

БЕСПЛАТНЫЕ ЧАСТНЫЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ В ГАЗЕТЕ

* Подробнее о правилах подачи объявлений читайте на стр. 10

нужно:
ЗАПОЛНИТЬ И ПРИНЕСТИ
купон

реклама

НЕГАЗИРОВАННАЯ АРТЕЗИАНСКАЯ
ИЗ ПОДЗЕМНОГО ИСТОЧНИКА 350 м

**ВОДА АРТЕЗИАНСКАЯ
КРИСТАЛЬНАЯ**

19 литров
воды по цене
от 110
рублей!

ДОСТАВКА:
8-914-399-22-22

При заказе
доставки воды
в 5 литровых бутылках
в количестве
не менее 4 штук
стоимость бутылки
- 45 рублей!

Вы также можете набрать
негазированную
артеизанскую воду
самостоятельно
в свою емкость

ул. НИКОЛЬСКОЕ ШОССЕ, 31 (1 этаж)
С 9 до 18 часов ежедневно
стоимость 1 литра - 5 рублей

ПРЕДОСТАВЛЯЕМ УСЛУГИ ЮРИДИЧЕСКИМ ЛИЦАМ И НАСЕЛЕНИЮ:

Завод железобетонных изделий

Амурская область, г. Белогорск, ул. Некрасова 2, тел. +7(914)615-72-57, Instagram: ooskalians

Разместить здесь...

[Главная](#) [Железобетонные изделия](#) [Плиты тротуарные](#) [Блоки](#) [Цемент и добавки для бетона](#) [Фотогалерея](#)

[Карьера песчаный](#) [Товарные бетоны](#) [Контакты](#)

Строительные материалы
и железобетонные изделия

WWW.ДОМ28.РФ

Завод ЖБИ ООО «СК АЛЬЯНС»

Приветствуем Вас на сайте завода железобетонных изделий ООО «СК АЛЬЯНС».

Завод железобетонных изделий ООО «СК АЛЬЯНС» образован 7 февраля 2014 года в городе Белогорске Амурской области. Специализируется на производстве бетонных изделий

**ДОСТАВКА ПЕСКА,
ОТСЫПКА ТЕРРИТОРИЙ;
ДОСТАВКА ПГС, ЩЕБНЯ**

Тел. 8-914-615-72-57



Региональный
оператор по
обращению с ТКО



ООО «ТрансЭкоСервис»

Принимает заявки на заключение договоров
по обращению с твердыми коммунальными
отходами от юридических лиц
и индивидуальных предпринимателей.

г. Белогорск, ул. Краснофлотская, 48,
тел.: 8(41641) 5-03-39, 8-961-954-37-65
сайт: tes28.ru

ООО "САНИТА-СЕРВИС"

предлагает услуги юридическим лицам,
ИП, школам, детским садам, общепиту



- ДЕРАТИЗАЦИЯ

- ДЕЗИНСЕКЦИЯ

- АККАРИЦИДНАЯ ОБРАБОТКА

по ценам, ниже сложившихся в городе

г. Белогорск, ул. Благовещенская, 39,
Справки по тел. 8-914-600-36-40
e-mail: sanita_servis@mail.ru

**МОЛОДЕЖНАЯ ЖЕНСКАЯ
ОДЕЖДА**

МОДНИЦА

**РССРОЧКА
ПЛАТЕЖА ДО
6 МЕСЯЦЕВ
ПЕРЕПЛАТА 0%
ПЕРВЫЙ ВЗНОС 0%**

реклама (подробности уточняйте у продавца)
ЛЕНИНА, 50 тд "БЕЛОГОРСК"
 modnica_belogorsk28

**ОКНА
высоких технологий**

**МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ
ДВЕРИ**

**В ВАШЕМ ДОМЕ
ТЕПЛО, ТИХО
И БЕЗОПАСНО!**

**РССРОЧКА
ЧЕРЕЗ
ФИРМУ
БЕЗ%**

Ул. КИРОВА, 97, @ovt2017
2-52-52, 8-914-040-40-46

**Стоматологический центр
GREEN APPLE
зеленое яблоко**

- ЛЕЧЕНИЕ;

