

Общество

Сотрудники ГИБДД стали донорами

В преддверии Всемирного дня памяти жертв ДТП сотрудники Стрежевской Госавтоинспекции приняли участие в акции по безвозмездной сдаче крови.

Известно, что кровь доноров спасает многие сотни жизней больных людей. В преддверии Всемирного дня памяти жертв ДТП, который ежегодно отмечается 18 ноября сотрудники отдела ГИБДД МО МВД России «Стрежевской» УМВД России по Томской области приняли решение стать донорами и сдали кровь.

Как пояснила, заведующая отделением переливания крови городской больницы врач трансфузиолог Н.И. Сафинская, донором крови может стать любой здоровый гражданин в возрасте 18 лет и старше. Те же, кому ещё

нет 18-ти, могут поддержать движение доноров, распространяя информацию о донорстве. По словам доктора, самыми редкими группами крови считаются 3 и 4 с отрицательным резусом, самой распространённой группой является 1 положительная. Медицинская сестра отделения переливания крови М.Р. Зарипова рассказала сдающим кровь сотрудникам, что донорство - это добровольная сдача крови для последующего переливания нуждающимся больным или получения медицинских препаратов. В ходе несложной процедуры из вены у донора берут 450 мл. цельной крови. Всего в акции приняли участие 8 сотрудников.

• Н.С. РЕВУНОВА, врач специалиста направления по связям со СМИ МО МВД России «Стрежевской»



Информация. Реклама. Объявления

Уважаемые александровцы!
17 ноября с 11.00 в здании Администрации Александровского района ведёт приём по личным вопросам депутат Законодательной Думы Томской области И.Н. ЧЕРНЫШЁВ

ПРОДАМ
► дом. Т. 8-923-420-39-87
► дом (ул. Студенческая, 12). Т. 8-913-107-86-04
► срочно 4-комнатную благоустроенную квартиру (есть баня, гараж, погреб). Т. 8-913-874-14-20
► 3-комнатную благоустроенную квартиру в 4-квартирном доме. Т. 8-913-101-63-20
► или сдам с последующим выкупом 3-комнатную газифицированную благоустроенную квартиру (баня, огород). Т. 8-913-841-16-04
► 2-комнатную благоустроенную квартиру (недорого). Т. 8-913-108-57-65
► 2-комнатную квартиру (в кирпичном доме, в центре). Т. 2-56-33, 8-913-857-32-11
► хорошую 2-комнатную благоустроенную квартиру (в доме после капитального ремонта). 8-913-115-67-90
► благоустроенную квартиру (по ул. Гоголя, недорого). Т. 8-913-815-73-23
► клюкву. Т. 8-913-108-57-65

РАЗНОЕ
► Выполним любые внутренние строительные и сантехнические работы. Т. 8-913-810-82-36

Обратите внимание!
Администрация ОГАУЗ «Александровская РБ» сообщает:
выездное заседание МСЭК состоится 4 декабря 2018 г.

Администрация Александровского сельского поселения объявила запрос котировок на приобретение квартиры.
Более подробную информацию можно получить на сайте www.zakupki.gov.ru, номер закупки 0165300014518000032 или получить документацию в Администрации Александровского сельского поселения.

Куплю шкуры соболя, лисы и другие.
Т. 8-903-999-21-99.

ТРЕБУЮТСЯ СРОЧНО:
• ВОДИТЕЛИ категории Е (песовозы, щеповозы),
• МЕХАНИКИ, СПЕСАРИ, ЭЛЕКТРИКИ спецтехники и лесопильного оборудования,
• РАМЩИКИ, ПОМОЩНИКИ РАМЩИКОВ.
Вахта, с. Красный Яр, выплата зарплаты два раза в месяц, зарплата по результатам собеседования, столовая.
Тел.: 8-983-348-80-42, 8-962-788-03-41.

От всей души!
Поздравляем с юбилеем **Алексашина Виктора!**
Улыбнись веселей - Это твой юбилей!
Мы целуем тебя, обнимаем, Долгой жизни, здоровья желаем!
Надежда, Владимир

Детско-юношеская спортивная школа объявляет набор в секции:
• Спортивная акробатика (девочки-мальчики 5-7 лет);
• Хоккей с шайбой (мальчики 8-18 лет).
Справки по тел.: 2-63-75.
Добро пожаловать!

Магазин «ПАРНОЕ МЯСО»
(на площади в центре села)
Парная говядина (300 рублей);
Парная свинина (250 рублей);
Брюшина (150 рублей/кг.);
Рулет (150 рублей/кг.);
Творог (150 рублей/кг.).
Домашние пельмени, манты, вареники, фарш, сало в ассортименте, шашлыки, барбекю, филе, кисломолочные продукты и многое другое.

Благодарность
Выражаем искреннюю благодарность всем, кто разделил с нами тяжёлые минуты невосполнимой потери и горя в связи со смертью любимого мужа, отца, брата, дедушки **Мальшиева Владимира Герасимовича.**
От всей души благодарим всех, кто был рядом в это очень трудное время для нас. Жена, дети, родные

СЕВЕРЯНКА
Главный редактор - И.В. ПАРФЕНОВА

Адрес редакции, издателя, типографии: 636760, Томская область, с. Александровское, ул. Лебедева, 8.
Телефоны: редактора - 2-58-52 (факс), бухгалтерии - 2-43-57, корреспондентов газеты - 2-59-34.
E-mail: severynka70@mail.ru

Учредитель: Администрация Александровского района Томской области.
Газета «Северянка» зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Томской области, св-во от 01.12.2009 г. ПИ № ТУ 70 - 00114

Выходит по вторникам и пятницам. Распространяется по подписке и в розницу. Цена одного номера - 5 руб. 29 коп. (по подписке), в розницу - цена свободная. Индекс по каталогу - 54228. Способ печати - RISO. Объём 1 п.л. Заказ № 117. Номер подписан в печать 15.11.2018 г. Время подписания в печать: по графику - в 17.00, фактически - в 17.00. Дата выхода в свет - 16.11.2018 г. Тираж - 1800

Мнение авторов не всегда совпадает с позицией редакции. Авторы несут ответственность за достоверность публикуемых сведений. Ответственность за достоверность сведений, изложенных в объявлениях и рекламе, несёт рекламодатель. Редакция не вступает в переписку с читателями, рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Информационно-аналитическая,
политическая газета Александровского района

СЕВЕРЯНКА

№ 87 (2855) ■ ПЯТНИЦА ■ 16 НОЯБРЯ 2018 г.

Газета «Северная звезда»
основана в октябре 1942 г.

