+. 18:50 «На самом деле» 16+. 19:50 «Поле чудес» 16+. 21:00 Время. 21:30 Международный музыкальный фестиваль «Жара» 12+. 23:55 «Вечерний Ургант» 16+. 00:50 Х/ф «Вне времени» 12+. 02:50 «Про любовь» 16+. 03:35 «Наедине со всеми» 16+.

**Суббота, 10 августа**

05:30, 06:10 Х/ф «Его звали Роберт» 0+. 06:00, 10:00, 12:00 Новости. 07:20 Х/ф «Неподсуден» 6+. 09:00 «Играй, гармонь любимая!» 12+. 09:45 «Слово пастыря» 0+. 10:15 «Олег Стриженов. Любовь всей жизни» 12+. 11:10 «Честное слово» 12+. 12:15 «Михаил Боярский. Один на всех» 16+. 18:00 «Кто хочет стать миллионером?» 12+. 19:30, 21:20 «Сегодня вечером» 16+. 21:00 Время. 23:00 Х/ф «Бывшие» 16+. 00:35 Х/ф «Огненные колесницы» 0+. 02:55 «Про любовь» 16+. 03:40 «Наедине со всеми» 16+.

**Воскресенье, 11 августа**

05:15, 06:10 Т/с «Науки меня жить» 16+. 06:00, 10:00, 12:00 Новости. 07:25 «Часовой» 12+. 07:55 «Здоровье» 16+. 09:00 «Курбан-Байрам». Трансляция из Уфимской соборной мечети. 09:40 «Непутевые заметки» 12+. 10:15 «Жизнь других» 12+. 11:10, 12:20 «Видели видео?» 6+. 13:10, 04:05 «Наедине со всеми» 16+. 14:10 «Людмила Хитева. Я не могу быть слабой» 16+. 15:10 Х/ф «Стрляпуха» 0+. 16:35 «КВН». Премьер-лига 16+. 18:00 «Точь-в-точь» 16+. 21:00 Время. 21:50 Т/с «Поместье в Индии» 16+. 23:40 Х/ф «Восстание планеты обезьян» 16+. 01:35 Х/ф «Судебное обвинение Кейси Энтони» 16+. 03:20 «Про любовь» 16+.

**РОССИЯ 1**

**Понедельник, 5 августа**  
05:00, 09:25 «Утро России». 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:55 «О самом главном» 12+. 11:25, 14:25, 17:00, 20:45 Вести. Местное время. 11:45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+. 12:50, 18:50 «60 Минут» 12+. 14:45 «Кто против?» 12+. 17:25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+. 21:00 Т/с «Рая знает всё!» 12+. 00:00 Т/с «Доктор Рихтер» 16+. 02:15 Т/с «Московская борзая 2» 16+. 04:10 Т/с «Семейный детектив» 16+.

**Вторник, 6 августа**

05:00, 09:25 «Утро России». 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:55 «О самом главном» 12+. 11:25, 14:25, 17:00, 20:45 Вести. Местное время. 11:45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+. 12:50, 18:50 «60 Минут» 12+. 14:45 «Кто против?» 12+. 17:25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+. 21:00 Т/с «Рая знает всё!» 12+. 00:00 Т/с «Доктор Рихтер» 16+. 02:15 Т/с «Московская борзая 2» 16+. 04:10 Т/с «Семейный детектив» 16+.

**Среда, 7 августа**

05:00, 09:25 «Утро России». 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:55 «О самом главном» 12+. 11:25, 14:25, 17:00, 20:45 Вести. Местное время. 11:45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+. 12:50, 18:50 «60 Минут» 12+. 14:45 «Кто против?» 12+. 17:25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+. 21:00 Т/с «Рая знает всё!» 12+. 00:00 Т/с «Доктор Рихтер» 16+. 02:15 Т/с «Московская борзая 2» 16+. 04:10 Т/с «Семейный детектив» 16+.

**Четверг, 8 августа**

05:00, 09:25 «Утро России». 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:55 «О самом главном» 12+. 11:25, 14:25, 17:00, 20:45 Вести. Местное время. 11:45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+. 12:50, 18:50 «60 Минут» 12+. 14:45 «Кто против?» 12+. 17:25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+. 21:00 Т/с «Рая знает всё!» 12+. 00:00 Т/с «Доктор Рихтер» 16+. 02:15 Т/с «Московская борзая 2» 16+. 04:10 Т/с «Семейный детектив» 16+.