- ПРОТЕЗИРОВАНИЕ;

**- ДЕТСКИЙ
СТОМАТОЛОГ.**

Прием ведут два квалифицированных стоматолога со стажем более 15 лет:

**Лоза Елена Викторовна,
Султанбаев Эрик Юрьевич**

**ул. Никольское шоссе, 36
тел. 8-914-555-666-5**

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ О ВОЗМОЖНЫХ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

ТАЛОН БЕСПЛАТНОГО ЧАСТНОГО ОБЪЯВЛЕНИЯ В ГАЗЕТЕ № 25

Текст:

Тел:

**Правила, условия, сроки подачи объявлений
в газету опубликованы на стр. 10**

Вот вам труба! И почему правая рука не знает, что делает левая

В № 22 «Просто газеты» было опубликовано открытое письмо мэру Белогорска от дачников участков за «Горбатым» мостом.

Люди «благодарили» градоначальника за то, что он избавил многих от дачных хлопот, потому что дачники забросили свои участки, потому что садить на них что-либо не представляется возможным после того, как сделали дорогу на мост и не организовали должным образом водоотведение.

Машины, автобусы застревают.

- Неужели трудно проложить трубу, чтобы вода спускалась в низину? – спрашивали люди.

Депутат и главный редактор СМИ «Просто газета» Наталья Михайлова после публикации данного письма направила запрос в МКУ «Управление ЖКХ Администрации Белогорска с вопросом: Предусмотрено ли в этом году водоотведение проблемного участка дороги с выведением воды в низину, чтобы люди могли спокойно пользоваться своими дачными участками?

22 июня пришел ответ на запрос, в котором Управление УЖКХ ответило: «предусмотрено».

25 июня дачники прислали фотографию и сообщили, что трубу недалеко от перекрестка проложили. Но достаточно ли будет принятых мер, не застянется ли грязью и илом через месяц эта труба – неизвестно. Почему нельзя было выполнить работы по водоотведению раньше, а не дожидаться затопления дач и того, что вода «переходила» дорогу, тоже неясно.

А пока на затопленных еще участках утки вывели свое потомство, а в канавах плавают ротаны.

Эта информация вместе с фотографиями была размещена на сайте просто-газета.рф и в Инстаграм-аккаунте «Просто газеты» 25 июня. Инстаграм атаковали приближенные к мэру аккаунты, которые решили, что Наталья Юрьевна «забирает» лавры главы.

Первым возмущенным комментарием стал ответ от пресс-службы главы @belgorck.ru:

- Наталья Юрьевна,



мы понимаем, что в сентябре выборы. Вы теперь всю работу администрации будете преподносить как свою «заботу о белогорцах»? Вы даже не понимаете, каким образом организован процесс для того, чтобы эту трубу вкопать. Это не один-два дня. Ваша публикация была 8 июня 2021 года (№22), а поручение по водоотведению в районе «Горбатого моста» главой Белогорска дано 31 мая. Труба уложена по поручению главы города, исходя из обращений дачников в его Инстаграм, а не потому, что ваша газета что-то написала. Зайдите на официальный сайт города, белогорск.рф, посмотрите поручения, которые были даны главой, а потом уже пишите небылицы в своей газете.

@prosto_gazeta отвела так:

- Мы понимаем, что вы переживаете по поводу выборов. И деньги за защиту шефа отрабатываются надо, но вы бы пообщались с народом, который на самом деле есть ваш работодатель, они бы рассказали, что думают. Только, боюсь в эфир это бы не зашло. У вас же хвалебные оды одни. Это еще не вся информация, прочитаете полную версию в печатном номере от 29 июня. А пока интересует вопрос: трубу с 31 мая закончили на каком заводе «вы-

дувать»? Очень сложное производство и транспортировка, иначе как объяснить, что дачникам пришлось ждать, когда вода зальет плоды их труда? А и еще – проблема в новинку? Дачи первый год затопило?