Благотворительный марафон «Путь к милосердию» Уважаемые александровцы! 17 НОЯБРЯ с 14.00 до 16.00 в РДК состоится заключительный этап благотворительного марафона «Путь к милосердию».

Цель благотворительного марафона «Путь к милосердию» - привлечь внимание широкой общественности на проблемы инвалидов, привлечь частных лиц, руководителей предприятий и учреждений всех форм собственности к благотворительности и милосердию. Многие коллективы уже откликнулись на наше обращение и приняли активное участие в сборе средств для оказания адресной помощи людям с ограниченными возможностями здоровья.

В субботу 17 ноября в РДК пройдут следующие мероприятия:

- Благотворительный концерт, с 14.00 до 15.00. Концерт готовится силами РДК и ДДТ. Каждый зритель может внести свой благотворительный взнос, исходя из своих возможностей. В ходе концерта будут подведены итоги марафона.

- Благотворительная лотерея и благотворительная ярмарка, с 15.00 до 16.00. К участию в ярмарке приглашаются все желающие! Заявки на участие в ярмарке можно подать по телефону: 8-913-113-47-24.

Все собранные в ходе мероприятий наличные средства будут фиксироваться в ведомости и будут переведены на банковский счёт районного общества инвалидов.

Напомним реквизиты банковского счёта общества инвалидов:

ИНН 7001002123 КПП 702201001
Александровская районная организация Томского регионального отделения общественной организации «Всероссийского общества инвалидов». Реквизиты банка: Томское отделение № 8616 ПАО Сбербанк г. Томск
Счёт 40703810764000000301
Кор. счёт 30101810800000000606
Бик 046902606

**Спешите делать добро!
Каждому человеку присущи милосердие и сострадание!**

• Л.В. МАТЫЦИНА, председатель РОИ

Повестка сорок четвёртого очередного Собрания Думы Александровского района третьего созыва
29.11.2018 14.15

1. О внесении изменений в решение Думы Александровского района Томской области от 27.12.2017 № 163 «О бюджете муниципального образования «Александровский район» на 2018 год и на плановый период 2019 и 2020 годов».

2. Об утверждении Положения о порядке проведения конкурса на замещение вакантной должности муниципальной службы в органах местного самоуправления муниципального образования «Александровский район».

3. О бюджете муниципального образования «Александровский район» на 2019 год и на плановый период 2020 и 2021 годов (1-ое чтение).

4. Об исполнении бюджета муниципального образования «Александровский район» за 9 месяцев 2018 года.

5. Об утверждении Порядка заключения соглашений с органами местного самоуправления поселений, входящих в состав Александровского района, о передаче (принятии) части полномочий по решению вопросов местного значения.

6. О внесении изменений в решение Думы Александровского района Томской области от 18.02.2016 № 30 «Об утверждении структуры и предельной штатной численности Администрации Александровского района».

7. О внесении изменений в решение Думы Александровского района Томской области от 19.06.2014 № 316 «О создании Отдела культуры, спорта и молодёжной политики Администрации Александровского района».

8. О внесении изменений в решение Думы Александровского района Томской области от 24.11.2011 № 120 «Об утверждении Положения об Отделе образования Администрации Александровского района Томской области».

Разное.
• С.Ф. ПАНОВ, председатель Думы Александровского района

МКУ «Отдел культуры, спорта и молодёжной политики Администрации Александровского района»

Афиша выходных дней

В РДК состоится показ фильмов:

16 ноября - 14.00 «Мульт в кино» (0+);
16.00 «На край света» (6+);
18.00, 21.00 «Фантастические твари» (12+).
17 ноября - 11.00 «На край света» (6+);
18.00, 21.00 «Фантастические твари» (12+).
18 ноября - 17.00, 20.00 «Фантастические твари» (12+);
20 ноября - 12.00, 17.00, 20.00 «Фантастические твари» (12+);
15.00 «На край света» (6+).
21 ноября - 12.00, 17.00, 20.00 «Фантастические твари» (12+);
15.00 «На край света» (6+).
22 ноября - 12.00, 17.00, 20.00 «Фантастические твари» (12+);
15.00 «На край света» (6+).

Касса работает за час до показа.

Приглашаем на театральную премьеру!

18 ноября, 14.00, РДК - Детский театр «Дебют» приглашает на премьеру спектакля «ЩЕЛКУНЧИК» (по сказке Э. Гофмана).

Стартовало голосование по выбору имён для 47 аэропортов России

Стартовал заключительный этап общенационального проекта «Великие имена России», по итогам которого 47 аэропортов страны в результате народного голосования обретут имена выдающихся соотечественников.

По результатам опроса ВЦИОМ в тройку имён - претендентов для названия аэропорта Томска вошли авиаконструктор, создатель вертолётов «Ка» **Николай Камов**, космонавт, дважды Герой Советского Союза **Николай Рухавишников**, врач-хирург **Андрей Савиных**. Имя победителя проекта определится в результате голосования, которое завершится 30 ноября.

Член Общественной палаты России, заместитель председателя Общественной палаты Томской области В.Н. Грахов назвал ключевой принцип голосования по проекту. «Каждый участник может выбрать только один аэропорт России из общего списка и проголосовать только за одного претендента, по принципу «один голос - один аэропорт - одно имя».

Проголосовать можно несколькими способами. На сайте проекта великиеимена.рф нужно пройти авторизацию с помощью мобильного телефона, найти аэропорт и выбрать одно из трёх имён-претендентов. Имея действующий аккаунт, можно проголосовать в социальных сетях «ВКонтакте» и «Одноклассники». Для этого нужно зайти в специально созданное приложение публичной группы конкурса в «Одноклассниках» и «ВКонтакте». Ссылки на приложения опубликованы на сайте проекта великиеимена.рф.

Проголосовать можно, позвонив на «горячую линию» по телефону 8-800-707-93-17, следуя инструкциям оператора. Звонки принимаются из любого региона России бесплатно.

Также проголосовать можно, заполнив анкету у волонтеров. В Томске пункты для голосования размещаются в торговых центрах «Стройпарк» на улицах Пушкина и Вершинина, в «Изумрудном городе», в главных корпусах ТПУ (пр. Ленина, 30) и ТГУ (пр. Ленина, 36), учебно-лабо-

раторном корпусе СибГМУ (Московский тракт, 2, строение 7), а также в томском аэропорту.

Можно проголосовать по газетным анкетам. Анкеты также будут опубликованы в федеральных изданиях - в газетах «Комсомольская правда» (выпуски от 16, 20 и 22 ноября) и «Аргументы и факты» (выпуски от 21 и 28 ноября). Анкету необходимо вырезать, заполнить, отметив одно из трёх имён-претендентов, и отправить почтой на адрес Общественной палаты РФ: 125993, Москва, Митинская площадь, дом 7, строение 1.