**Пятница, 9 августа**

05:00, 09:25 «Утро России». 09:00, 11:00, 14:00, 20:00 Вести. 09:55 «О самом главном» 12+. 11:25, 14:25, 17:00, 20:45 Вести. Местное время. 11:45 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым» 12+. 12:50, 18:50 «60 Минут» 12+. 14:45 «Кто против?» 12+. 17:25 «Андрей Малахов. Прямой эфир» 16+. 21:00 Х/ф «Ищу мужчину» 12+. 01:05 Х/ф «Не было бы счастья...» 16+.

**Суббота, 10 августа**

05:00 «Утро России. Суббота». 08:15 «По секрету всему свету». 08:40 Местное время. Суббота 12+. 09:20 «Пятеро на одного». 10:10 «Сто к одному». 11:00, 20:00 Вести. 11:20 Вести. Местное время. 11:40 «Смеяться разрешается». 14:00 Х/ф «Закон сохранения любви» 12+. 16:00 Х/ф «Злая судьба» 12+. 21:00 Х/ф «Клуб обманутой жён» 12+. 01:00 Х/ф «Не было бы счастья» 2» 12+.

**Воскресенье, 11 августа**

05:20 Х/ф «Любовь и Роман» 12+. 07:20 «Семейные каникулы». 07:30 «Смехопанорама Евгения Петросяна». 08:00 «Утренняя почта». 08:40 Местное время. Воскресенье. 09:20 Праздник Курбан-Байрам. Трансляция из Московской Соборной мечети. 10:10 «Сто к одному». 11:00, 20:00 Вести. 11:20 Д/ф «Дорожная карта» 12+. 12:20 Т/с «Русская наследница» 16+. 22:00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым» 12+. 01:00 «Действующие лица с Наилей Аскер-заде» 12+. 02:05 Х/ф «Отдалённые последствия» 12+. 04:10 Т/с «Гражданин начальники» 16+.

**МАТЧ ТВ**

**Понедельник, 5 августа**  
06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00, 08:55, 10:30, 12:55, 15:10, 17:15, 19:15 Новости. 07:05, 10:35, 17:20, 23:10 Все на Матч! 08:00 Формула-1. Гран-при Венгрии 0+. 10:55 Смешанные единоборства. Опе FC. 16+. 13:00, 04:10 Футбол. Лига чемпионов. Жеребьёвка раунда плей-офф 0+. 13:20, 14:50 Все на футбол! 14:30, 04:35 Футбол. Лига Европы. Жеребьёвка раунда плей-офф 0+. 15:15 Футбол. Международный Кубок чемпионов. 0+. 18:30 «Профессиональный бокс. Лето 2019. Реванши, нокауты, неожиданные поражения». Специальный обзор 16+. 19:20 Футбол. Суперкубок Англии. 0+. 21:40 Специальный репортаж «Манчестер сити» - «Ливерпуль» Live» 12+. 22:00 «Тотальный футбол» 12+. 00:00 Х/ф «Никогда не сдавайся 2» 16+. 01:55 Футбол. Суперкубок Германии. 0+. 05:00 «Команда мечты» 12+. 05:30 «Самые сильные» 12+.

**Вторник, 6 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00, 08:55, 11:50, 14:30, 16:20, 17:20, 18:55, 20:20 Новости. 07:05, 11:55, 14:35, 17:25, 19:00, 20:30, 23:25 Все на Матч! 09:00 Футбол. Российская Премьер-лига 0+. 10:50 «Тотальный футбол» 12+. 12:25 Специальный репортаж «Манчестер сити» - «Ливерпуль» Live» 12+. 12:45 Профессиональный бокс. 16+. 15:05 Профессиональный бокс. 16+. 16:25 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. 0+. 17:55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. Вышка. Женщины. Финал 0+. 19:30 «Футбол для дружбы» 12+. 20:00 Специальный репортаж «РПЛ 19/20. Новые лица» 12+. 21:20 Футбол. Лига чемпионов. Квалификационный раунд. 0+. 00:10 Х/ф «Никогда не сдавайся 3» 16+. 02:00 TOP-10 нокаутс 2019 года 16+. 02:30 Футбол. Кубок Английской лиги. 0+. 04:30 Д/с «Жестокий спорт» 16+. 05:00 «Команда мечты» 12+. 05:30 Специальный репортаж «Спортивные итоги июня» 12+.