Как отметил В.Н. Грахов, ход голосования можно отслеживать ежедневно на сайте великиеимена.рф. Победителями по каждому аэропорту будут признаны имена, набравшие всеми указанными способами наибольшее количество голосов. Итоги конкурса подведут 5 декабря. В этот день официально будут объявлены имена, которые жители страны присвоили 47 российским аэропортам, в том числе и аэропорту Томска.

«Призываю всех жителей Томской области принять активное участие в голосовании и выбрать имя томскому аэропорту», - обратился В.Н. Грахов. ■

Центр социальной поддержки населения Александровского района приглашает всех нуждающихся для оформления на социальное обслуживание на дому

Гражданин признаётся нуждающимся в социальном обслуживании в случае, если существуют обстоятельства, которые ухудшают или могут ухудшить условия его жизнедеятельности: полная или частичная утрата способности либо возможности осуществлять самообслуживание, самостоятельно передвигаться, обеспечивать основные жизненные потребности в силу заболевания, травмы, возраста или наличия инвалидности; наличие в семье инвалида или инвалидов, в том числе ребёнка-инвалида или детей-инвалидов, нуждающихся в постоянном постороннем уходе (см.: Федеральный Закон от 28.12.2003 № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации»).

Социальное обслуживание граждан осуществляется на временной (на срок до 6 месяцев) или постоянной основе.

Социальные услуги в форме социального обслуживания на дому предоставляются бесплатно, за плату и частичную плату в зависимости от величины среднедушевого дохода по отношению к прожиточному минимуму.

Социальный работник окажет помощь в покупке продуктов, очистке снега, покупке лекарств, уборке дома, приготовлении пищи и многом другом.

Подробный перечень предоставляемых социальных услуг размещён на официальном сайте ОГКУ «ЦСПН Александровского района»:

<http://aleksan.social.tomsk.gov.ru/soczialnoe-obsuzhivanie-grazhdan-na-domu/zachislenie-na-soczialnoe-obsuzhivanie-na-domu.html>

Обращаться необходимо в ОГКУ «Центр социальной поддержки населения Александровского района» по адресу: с. Александровское, ул. Ленина, 7, кабинет № 12, тел. 8 (38255) 2-50-80. ■

Получить материнский капитал можно за 15 дней

Президент Владимир Путин утвердил сокращение срока решения о выдаче сертификата на материнский капитал. Если ранее на рассмотрение заявления о выдаче сертификата закон отводил месяц, то теперь срок сокращён до 15-ти дней, отсчитываемых с даты подачи заявления в ПФР.

Сокращение сроков принятия решения о выдаче сертификата стало возможным благодаря развитию автоматизированной информационной системы ПФР. Всю необходимую для предоставления госуслуги информацию, находящуюся в ведении других ведомств, территориальные органы Пенсионного фонда запрашивают самостоятельно и получают в короткие сроки по электронным каналам. Таким образом, для многих клиентских служб ПФР практика оформления сертификата на материнский капитал в пределах 15-ти дней не является новой и укладывается в стандартный регламент.

Подать заявление на получение сертификата семьи могут не только через клиентскую службу ПФР или Многофункциональный центр, но и с помощью электронных сервисов Личного кабинета на сайте ПФР или Портале госуслуг.

Средствами материнского капитала можно распорядиться по четырём направлениям: улучшение жилищных условий, оплата образовательных услуг для детей, формирование будущей пенсии мамы, оплата товаров и услуг для социальной адаптации и интеграции в общество детей-инвалидов. Также с начала 2018 года предусмотрены ежемесячные выплаты нуждающимся семьям, в которых второй ребёнок рождён (усыновлен) после 1 января 2018 года.

Размер материнского капитала в 2018 году составляет 453 026 рублей.

Программа федерального материнского капитала продлена до 2021 года, то есть необходимо, чтобы ребёнок, который даёт право на сертификат, родился или был усыновлен до 31 декабря 2021 года. При этом, как и раньше, само получение сертификата и распоряжение его средствами временем не ограничены.

■ Пресс-релиз ОПФ РФ по Томской области от 14 ноября 2018 года

Первый лёд опасен!

Период ледообразования - опасное явление. Оказавшись на тонком льду водоёма, можно легко провалиться. В этот период в группе риска находятся дети, оставленные без присмотра взрослых, рыбаки-любители, охотники, водители транспортных средств.

Администрация Александровского района обращает внимание жителей района на несколько простых правил личной безопасности.

- *Первый лёд очень коварен, и выходить на него категорически запрещено!*

- *Становление льда на водоёмах происходит неравномерно: если в одном месте он может выдержать вес человека, то в другом - с лёгкостью проломиться. Особенно лёд непрочен в местах быстрого течения, стоковых вод и бьющих ключей, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустарников.*

- *Крайне ненадёжным является лёд под снегом и сугробами. Опасность представляют полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты слоем льда.*

- *Ни в коем случае нельзя выходить на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости: в тумане, при снегопаде.*

- *Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара камнем или лыжной палкой появится хоть немного воды, это означает, что лёд тонкий, по нему ходить нельзя. Следует немедленно отойти по своему же следу обратно к берегу скользящими шагами, не отрывая ног от льда, расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно также поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нём трещин.*

- *Родители должны пресекать игры детей на тонком льду. Дети никогда не должны находиться на водных объектах в одиночестве.*

- *При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо очень внимательно осмотреться и заранее наметить предстоящий маршрут. Замёрзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом крепления лыж должны быть растёгнуты, чтобы при необходимости быстро от них освободиться, а лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.*

- *Для пересечения рек нужно пользоваться оборудованными ледовыми переправами. Дождитесь, пока они официально открываются.*

- *Не забывайте, что безопасным для человека считается лёд толщиной не менее 7-10 см.* ■

Межрайонная инспекция ФНС России № 8 по Томской области напоминает, что срок уплаты транспортного налога, земельного налога и налога на имущество физических лиц не позднее 1 декабря 2018 года

Если вы не получили уведомление и квитанции об уплате имущественных налогов, необходимо обратиться в налоговую инспекцию.

Произвести оплату имущественных налогов можно различными способами: как лично в отделениях банков, так и не выходя из дома - с использованием электронных сервисов ФНС России «Заплати налоги» и «Личный кабинет налогоплательщика для физических лиц» на сайте ФНС России (www.nalog.ru).

Подключиться к Личному кабинету налогоплательщика можно в любом налоговом органе, имея при себе паспорт.

Хотелось бы обратить внимание, что имущественные налоги составляют основу местных бюджетов: налог на имущество физических лиц и земельный полностью остаются в казне муниципалитетов, транспортный налог в полном объёме перечисляется в областной бюджет. Таким образом, уплачивая имущественные налоги, мы обеспечиваем реализацию социальных программ на территории своего проживания.

Исполните свои обязанности по уплате налогов в срок!

■ Отдел учёта и работы с налогоплательщиками

Итоговый документ публичных слушаний

По проекту решения Совета Александровского сельского поселения «О бюджете муниципального образования «Александровское сельское поселение» на 2019 год и плановый период 2020 и 2021 годов»

Публичные слушания проводились 14.11.2018 в 15 часов 00 минут по адресу: Томская область, Александровский район, с. Александровское, ул. Лебедева, 30, помещение музея.

На публичных слушаниях присутствовали 15 человек, в том числе депутаты Совета поселения, представители Администрации поселения, представители общественных организаций.

По результатам публичных слушаний решено одобрить проект решения Совета Александровского сельского поселения «О бюджете муниципального образования «Александровское сельское поселение» на 2019 год и плановый период 2020 и 2021 годов» в предложенной редакции и рекомендовать к принятию на сессии Совета поселения.

При голосовании: за - 15, против - 0, воздержались - 0.

■ В.Т. ДУБРОВИН, председатель публичных слушаний

«Сообща, где торгуют смертью»

12 ноября в Томской области стартовала общероссийская антинаркотическая акция «Сообща, где торгуют смертью», которая продлится до 23 ноября.

Цель акции - приём от граждан сообщений о совершении противоправных действий, связанных с незаконным оборотом наркотиков, а также оказание консультативной помощи по вопросам лечения и реабилитации наркопотребителей.

Жители Томской области могут сообщить информацию о совершении преступлений, связанных с незаконным оборотом наркотиков, по телефону дежурной части регионального управления МВД: 8 (3822) 271-220, а также по телефонам дежурных частей территориальных органов внутренних дел на районном уровне. Звонки принимаются ежедневно, круглосуточно, конфиденциальность гарантируется.

Консультативную помощь по вопросам лечения и реабилитации наркопотребителей можно получить, обратившись в Томский областной наркологический диспансер (в рабочее время: 8 (3822) 770-030, в выходные и праздничные дни: 8-953-929-04-05) или в кабинет врача-нарколога медицинской организации по месту жительства.

Акция «Сообща, где торгуют смертью» проходит при поддержке Администрации Томской области, региональной антинаркотической комиссии, органов местного самоуправления. ■

Сахарный диабет: типы, факторы, профилактика

Диабет занимает седьмое место среди причин смертности по оценкам Всемирной организации здравоохранения. Как проявляется данное заболевание, и какие меры способны сократить риск его развития, рассказала эксперт проекта СибГМУ «Томская область - лаборатория здоровья», врач-диетолог, эндокринолог Дарья Подчиненова.

Сахарный диабет (СД) - это группа хронических заболеваний, которая характеризуется гипергликемией, то есть повышением уровня сахара в крови. Наиболее известны СД 1 и 2 типа. Однако, на самом деле существуют и другие его разновидности: MODY, LADA или гестационный сахарный диабет, который развивается на фоне беременности.

Сахарный диабет 1 типа также называют инсулинозависимым СД или диабетом молодых. В его основе лежит дефицит гормона инсулина, который синтезируется поджелудочной железой. Наиболее часто им болевают дети и подростки, тем не менее, манифестация может быть и во взрослом возрасте. Чаще всего заболевание развивается из-за аутоиммунного процесса, который разрушает клетки поджелудочной железы, синтезирующие инсулин. Также пусковым моментом может послужить сильный стресс или тяжёлое инфекционное заболевание.

Сахарный диабет 2 типа называют инсулинонезависимым СД или диабетом взрослых. Гипергликемия при СД 2 типа развивается из-за на-

рушения секреции инсулина поджелудочной железой и снижения чувствительности к инсулину клеток организма. Важными факторами развития этого типа являются ожирение, нерациональное питание и низкая физическая активность. Чаще всего СД 2 развивается во взрослом периоде. Однако в последнее время, в связи с ростом эпидемии детского ожирения, он всё чаще диагностируется и в более молодом возрасте.

По данным Российского эпидемиологического исследования NATION наиболее высокая распространённость сахарного диабета 2 типа отмечается в возрасте старше 45 лет, достигая максимума в возрасте 65-70 лет. Кроме того, если заболеваемость СД 1 типа на протяжении десятилетий относительно стабильна, то количество людей, страдающих СД 2 типа, во всех возрастных группах неуклонно растёт, что связано с нашим современным образом жизни.

Гестационный сахарный диабет - это гипергликемия развивающаяся на фоне беременности. Женщины с такой формой СД имеют повышенный риск осложнений во время беременности и родов, а также риск заболевания СД 2 типа в будущем.

Симптомы гипергликемии: сухость во рту, жажда, полиурия (учащённое мочеиспускание), повышенный аппетит, снижение веса, кожный зуд, плохо заживающие ранки на коже, повышенная утомляемость и усталость.

Данные симптомы характерны для всех типов СД, но отличаются по степени выраженности. Например, при СД 1 типа симптомы нарастают быстро, в течение нескольких дней, а при СД 2 типа симптомы длительное время могут оставаться нераспознанными.

Факторы развития сахарного диабета

Наиболее актуальны в первую очередь для СД 2 типа и гестационного диабета: несбалансированное питание с избытком простых углеводов и рафинированных жиров в нём, избыточная масса тела и ожирение, низкий уровень физической активности.

Лечение сахарного диабета

СД - это хроническое заболевание, от которого невозможно излечиться полностью. Однако, его возможно компенсировать и предотвратить развитие грозных осложнений, которые чаще всего и служат причиной смертельного исхода.

Для терапии СД 1 типа используют пожизненные инъекции длинного и короткого инсулина, что замещают функцию разрушенных клеток поджелудочной железы.

Лечение СД 2 типа, в первую очередь, подразумевает изменение образа жизни (нормализация массы

Томские пациенты с диабетом получили инсулин на 112 миллионов рублей

За десять месяцев 2018 года инсулинозависимые пациенты Томской области бесплатно получили жизненно необходимые препараты (инсулины) на сумму 112,5 млн. рублей. В том числе за счёт областного бюджета на 66,4 млн. рублей, что на 10 млн. больше по сравнению с аналогичным периодом 2017 года.