**Среда, 7 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00, 08:55, 11:00, 13:35, 15:40, 17:05, 19:00, 22:40 Новости. 07:05, 11:05, 15:45, 17:10, 22:45 Все на Матч! 09:00, 11:35 Футбол. Лига чемпионов. Квалификационный раунд. 0+. 13:40 Профессиональный бокс. 16+. 16:25, 17:55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. 0+. 19:10 Футбол. Лига чемпионов. Квалификационный раунд. 0+. 22:20 Специальный репортаж «В шаге от Европы» 12+. 23:40 Х/ф «В поисках приключений» 12+. 01:25 «Профессиональный бокс. Лето 2019. Реванши, нокауты, неожиданные поражения» Специальный обзор 16+. 02:10 Специальный репортаж «Манчестер сити» - «Ливерпуль» Live» 12+. 02:30 Футбол. 0+. 04:30 Д/с «Жестокий спорт» 16+. 05:00 «Команда мечты» 12+. 05:30 Д/с «Несободное падение» 16+.

**Четверг, 8 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00, 08:55, 11:00, 13:40, 17:15, 18:50, 21:55 Новости. 07:05, 11:05, 14:05, 17:20, 22:20 Все на Матч! 09:00 Футбол. Лига чемпионов. 0+. 11:40 Футбол. Таварицкий матч. 0+. 13:45, 03:10 Специальный репортаж «В шаге от Европы» 12+. 14:55 Плавание. Кубок мира 0+. 16:25, 17:55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. 0+. 19:00 Все на футбол! 19:50 Футбол. Лига Европы. Квалификационный раунд. 0+. 22:00 Специальный репортаж «Краснодар» - «Порту» Live» 12+. 23:20 Баскетбол. Мужчины. Россия - Венесуэла 0+. 01:20 Х/ф «Кинбобсёр 2: Возвращение» 18+. 03:30 Смешанные единоборства. Опе FC. 16+. 05:30 «Команда мечты» 12+.

**Пятница, 9 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00, 08:55, 11:00, 12:30, 14:40, 16:20, 17:05, 19:55 Новости. 07:05, 11:05, 14:45, 17:10, 20:35, 23:25 Все на Матч! 09:00 Футбол. Лига Европы. Квалификационный раунд. 0+. 11:25 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины 0+. 12:40 Профессиональный бокс. 16+. 14:20 Специальный репортаж «Сборная нейтральных» атлетов» 12+. 15:20 Все на футбол! Афиша 12+. 16:25, 17:55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. 0+. 19:00 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 1/4 финала. Женщины 0+. 20:05 «Гран-при с Алексеем Поповым» 12+. 21:25 Баскетбол. Мужчины. Россия - Италия 0+. 00:15 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы 0+. 01:15 Х/ф «Кинбобсёр 3: Искусство войны» 18+. 03:00 Профессиональный бокс. 16+. 05:00 Д/с «Жестокий спорт» 16+. 05:30 «Команда мечты» 12+.

**Суббота, 10 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00 Х/ф «В поисках приключений» 12+. 08:50 Все на футбол! Афиша 12+. 09:50, 13:10, 20:55 Новости. 09:55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 0+. 10:55 Специальный репортаж «РПЛ 19/20. Новые лица» 12+. 11:15, 13:50, 18:25, 23:00 Все на Матч! 12:10 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 0+. 13:20 «Гран-при с Алексеем Поповым» 12+. 14:55 Плавание. Кубок мира 0+. 16:25 Футбол. Российская Премьер-лига. 0+. 18:55 Футбол. Международный Кубок чемпионов. 0+. 21:00 Баскетбол. Мужчины. Россия - Сенегал 0+. 00:00 Футбол. Товарищеский матч. 0+. 02:00 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы 0+. 03:00 Прыжки в воду. Чемпионат Европы 0+. 04:00 Плавание. Кубок мира 0+. 05:00 Д/с «Жестокий спорт» 16+. 05:30 «Команда мечты» 12+.

**Воскресенье, 11 августа**

06:00 Д/с «Вся правда про ...» 12+. 06:30 «Футбольное столетие» 12+. 07:00 «Футбол для дружбы» 12+. 07:30 Футбол. Международный Кубок чемпионов. 0+. 09:30, 15:50, 17:15, 20:00, 00:10 Все на Матч! 10:10 Х/ф «Тоня против всех» 18+. 12:25 «Тает лёд» 12+. 12:45, 13:55, 15:45, 17:10, 19:55 Новости. 12:55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. 0+. 14:00 Профессиональный бокс. 16+. 16:25, 17:55 Прыжки в воду. Чемпионат Европы. 0+. 18:55 Пляжный волейбол. Чемпионат Европы. Мужчины. Финал 0+. 20:55 Футбол. 12+. 22:55 Все на футбол! 01:00 Х/ф «Фанат» 16+. 03:10 Профессиональный бокс. 16+. 05:00 Д/с «Жестокий спорт» 16+. 05:30 «Команда мечты» 12+.

**НТВ**

**Понедельник, 5 августа**  
05:10, 03:30 Т/с «Кодекс чести» 16+. 06:00 «Утро. Самое лучшее» 16+. 08:05 Т/с «Мухтар. Новый след» 16+. 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 10:20 Т/с «Лесник» 16+. 13:25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14:00, 16:25, 19:40 Т/с «Шеф» 16+. 23:25 Т/с «Свидетели» 16+. 01:20 Т/с «Паутина» 16+. 03:10 «Их нравы» 0+.

**Вторник, 6 августа**

05:10, 03:35 Т/с «Кодекс чести» 16+. 06:00 «Утро. Самое лучшее» 16+. 08:05 Т/с «Мухтар. Новый след» 16+. 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 10:20 Т/с «Лесник» 16+. 13:25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14:00, 16:25, 19:40 Т/с «Шеф» 16+. 23:25 Т/с «Свидетели» 16+. 01:15 Т/с «Паутина» 16+. 03:10 «Их нравы» 0+.

**Среда, 7 августа**

05:10, 03:35 Т/с «Кодекс чести» 16+. 06:00 «Утро. Самое лучшее» 16+. 08:05 Т/с «Мухтар. Новый след» 16+. 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 10:20 Т/с «Лесник» 16+. 13:25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14:00, 16:25, 19:40 Т/с «Шеф» 16+. 23:25 Т/с «Свидетели» 16+. 01:20 Т/с «Паутина» 16+. 03:10 «Их нравы» 0+.

**Четверг, 8 августа**

05:15, 03:40 Т/с «Кодекс чести» 16+. 06:00 «Утро. Самое лучшее» 16+. 08:05 Т/с «Мухтар. Новый след» 16+. 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 10:20 Т/с «Лесник» 16+. 13:25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14:00, 16:25, 19:40 Т/с «Шеф» 16+. 23:25 Т/с «Свидетели» 16+. 01:20 Т/с «Паутина» 16+. 03:10 «Их нравы» 0+.

**Пятница, 9 августа**

05:10 Т/с «Кодекс чести» 16+. 06:00 «Утро. Самое лучшее» 16+. 08:05 Т/с «Мухтар. Новый след» 16+. 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 10:20 Т/с «Лесник» 16+. 13:25 Обзор. Чрезвычайное происшествие. 14:00, 16:25, 19:40 Т/с «Шеф» 16+. 23:25 Т/с «Свидетели» 16+. 02:20 Т/с «Паутина» 16+.

**Суббота, 10 августа**

05:35 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона» 0+. 08:00, 10:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 08:20 «Готовим с Алексеем Зиминным» 0+. 08:50 «Кто в доме хозяин?» 12+. 09:30 «Едим дома» 0+. 10:20 «Главная дорога» 16+. 11:00 «Еда живая и мёртвая» 12+. 12:00 Квартальный вопрос 0+. 13:10 «Поедем, поедим!» 0+. 14:00 «Своя игра» 0+. 16:20 Следствие вели... 16+. 19:25 Т/с «Пёс» 16+. 00:45 «Квартирник НТВ у Маргулис» 16+. 01:35 «Фоменко фейк» 16+. 01:55 Т/с «Паутина» 16+. 04:55 «Их нравы» 0+.

**Воскресенье, 11 августа**

05:10 Х/ф «Приключения Шерлока Холмса и доктора Ватсона. Собака Баскервилей» 0+. 08:00, 10:00, 16:00, 19:00 Сегодня. 08:20 «У нас выигрышают!» 12+. 10:20 «Первая передача» 16+. 11:00 «Чудо техники» 12+. 11:50 «Дачный ответ» 0+. 13:00 «НашПотребНазор» 16+. 14:00 «Секрет на миллион» 16+. 16:20 «Следствие вели...» 16+. 19:40 Т/с «Пёс» 16+. 23:45 Х/ф «... По прозвищу «Зверь» 16+. 01:25 Т/с «Паутина» 16+. 04:30 Т/с «Кодекс чести» 16+.

**ПЯТЫЙ КАНАЛ****Понедельник, 5 августа**

05:00, 09:00, 13:00, 18:30, 03:20 Известия. 05:20 Д/с «Страх в твоём доме. В золотой клетке» 16+. 06:00 Д/с «Страх в твоём доме. Неведомый враг» 16+. 06:40, 07:30, 08:20, 09:25, 09:45, 10:45, 11:40 Т/с «Улицы разбитых фонарей 4» 16+. 12:35, 13:25, 13:55, 14:45, 15:40, 16:40, 17:30 Т/с «Глухарь. Продолжение» 16+. 19:00, 19:50, 20:40, 21:25, 22:20, 00:25 Т/с «След» 16+. 23:10 Т/с «Великолепная пятёрка» 16+. 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 01:10, 01:50, 02:20, 02:45, 03:25, 03:55, 04:30 Т/с «Детективы» 16+.