Еще 6 млн. рублей из областного бюджета пошло на закупку расходников для инсулиновых помп и на 1,8 миллиона тест-полосок для детей с диабетом. Напомним, в 2015 году родители детей, страдающих сахарным диабетом, обратились к Губернатору с просьбой помочь с покупкой расходных материалов для инсулиновых помп. С.А. Жвачкин распорядился выделить необходимые средства.

По словам главного эндокринолога Томской области Марины Харахулах, всего в регионе зарегистрировано 40 100 больных сахарным диабетом, из них 294 - дети до 18 лет. У большинства (32 726 человек) диагностирован диабет второго типа, при котором нет зависимости от инсулина.

14 ноября во всём мире отмечается День борьбы с диабетом. Впервые он был проведён Международной диабетической федерацией и Всемирной организацией здравоохранения в 1991 году. Цель - повышение осведомлённости о профилактике сахарного диабета и его осложнениях.

По данным российского регистра больных сахарным диабетом численность заболевших выросла в 2,5 раза с 2000 по 2017 год и достигла 4,5 млн. человек.

тела, соблюдение основных принципов рационального питания и достаточная физическая активность), а также таблетированные и инъекционные сахароснижающие препараты.

Профилактика сахарного диабета

• поддержание нормальной массы тела;

• соблюдение принципов рационального питания, ограниченное употребление простых углеводов и рафинированных жиров (кондитерские изделия, фаст фуд, полуфабрикаты и т.д.);

• поддержание уровня физической активности: не менее 150 минут средней физической нагрузки или 75 минут тяжёлой в неделю и не менее 8 000 шагов в день. ■

«У наших детей обязательно всё получится!»

- Человек, который причастен к созданию музыки, должен быть уверен, что у него обязательно всё получится. Одна из главных задач, которую педагоги ДШИ ставят перед собой - вселять уверенность в юных музыкантов, - говорит заместитель директора Детской школы искусств Денькина Ирина Николаевна.

В Детской школе искусств учебный год начался как обычно - с планирования учебного процесса и культурно-просветительской деятельности. В этом году общий контингент обучающихся составляет 144 человека. Из них на музыкальном отделении 67 учеников, на художественном - 77. Уже 6-ой год реализуется дополнительное предпрофессиональное образование, где обучаются 96 детей. Школа набрала 48 первокурсников в классы «фортепиано», «баян», «гитара», «хоровое пение», «живопись». В октябре возобновилась работа группы раннего эстетического развития детей в возрасте от 4 до 6 лет.

Учеников нашей школы хорошо знают в селе, - уверенно говорит И.Н. Денькина. - А всё потому, что кроме своих концертов мы участвуем и в мероприятиях, организованных Отделом культуры, совместных со спортивной школой и другими образовательными учреждениями. Ежегодно проводим передвижные выставки наших юных художников в самых разных учреждениях районного центра - в больнице, в администрации, в детских садах, в отделении Пенсионного фонда и других. Традиционно каждый год мы выводим наших учеников на конкурсы, во время которых у них имеется возможность творчески вырасти, обогатиться опытом. С начала учебного года наши ученики уже успели поучаствовать в целом ряде конкурсов и мероприятий, в том числе приуроченных ко Дню учителя, областном конкурсе «Музыка с экрана», в традиционных ежегодных Макариевских образовательных чтениях - нам вновь выпала честь открывать это крупное образовательное событие и выступать с тематическими номерами, и конкурсе «Поющая Сибирь».

Очень важной функцией ДШИ является художественно-просветительская деятельность. 12 сентября наши ученики приняли участие в торжественном открытии памятника Александру II на территории церкви. 22 сентября участвовали в 6-м областном конкурсе «Мой край сибирский», где были показаны 10 работ. В номинации 1 степени получили Корзунова Дарья и Малютина Анастасия, диплом 3 степени - Галдина Анастасия и Синичкина Елизавета.

24 сентября в Александровском, на сцене Районного дома культуры состоялся концерт «Юные виртуозы Сибири» с участием одарённых детей, лауреатов Всероссийских и Международных конкурсов в области му-

зыкального искусства и Томского муниципального Русского оркестра под руководством Ольги Алешиной. Уже третий раз этот проект реализуется Благотворительным фондом социально-культурной помощи им. Т.А. Арбузовой. В этом году «Северный тур - 2018» посвящён 130-летию Русского народного оркестра.

Для нас очень важно сотрудничество со школами других городов, во время которого мы можем обменяться с ними накопленным опытом. 29 сентября на базе нашей школы прошли мастер-классы кустового методического объединения «Северное» г. Стрежевого и с. Александровского по фортепиано, хору, секция теоретических дисциплин. Из Стрежевого приехали преподаватели Боголюбова Ирина Анатольевна и Дубровина Анжелика Ринатовна. По их мнению, наши ученики отличаются перспективностью, эмоциональностью, заинтересованностью и работоспособностью.

По традиции интересно, тепло и весело у нас прошёл традиционный праздник, посвящённый Дню учителя. Мы поздравили наших юбиляров - Филатову Галину Михайловну с 25-летием педагогического стажа и Ларионову Галину Николаевну - 10-летием, и, конечно, других педагогов.

Учащиеся эстрадного отделения уже успели поучаствовать в 2-х конкурсах. Несмотря на то, что мы территориально удалены от нашего областного центра, мы пользуемся такой формой участия, как заочная. Первый конкурс 15 октября проводил музыкальный колледж имени Эдисона Денисова - областной конкурс «Музыка с экрана». Участие в нём приняли Назарова Юлия, Николаева Снежана, дуэт Печёнкина Ксения и Коробейников Иван. Результаты конкурса будут известны в ноябре. 23 октября мы отравили видео-материалы для участия в заочном конкурсе второго Всероссийского конкурса «Поющая Сибирь», который также проходил в городе Томске, ждём результатов.

С 23 по 28 октября в областном центре проводился I Всероссийский форум отечественного художественного образования, являющийся частью проекта Министерства культуры Российской Федерации «Детские школы искусств - достояние России». В рамках форума при участии ведущих профессоров и преподавателей Московской консерватории им. П.И. Чайковского, Российской академии им. Гнесиных, проводились практические семинары для руководителей образовательных учреждений и курсы повышения квалификации для учащихся и преподавателей школ искусств. Одним из главных вопросов, который был озвучен и обсуждён на форуме, была передача муниципальных Детских школ искусств на уровень субъектов Российской Федерации. Данная инициатива направлена на сохранение и дальнейшее развитие системы



отечественного трёхуровневого художественного образования - Детские школы искусств - училища - вузы, повышение значимости роли ДШИ и качества обучения в них детей, увеличение количества детей и молодёжи, занимающихся искусством и творчеством, укреплению материально-технической базы ДШИ. После форума участники получили удостоверение о краткосрочном повышении квалификации. Участие в форуме приняла директор нашей ДШИ О.В. Радченко.