**Вторник, 6 августа**

05:00, 09:00, 13:00, 18:30, 03:15 Известия. 05:20 Д/с «Страх в твоём доме. Нелюбимая теща. Один на один» 16+. 06:00, 06:45, 07:40, 08:35, 09:25, 09:55, 10:50, 11:40 Т/с «Улицы разбитых фонарей 4» 16+. 12:35, 13:25, 13:55 Т/с «Глухарь. Продолжение» 16+. 14:45, 15:45, 16:40, 17:30 Т/с «Глухарь. Возвращение» 16+. 19:00, 19:50, 20:40, 21:25, 22:20, 00:25 Т/с «След» 16+. 23:10 Т/с «Великолепная пятёрка» 16+. 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 01:10, 01:50, 02:20, 02:45, 03:25, 03:55, 04:20 Т/с «Детективы» 16+.

**Среда, 7 августа**

05:00, 09:00, 13:00, 18:30, 03:20 Известия. 05:20 Д/с «Страх в твоём доме. Из огня да в пламя» 16+. 06:00, 06:45, 07:35, 08:20, 09:25, 09:50, 10:40, 11:40 Т/с «Улицы разбитых фонарей 4» 16+. 12:35, 13:25, 13:55, 14:50, 15:45, 16:40, 17:30 Т/с «Глухарь. Возвращение» 16+. 19:00, 19:50, 20:40, 21:30, 22:20, 00:25 Т/с «След» 16+. 23:10 Т/с «Великолепная пятёрка» 16+. 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 01:10, 01:50, 02:20, 02:55, 03:25, 03:55, 04:30 Т/с «Детективы» 16+.

**Четверг, 8 августа**

05:00, 09:00, 13:00, 18:30, 03:20 Известия. 05:30, 06:15, 07:05, 08:05 Т/с «Улицы разбитых фонарей 4» 16+. 09:25, 10:20, 11:10, 12:05 Т/с «Брат за брата 3» 16+. 13:25, 14:10, 15:05, 15:55, 16:45, 17:40 Т/с «Береговая охрана 2» 16+. 19:00, 19:50, 20:40, 21:30, 22:20, 00:25 Т/с «След» 16+. 23:10 Т/с «Великолепная пятёрка» 16+. 00:00 Известия. Итоговый выпуск. 01:10, 01:50, 02:20, 02:45, 03:25, 03:55, 04:25 Т/с «Детективы» 16+.

**Пятница, 9 августа**

05:00, 09:00, 13:00 Известия. 05:40, 06:25, 07:10, 08:05, 09:25

ТВЦ

Понедельник, 5 августа
06:00 «Настроение». 08:00 «Ералаш» 6+. 08:10 X/ф «Дело Румянцева» 0+.

Вторник, 6 августа
06:00 «Настроение». 08:00 «Доктор И...» 16+.

Среда, 7 августа
06:00 «Настроение». 08:00 «Ералаш» 6+. 08:05 X/ф «Незнакомый наследник» 0+.

Четверг, 8 августа
06:00 «Настроение». 08:00 «Ералаш» 6+. 08:10 «Доктор И...» 16+.

Пятница, 9 августа
06:00 «Настроение». 08:00 X/ф «Прислупить к ликвидации» 12+.

Суббота, 10 августа
06:05 «Марш-бросок» 12+. 06:35 X/ф «Интриганки» 12+.

Воскресенье, 11 августа
05:50 X/ф «Судьба Марины» 0+. 07:40 «Фактор жизни» 12+.

РЕН ТВ

Понедельник, 5 августа
05:00, 09:00 «Военная тайна» 16+.

Вторник, 6 августа
05:00, 04:30 Д/п «Засекреченные списки» 16+.

Среда, 7 августа
05:00 Д/п «Засекреченные списки» 16+.

Четверг, 8 августа
05:00, 04:30 «Территория заблуждений» 16+.

Пятница, 9 августа
05:00, 03:45 «Территория заблуждений» 16+.

Суббота, 10 августа
05:00, 16:20, 02:20 «Территория заблуждений» 16+.

ЗВЕЗДА

Понедельник, 5 августа
06:10 X/ф «Каждый десятый» 12+.

Вторник, 6 августа
06:05 X/ф «Берем все на себя» 6+.

Среда, 7 августа
06:25, 08:20, 10:20, 13:15, 14:05, 03:40 Т/с «Морской патруль» 16+.

Четверг, 8 августа
06:20, 08:20, 10:20, 13:15, 14:05, 03:25 Т/с «Морской патруль» 16+.

Пятница, 9 августа
06:05, 08:20 Т/с «Морской патруль» 16+.

Суббота, 10 августа
05:30 X/ф «Даурия» 6+.

Воскресенье, 11 августа
05:50 X/ф «Пограничный пес Алай» 0+.

ДОМАШНИЙ

Понедельник, 5 августа
06:30, 06:15 «6 кадров» 16+.

Вторник, 6 августа
06:30, 06:20 «Удачная покупка» 16+.

Среда, 7 августа
06:30, 06:15 «6 кадров» 16+.

Четверг, 8 августа
06:30, 06:15 «6 кадров» 16+.

Пятница, 9 августа
06:30 «Удачная покупка» 16+.

Суббота, 10 августа
06:30 «Удачная покупка» 16+.

Воскресенье, 11 августа
06:30 «Удачная покупка» 16+.

ТНТ

Понедельник, 5 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Вторник, 6 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Среда, 7 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Четверг, 8 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Пятница, 9 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Суббота, 10 августа
07:00, 07:30, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Воскресенье, 11 августа
07:00, 07:30, 08:00, 08:30 «ТНТ. Gold» 16+.

Программа для аналогового телевидения Т+В

Понедельник, 5 августа
05:00, 11:00 «Утро с Вами» 16+.

Вторник, 6 августа
05:00, 11:00 «Утро с Вами» 16+.

Среда, 7 августа
05:00, 11:00 «Утро с Вами» 16+.

Четверг, 8 августа
05:00, 11:00 «Утро с Вами» 16+.

Пятница, 9 августа
05:00, 11:00 «Утро с Вами» 16+.

Суббота, 10 августа
05:00 Музыкальный канал 16+.

Воскресенье, 11 августа
05:00 Музыкальный канал 16+.

В программе могут быть изменения.



# АнтиСтресс

## Работы на огороде и в саду в августе

В такую погоду, когда температура почвы снижается до 12 градусов тепла, корневая система теплолюбивых растений не работает, и чтобы сохранить точку роста, растения начинают забирать питательные вещества из листьев, поэтому листва преждевременно желтеет и опадает. Для того чтобы поддержать растения, необходимо делать внекорневые подкормки. Лучше всего для этих целей подходит удобрение «Унифлор-бутон», достаточно 2 чайных ложек на 10 л воды. Опрыскивание надо делать под вечер или в пасмурную погоду. Необходимо так выбрать время, чтобы, по крайней мере, 3 часа после опрыскивания не было дождя.

В теплицах основной враг у томатов – фитофтора и плодовая гниль. Сейчас уже не стоит применять химические средства, лучше воспользуйтесь йодом (флакончик 10 мл на 10 л воды). Повторите опрыскивание через 3 дня. Можно использовать «Фитоспорин», опрыскивание проводить каждые 10 дней. Плоды следует обработать раствором хлористого кальция (бутылочку объёмом 200 мл 10-процентного раствора развести в 2 л воды и опрыскать один раз только плоды и обязательно плодоножку).

Перцы берегите от стеблевой гнили точно так же, как огурцы. Серую или белую плесень надо снять сухой тряпочкой или смоченной в крепком растворе марганцовки, а затем опылить это место золой. Можно замазать кашицей из мела, марганцовки и воды.

На огурцах бактериоз и антракноз следует убирать с помощью «Фитоспорины». Применять химические средства, в том числе медные препараты, нельзя.

От лукавиц следует отгрести почву так, чтобы она стояла на почве на корнях. Полить раствором поваренной соли (1 стакан соли на ведро воды) и оставить неприкрытой.

Точно так же следует поступить с капустой: сначала отгрести почву и полить раствором соли сверху по кочану, а затем в отличие от лука вновь окучить. Не забывайте регулярно, примерно раз в 15 дней, поливать капусту против килы раствором кальциевой селитры (3 столовые ложки на 10 л воды, по поллитра под куст) или известковым молочком (1 стакан извести или доломита, можно мела на 10 л воды по пол-литра под куст).

Против вредителей на овощах сейчас можно использовать только биопрепарат «Фитоверм».

В начале месяца, как только вы уберёте урожай смородины и крыжовника, сразу же подкормите и обработайте ягодные кустарники. При уборке урожая снимайте паутинные гнёзда, подсохшие ягоды, закрученные листья и сжигайте их.