Большой популярностью у нас пользуется художественное отделение школы. Ученики ДШИ занимаются иллюстрацией новой книги настоятеля храма Святого Благоверного князя Александра Невского Анатолия Полякова «Короткая дорога».

Мероприятия и конкурсы, которые уже прошли - это только часть того, что мы планируем в этом году - ведь учебный год только начался. Среди мероприятий ближайшего времени - участие в благотворительном марафоне «Путь к милосердию» 17 ноября, концерте ко Дню матери 25 ноября, сдача академических зачётов по итогам первого полугодия в декабре, отборочный конкурс пианистов для участия в конкурсе «Хорошее Настроение» в конце декабря и подготовка к участию во Всероссийском конкурсе исполнителей на народных инструментах имени В.Т. Фокистива. Перечень важных и значимых для нас предстоящих событий, в которых юные музыканты и художники нашей школы будут участвовать, можно продолжить. Значит это только одно - у наших учеников будет много возможностей показать свой талант, и с гордостью представить наш район.

По сути, весь учебный год ещё впереди. У нас много планов, интересных творческих проектов, концертов, конкурсов. У нас обучаются дети, которых отличает трудолюбие, целеустремлённость, настойчивость в достижении результата. Мы сотрудничаем с замечательными родителями, которые делают всё возможное для получения их ребёнком дополнительного образования, а возможно, и первоначальных профессиональных навыков. Хочется верить, что наши дети обязательно станут успешными музыкантами или художниками, покажут яркие результаты в обучении, участвуя в районных, областных, региональных, всероссийских и международных конкурсах. Мы, педагоги, желаем им только успехов!

• Записала Анна ВЛАСЯН

Несколько фактов об осложнениях СД от экспертов ВОЗ:

• У взрослых людей с СД риск развития инфаркта и инсульта выше в 2-3 раза.

• Атеросклеротические нарушения кровотока нижних конечностей совместно с диабетической невропатией (поражением нервов нижних конечностей) повышают вероятность появления на ногах язв, инфицирования и, в конечном итоге, необходимости ампутации конечностей.

• Диабетическая ретинопатия, является одной из важных причин слепоты, именно с СД может быть обусловлено 2,6 % глобальных случаев слепоты.

• Диабет входит в число основных причин почечной недостаточности.

По оценкам экспертов Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), в 2016 году 1,6 миллиона случаев смерти были напрямую вызваны диабетом. Почти половина всех случаев смерти, обусловленных высоким содержанием глюкозы в крови, происходит в возрасте до 70 лет.

ПОНЕДЕЛЬНИК, 19 НОЯБРЯ

«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»
05.00 Телеканал «Доброе утро».
09.00 Новости.
09.15 «Сегодня 19 ноября. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.00 «Мужское/Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Жёлтый глаз тигра». (16+)
23.25 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «Познер». (16+)

«РОССИЯ 1»
05.00 «Утро России».
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 «Вести-Томск».
09.00 «Вести».
09.15 «Утро России».
09.55 «О самом главном».
Ток-шоу. (12+)
11.00 «Вести».
11.25 «Вести-Сибирь».
11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 Т/с «Доктор Рихтер. Продолжение». (16+)
23.15 «Вечер с В. Соловьёвым». (12+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»
Москва серебряная.
07.00 Новости культуры.
07.05 «Эффект бабочки».
«Конфуций и китайская философия».
07.30 Новости культуры.
07.35 Х/ф «Старинный водевил».
08.45 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
10.00 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.10 «XX век». «Частная хроника времён войны». (ТО «Экран», 1978 г.)
Режиссер И. Беллев.
12.15 «Власть факта».
13.00 «Цвет времени».
13.10 «Линия жизни».
14.05 Д/ф «Туман для ежика».
15.00 Новости культуры.
15.10 «На этой неделе... 100 лет назад».
15.40 «Агора».
16.40 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
17.55 Музыкальный фестиваль Вербье. Андраш Шифф.
18.45 «Власть факта».
19.30 Новости культуры.
19.45 «Главная роль».
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Д/ф «Звезда по имени МКС».
21.30 «Сати. Нескучная классика...»
22.10 Т/с «Сита и Рама».
23.00 «Рассекреченная история». «Угон номер один».
23.30 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)

ТВ-ПРОГРАММА

06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 «Мальцева». (12+)
09.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.00 «Сегодня».
16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
19.00 «Сегодня».
19.40 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
21.00 Т/с «Купчино». (16+)
23.00 Т/с «Декабристка». (16+)
00.05 «Сегодня».

«РЕН ТВ», «СТВ»
05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.15 «Принято считать» * (12+)
06.40 «Здравствуйте» * (12+)
07.00 «Факт» * (12+)
07.20 «Ежедневник» * (12+)
07.30 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
12.00 «Информационная программа 112». (16+)
12.30 «Факт» * (12+)
12.50 «Ежедневник» * (12+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «ВкусСнятоВо» * (12+)
18.15 «Ежедневник» * (12+)
18.30 «Нефтеградцы» * (12+)
19.00 «Факт» * (12+)
19.20 «Телегид» * (12+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «Код Да Винчи».
Детектив. (16+)
22.45 «Водить по-русски». (16+)
23.00 «Новости». (16+)
23.30 «Факт» * (12+)

ВТОРНИК, 20 НОЯБРЯ

«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»
05.00 Телеканал «Доброе утро».
09.00 Новости.
09.15 «Сегодня 20 ноября. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.00 «Мужское/Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Жёлтый глаз тигра». (16+)
22.30 «Время покажет». (16+)
23.55 «Вечерний Ургант». (16+)
00.30 «На самом деле». (16+)
01.35 «Модный приговор». (6+)
02.35 Футбол. Лига наций УЕФА. Сборная России - сборная Швеции. Прямой эфир.

«РОССИЯ 1»
05.00 «Утро России».
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 «Вести-Томск».
09.00 «Вести».
09.15 «Утро России».
09.55 «О самом главном».
Ток-шоу. (12+)
11.00 «Вести».
11.25 «Вести-Сибирь».