Ягодники закладывают урожай будущего года, у них начинается рост корневой системы, поэтому им требуется минеральная подкормка суперфосфатом и

калием. Для красной смородины и крыжовника достаточно взять по 1 столовой ложке двойного суперфосфата и по 2 столовых ложки калия на куст, а для чёрной смородины 2 ложки двойного суперфосфата и 1 ложку калия. Удобрения лучше вносить в полив при сухой погоде и всухую заделать в верхний слой почвы – в дождливую. Использовать хлористый калий нежелательно, особенно для крыжовника, поскольку он сразу сбросит листья, а для успешного развития корней листья тоже нужны. Крыжовник может сбросить листья преждевременно и при длительной засухе, если вы его не польёте.



В августе не следует давать ягодникам азотную подкормку, тем более настоем сорняков или навоза, поскольку азот вызывает рост концев у веток. Этот новый прирост не успеет одревеснеть к зиме и засохнет. Наоборот, лучше остановить рост веток. Для этого прищипните (оборвите) верхушки веток у черной смородины и крыжовника, но не у красной смородины, поскольку именно у неё на концах веток закладываются наибольшее количество плодовых почек. У чёрной смородины, наоборот, можно ежегодно укорачивать концы веток.

Сорняки под кустами следует срезать плоскорезом или полынником, заглубляя его в почву примерно на 2 см, и оставлять их прямо под кустами.

Если много вредителей, в том числе и тли, а также при сильном поражении мучнистой росой, можно воспользоваться таким старинным народным средством: забросить в середину кустов лопату свежего навоза, естественно, не заделывая его в почву и не рассыпая по периметру куста, где расположены сосущие корни. Запах навоза дезориентирует вредителей, и они покидают такой куст или вообще облетают его стороной. Кроме того, выделяющиеся из навоза испарения губительно действуют на споры гриба мучнистой росы.

Начало августа – крайний срок для обработки посадок земляники. Необходимо, чтобы у кустов была к концу августа большая зелёная масса, поскольку у нас очень часто бывают ранние и довольно сильные заморозки в самом конце августа или самом

начале сентября, а у земляники наиболее слабое место – это корневище. Необходимо, чтобы земляника прикрывала его собственными листьями. Если вы не успели обработать кустики до середины августа, оставьте их зимовать так, как есть. Для земляники это лучше, чем оголённые, не прикрытые листьями корневища.

У земляники корневище нарастает (выпирает) наверх, и в верхней его части отрастают молодые корешки, которые нуждаются в почве, поэтому кустики следует приокучить или подсыпать под них новую почву, но так, чтобы не засыпать сердечко. Плодоношение земляники с годами падает именно по этой причине: молодые корешки повисают над землёй и просто высыхают или вымерзают. На оставшейся же под почвой части старого корневища недостаточно молодых корешков для обильного плодоношения.

Если весной на крыжовнике была мучнистая роса, она может сгубить куст (серый войлочный налёт на листьях и ягодах). Придётся прямо сейчас сделать опрыскивание препаратами «Вектра» или «Топаз», а лучше взять «Циркон», а затем ещё раз в конце августа или в самом начале сентября, если к тому времени на нём ещё останутся листья. Сорняки следует вырвать и почву под кустом также обработать одним из этих препаратов.

Следующей весной обязательно проведите трёхкратную обработку: по молодым листьям, затем через 2 недели по молодым завязям и после уборки урожая, чтобы искоренить возбудителя гриба на 4-5 лет. Если мучнистая роса повредила только часть куста, а на остальной части ягоды чистые, то эти препараты применять не следует, а надо пару раз до уборки урожая весь куст опрыскать препаратом «Фитоспорин», и только после уборки урожая опрыскать препаратами «Вектра» или «Топаз».

То же самое относится и к яблоням, поражённым паршой (сначала чёрные пятна на листьях, потом чёрные пятна на яблоках). Использовать можно либо «Вектру», либо «Скор», но опять-таки лучше использовать «Циркон».

### Народные приметы погоды на август

Если 1 августа идёт дождь, то и вся осень будет дождливой.

Если 16 августа был вихрь – жди снежную зиму.

Если 27 августа был тихий вечер, то осень будет ясная, а если была буря – то сентябрь будет ненастный.

Если на деревьях появились жёлтые листья в начале августа, то будет ранняя осень.

Обильное плодоношение красной рябины – к холодной зиме. Обилие лесных ягод тоже предвещает холодную зиму.

Муравьи строят высокие муравейники – к холодной зиме.

Депрессия относится к тем недугам, которые проще предупредить, чем лечить. Как это сделать? И как бороться с депрессией, если она всё же вас настигла? Вот несколько несложных правил от МирСоветов.