11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 Т/с «Доктор Рихтер. Продолжение». (16+)
23.15 «Вечер с В. Соловьёвым». (12+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»
Москва декабристка.
07.00 Новости культуры.
07.05 «Правила жизни».
07.30 Новости культуры.
07.35 Т/с «Сита и Рама».
08.20 Новости культуры.
08.25 Д/ф «Португалия. Замок слёз».
08.50 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
10.00 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.10 «XX век». «И пока на Земле существует любовь». Песни композитора Игоря Лученка в исполнении ансамбля «Песняры». 1986 г.
12.05 «Цвет времени».
12.15 «Тем временем. Смыслы».
13.00 «Провинциальные музеи России».
13.30 «Мы - грамотеи!»
14.15 Д/ф «Звезда по имени МКС».
15.00 Новости культуры.
15.10 «Пятое измерение».
15.40 «Белая студия».
16.25 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
17.35 Музыкальный фестиваль Вербье. Михаил Плетнев.
18.40 «Тем временем. Смыслы».
19.30 Новости культуры.
19.45 «Главная роль».
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Острова».
21.30 «Искусственный отбор».
22.10 Т/с «Сита и Рама».
23.00 «Рассекреченная история». «Валютная «Березка»».
23.30 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)
06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 «Мальцева». (12+)
09.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.00 «Сегодня».
16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
19.00 «Сегодня».
19.40 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
21.00 Т/с «Купчино». (16+)
23.00 Т/с «Декабристка». (16+)
00.05 «Сегодня».

«РЕН ТВ», «СТВ»
05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.15 «Принято считать» * (12+)
06.40 «Нефтеградцы» * (12+)
07.00 «Факт» * (12+)
07.20 «Ежедневник» * (12+)
07.30 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Военная тайна». (16+)
11.00 «Документальный проект». (16+)

12.00 «Информационная программа 112». (16+)
12.30 «Факт» * (12+)
12.50 «Ежедневник» * (12+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «ВкусСнятоВо» * (12+)
18.15 «Ежедневник» * (12+)
18.30 «Специальный репортаж» * (12+)
19.00 «Факт» * (12+)
19.20 «Телегид» * (12+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «Ангелы и Демоны». Детектив. (16+)
22.30 «Водить по-русски». (16+)
23.00 «Новости». (16+)
23.30 «Факт» * (12+)

СРЕДА, 21 НОЯБРЯ
«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»
05.00 Телеканал «Доброе утро».
09.00 Новости.
09.15 «Сегодня 21 ноября. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.00 «Мужское/Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Жёлтый глаз тигра». (16+)
22.30 «Большая игра». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.05 «На самом деле». (16+)

«РОССИЯ 1»
05.00 «Утро России».
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 «Вести-Томск».
09.00 «Вести».
09.15 «Утро России».
09.55 «О самом главном».
Ток-шоу. (12+)
11.00 «Вести».
11.25 «Вести-Сибирь».
11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 Т/с «Доктор Рихтер. Продолжение». (16+)
23.15 «Вечер с В. Соловьёвым». (12+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»
Москва Саввы Морозова.
07.00 Новости культуры.
07.05 «Правила жизни».
07.30 Новости культуры.
07.35 Т/с «Сита и Рама».
08.20 Новости культуры.
08.25 «Первые в мире». «Шарлопоезд Ярмольчука».
08.45 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
10.00 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.10 «XX век». «Алексей Петренко и Галина Кожухова в гостях у писателя Виктора Астафьева».
12.15 «Что делать?»

13.00 «Провинциальные музеи России».
13.30 «Искусственный отбор».
14.15 Д/ф «Две жизни».
Наталья Макарова.
15.00 Новости культуры.
15.10 «Библейский сюжет».
15.40 «Сати. Нескучная классика...»
16.25 Х/ф «Дни хирурга Мишкина».
17.35 Музыкальный фестиваль Вербье. Ефим Бронфман.
18.30 «Цвет времени».
18.40 «Что делать?»
19.30 Новости культуры.
19.45 «Главная роль».
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши».
20.45 «Острова».
21.30 «Абсолютный слух».
22.10 Т/с «Сита и Рама».
23.00 «Рассекреченная история». «Спасение падишаха Аманулы».
23.30 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)
06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 «Мальцева». (12+)
09.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.00 «Сегодня».
16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
19.00 «Сегодня».
19.40 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
21.00 Т/с «Купчино». (16+)
23.00 Т/с «Декабристка». (16+)
00.05 «Сегодня».

«РЕН ТВ», «СТВ»
05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.15 «Принято считать» * (12+)
06.40 «Специальный репортаж» * (12+)
07.00 «Факт» * (12+)
07.20 «Ежедневник» * (12+)
07.30 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Территория заблуждений». (16+)
11.00 «Документальный проект». (16+)
11.25 «Вести-Сибирь».
11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 Т/с «Доктор Рихтер. Продолжение». (16+)
23.15 «Вечер с В. Соловьёвым». (12+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»
Москва чайная.
07.00 Новости культуры.
07.05 «Правила жизни».
07.30 Новости культуры.
07.35 Т/с «Сита и Рама».
08.20 Новости культуры.
08.25 «Первые в мире». «Противогаз Зелинского».
08.45 Т/с «И это всё о нём».
10.00 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.10 «XX век». «На стройках столицы».
12.15 «Игра в бисер». «Николай Носов. Трилогия о Незнайке».
13.00 «Провинциальные музеи России».
13.30 «Абсолютный слух».
14.15 Д/ф «Родословная альтруизма. Владимир Эфроимсон».
15.00 Новости культуры.
15.10 «Пряничный домик».
15.35 «2 ВЕРНИК 2».
16.25 Т/с «И это всё о нём».
17.40 Музыкальный фестиваль Вербье. Ричард Гуд.
18.45 «Игра в бисер». «Николай Носов. Трилогия о Незнайке».
19.30 Новости культуры.
19.45 «Главная роль».
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши».
20.45 «Линия жизни».
21.45 «Виноградники Лаво в Швейцарии».
22.00 Концерт «Новая опера».
23.30 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)
06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 «Мальцева». (12+)
09.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».

ЧЕТВЕРГ, 22 НОЯБРЯ

«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»
05.00 Телеканал «Доброе утро».
09.00 Новости.
09.15 «Сегодня 22 ноября. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)

12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.00 «Мужское/Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 «Время».
21.30 Т/с «Жёлтый глаз тигра». (16+)
22.30 «Большая игра». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.05 «На самом деле». (16+)

«РОССИЯ 1»
05.00 «Утро России».
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 «Вести-Томск».
09.00 «Вести».
09.15 «Утро России».
09.55 «О самом главном».
Ток-шоу. (12+)
11.00 «Вести».
11.25 «Вести-Сибирь».
11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 Т/с «Доктор Рихтер. Продолжение». (16+)
23.15 «Вечер с В. Соловьёвым». (12+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»
Москва чайная.
07.00 Новости культуры.
07.05 «Правила жизни».
07.30 Новости культуры.
07.35 Т/с «Сита и Рама».
08.20 Новости культуры.
08.25 «Первые в мире». «Противогаз Зелинского».
08.45 Т/с «И это всё о нём».
10.00 Новости культуры.
10.15 «Наблюдатель».
11.10 «XX век». «На стройках столицы».
12.15 «Игра в бисер». «Николай Носов. Трилогия о Незнайке».
13.00 «Провинциальные музеи России».
13.30 «Абсолютный слух».
14.15 Д/ф «Родословная альтруизма. Владимир Эфроимсон».
15.00 Новости культуры.
15.10 «Пряничный домик».
15.35 «2 ВЕРНИК 2».
16.25 Т/с «И это всё о нём».
17.40 Музыкальный фестиваль Вербье. Ричард Гуд.
18.45 «Игра в бисер». «Николай Носов. Трилогия о Незнайке».
19.30 Новости культуры.
19.45 «Главная роль».
20.05 «Правила жизни».
20.30 «Спокойной ночи, малыши».
20.45 «Линия жизни».
21.45 «Виноградники Лаво в Швейцарии».
22.00 Концерт «Новая опера».
23.30 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)
06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 «Мальцева». (12+)
09.10 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».

14.00 «Место встречи». (16+)
16.00 «Сегодня».
16.30 «Место встречи». (16+)
17.15 «ДНК». (16+)
18.15 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
19.00 «Сегодня».
19.40 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
21.00 Т/с «Купчино». (16+)
23.00 Т/с «Декабристка». (16+)
00.05 «Сегодня».

«РЕН ТВ», «СТВ»
05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.15 «Принято считать» * (12+)
06.40 «Хлеб! ЕСТЬ!» * (12+)
07.00 «Факт» * (12+)
07.20 «Ежедневник» * (12+)
07.30 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный проект». (16+)
12.00 «Крупным планом» * (12+)
12.30 «Факт» * (12+)
12.50 «Ежедневник» * (12+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «ВкусСнятоВо» * (12+)
18.15 «Ежедневник» * (12+)
18.30 «Крупным планом» * (12+)
19.00 «Факт» * (12+)
19.20 «Телегид» * (12+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «Инопланетное вторжение. Битва за Лос-Анджелес».
Фантастический боевик. (16+)
22.10 «Смотреть всем!» (16+)
23.00 «Новости». (16+)
23.30 «Факт» * (12+)

ПЯТНИЦА, 23 НОЯБРЯ
«ПЕРВЫЙ КАНАЛ»
05.00 Телеканал «Доброе утро».
09.00 Новости.
09.15 «Сегодня 23 ноября. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости.
12.15 «Время покажет». (16+)
15.00 Новости.
15.15 «Давай поженемся!» (16+)
16.00 «Мужское/Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами).
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «Человек и закон». (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время».
21.30 «Голос. Переагрузка». (16+)
23.40 «Вечерний Ургант». (16+)

«РОССИЯ 1»
05.00 «Утро России».
05.07, 05.35, 06.07, 06.35, 07.07, 07.35, 08.07, 08.35 «Вести-Томск».
09.00 «Вести».
09.15 «Утро России».
09.55 «О самом главном».
Ток-шоу. (12+)
11.00 «Вести».
11.25 «Вести-Сибирь».
11.40 «Судьба человека». (12+)
12.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
14.00 «Вести».
14.25 «Вести-Томск».
14.40 Т/с «Дуэт по праву». (12+)
17.00 «Вести-Томск».
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 Ток-шоу «60 минут». (12+)
20.00 «Вести».
20.45 «Вести-Томск».
21.00 «Юморина». (16+)
23.40 «Мастер смеха». (16+)

«КУЛЬТУРА»
06.30 Новости культуры.
06.35 «Пешком...»

07.00 Новости культуры.
07.05 «Правила жизни».
07.30 Новости культуры.
07.35 Т/с «Сита и Рама».
08.20 Новости культуры.
08.25 «Первые в мире».
«Синтезатор Мурзина».
08.45 Т/с «И это всё о нём».
10.00 Новости культуры.
10.15 Х/ф «Ошибка инженера Кочина».
12.00 Д/ф «Михаил Жаров».
12.45 «Первые в мире».
«Люстра Чижевского».
13.00 «Провинциальные музеи России». Крымский природный заповедник.
13.30 «Чёрные дыры. Белые пятна».
14.15 Д/ф «Выходят на арену силачи. Евгений Сандов и Юрий Лавров».
15.00 Новости культуры.
15.10 «Письма из провинции».
15.40 «Энигма».
16.25 Т/с «И это всё о нём».
17.40 Музыкальный фестиваль Вербье. Люка Дебарг.
18.45 «Билет в Большую».
19.30 Новости культуры.
19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица».
20.50 «Искатели». «Генерал Ермолов. Предсказание вешего монаха».
21.35 «Линия жизни».
22.30 Т/с «Сита и Рама».
23.15 Новости культуры.

«НТВ»
05.00 Т/с «Агент особого назначения». (16+)
06.00 «Деловое утро НТВ». (12+)
08.25 Т/с «Мухтар. Новый след». (16+)
10.00 «Сегодня».
10.20 Т/с «Литейный». (16+)
13.00 «Сегодня».
13.25 «Обзор. Чрезвычайное происшествие».
14.00 «Место встречи». (16+)
16.00 «Сегодня».
16.30 «Место встречи». (16+)
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня».
19.35 «ЧП. Расследование». (16+)
20.00 Т/с «Другой майор Соколов». (16+)
21.00 Т/с «Купчино». (16+)
23.00 Т/с «Декабристка». (16+)

«РЕН ТВ», «СТВ»
05.00 «Территория заблуждений». (16+)
06.15 «Принято считать» * (12+)
06.40 «Крупным планом» * (12+)
07.00 «Факт» * (12+)
07.20 «Ежедневник» * (12+)
07.30 «С бодрим утром!» (16+)
08.30 «Новости». (16+)
09.00 «Документальный проект». (16+)
12.00 «Информационная программа 112». (16+)
12.30 «Факт» * (12+)
12.50 «Ежедневник» * (12+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)
14.00 «Засекреченные списки». Документальный спецпроект. (16+)
16.00 «Информационная программа 112». (16+)
16.30 «Новости». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)
18.00 «Страшное дело».
Документальный спецпроект. (16+)
19.00 «Факт» * (12+)
19.20 «Телегид» * (12+)
19.30 «Новости». (16+)
20.00 «Страшное дело».
Документальный спецпроект. (16+)
00.00 «Ярость». Военная драма. (18+)