## Причины депрессии и как с ней бороться

Высыпайтесь. Как правило, депрессивное состояние сопровождается бессонницей. Сон – лучший лекарь. Ложась спать, хорошо проветривайте спальню и по возможности оставляйте форточку открытой. Это обеспечит достаточный приток свежего воздуха, а значит, вы проспите дольше и проснётесь бодрее. В здоровом теле – здоровый дух. Занимайтесь спортом. Даже обычная утренняя зарядка способна творить чудеса, хороший и проверенный способ для борьбы с надвигающейся депрессией. Только выберите такой комплекс упражнений, чтобы в работе поучаствовали все группы мышц. Помогают бег трусцой, плавание, велосипедный и конный спорт, даже пешие прогулки. А если вы и раньше регулярно поддерживали хорошую форму, то теперь попробуйте заниматься до полного физического изнеможения. Это тоже хороший способ снять душевное напряжение. Чередуйте умственный труд и физическую нагрузку. Найдите такого человека, с которым можно поговорить по душам, поделиться с ним своими переживаниями. Не с кем поговорить? Поплачьте в подушку. Слезы тоже приносят облегчение при депрессии. Живите сегодняшним днём. Не занимайтесь самокопанием, не копите обиды, не бередите раны, оставьте прошлое в прошлом. Не бойтесь будущего – большинство бед, которые можно себе навообразать, никогда не случатся. Смените обстановку. Вырвитесь в лес, поработайте в огороде. Депрессия не исчезнет, если замкнуться в четырёх стенах и хандрить. Не берите на себя слишком много. Порой бывает права поговорка: «Работа не волк, в лес не убежит». Иногда позволяйте себе махнуть рукой на всё и завалиться спать – зато утром вы проснётесь в хорошем настроении и будете в состоянии горы свернуть. Слушайте ту музыку, которую принимает ваше сердце, читайте хорошие книги, попробуйте найти себе творческое занятие по душе.

Пересмотрите свои привычки в питании. Шоколад и бананы, содержат эндорфины, способные поднимать настроение. А семечки, орехи, хлеб из муки грубого помола, гречка, овсянка, бобовые – кладезь витамина В1 (тиамина), дефицит которого вызывает серьёзные нарушения в работе нервной системы. МирСоветов рекомендует соблюдать здоровую сбалансированную диету, не перекармливайте себя и ни в коем случае не ешьте только ради того, чтобы поднять себе настроение. Вес, увеличившийся в результате таких пиршеств, способен вогнать в ещё более глубокую депрессию. Интерьер также влияет на психическое самочувствие. Окружив себя красивыми вещами, наклеив новые обои, сменив обстановку в своей квартире на более светлую и просторную, вы заметно улучшите своё настроение. Ставьте перед собой в жизни цели и имейте смелость твёрдо идти к ним, несмотря ни на что. Поставив перед собой целью избавиться от депрессии, вы непременно навсегда выбросите её из своей жизни.

## Улыбнись



### Шок

В этом году моя дочь Катя пошла в 1-й класс. Первое родительское собрание, учительница попросила родителей занять места своих детей, подожду к парте дочери, а на моём месте уже сидит незнакомый мужчина, место рядом свободно.

Я села с ним рядом. Ну, думаю, наверное, это папа Катиного соседа по парте, познакомиться надо, всё-таки дети вместе учатся. Стала ему представляться: «Я Катина мама!». Его ответ ввёл меня в шоковое состояние: «А я Катин папа!». Только потом я сообразила, что в классе четыре Кати.

### Медицинские байки

Дали нам вызов в квартиру – бабка ушиблась головой, дом в 5 минутах ходьбы.

Приезжаем, заходим в подъезд – на первом этаже у лифта стоит бабка, босиком, в глубокой энцефалопатии. Мы её под ручки и в машину.

Осмотрели – вроде ничего, но бабку куда-то надо определить. Отвезли в областную больницу с сотрясением. Сдали.

И тут нас вызывают по рации и задают вопрос:

– А вы, собственно, где?

Отвечаем что в областной больнице, бабку привезли.

– Какую бабку? Вы на вызове были? Нам уже несколько раз перезванивали!

Мы почуяли смутное сомнение. Ведь в квартиру-то мы не поднимались. Ну и в итоге оказалось, что бабка, которую мы схватили в подъезде – это другая бабка, она свой почтовый ящик пошерстить вышла. Ну а тут – мы.

### Полезный совет

Вы говорите, что жизнь как зебра? А вы будьте хитрее. Дойдите до белой полосы – и вдоль, и вдоль...