Подключилось к обсуждению и Управление ЖКХ

@upravlenie_jkh_belgorck - Трубы действительно за два дня не производят. Их даже за пару дней не доставляют. Факт. Над решением этой проблемы работали давно. И уж точно не из-за того, что вы что-то там написали. Была поставлена главой задача, ее выполняли.

@prosto_gazeta и им дала ответ:

- А главной задача не была поставлена ремонт дорог контролировать? И вновь вопрос – эти дачи первый годтопят? А еще подсказка – только уже для административной комиссии – пусть пройдут пофоткают участки и штраф людям выпишут. А что – трава не скошена, вместе заявленного садоводства разведение уток и рыбы. Вот бюджет-то пополним и пустим вырученные «честным» путем деньги на очередной фонтан и перекладку нормальной плитки на плитку производства г-на Башуна. Это же важнее, чем люди и их урожай.

На сем наше общение с провластными структурами под данным постом было закончено, но не закончены интересности в этой непростой, для дачников в первую очередь, истории.

И вновь в помощь Инстаграм.

Да, обращение к главе от дачников «Горбатого моста», действительно были. Возможно не одно. Один из обращавшихся в директ главы – владелец дачного участка, общественный деятель и член ЛДПР **Александр Морозов**. Не знаю, стал бы дальше с ним общаться мэр, если б узнал сей факт политической принадлежности, но так или иначе, переписка состоялась. Немаловажным является тот факт, что это специалист с опытом работы в мелиорации более 10 лет, который предложил свою помощь.

С его разрешения мы публикуем его переписку с главой:

1 июня 2021 г.

А.Морозов: - Станислав Юрьевич, можно при повороте на Камышовку возле «Горбатого моста» положить трубу и сбросить воду с дач, люди бросают их, потому что к ним нет подъезда.

13 июня 2021 г.

А.Морозов: - Господин мэр, Вы трубу за «Горбатым мостом» положите или нет? Вода скоро затопит все дачи до кинопроката!

14 июня 2021 г.

С. Мелюков: - А кто Вам сказал, что эта труба поможет решить вопрос с переувлажнением?

А.Морозов: - Вода не уходит в падь, а застаивается и переувлажняет почву. Дорога исполняет роль дамбы.

С. Мелюков: - Если Вы мелиоратор, я организую встречу со специалистами управления ЖКХ, расскажете им. Если это будет иметь смысл, одну трубу уложить не проблема. Готовы встретиться?

А.Морозов: - С удовольствием.

С. Мелюков: - Завтра в 10-00 на перекрестке за «Горбатым мостом» Вас будет ждать Александр Николаевич Башун, замглавы по ЖКХ.

А.Морозов: - Завтра я на работе, давайте перенесем на четверг?

С. Мелюков: - Надо смотреть график. Напишите в среду.

А.Морозов: - Хорошо.

16 июня 2021 г.

А.Морозов: - Что насчет завтра по «Горбатому мосту»?

С. Мелюков: - Здравствуйте, специалисты Вас

ждать не стали, поехали, посмотрели. Да, можно попробовать. Трубу заказали. Как погода позволит, уложат. Посмотрим, поможет или нет.

А.Морозов: - А в каком месте ваши специалисты собираются ложить трубу? К трубам оголовки заказали?

Прежде чем ложить сооружение надо спустить воду.

Сначала прокапывают канал для спуска воды, а затем рядом ложат сооружение. Сооружение в воде еще никто не умудрялся положить. Вот только если ваши «специалисты» сумеют при течении положить.

17 июня 2021 г.

С. Мелюков: - Специалисты разберутся

А.Морозов: - Специалисты есть?

22 июня 2021 г.

А.Морозов: - Что-то специалисты долго разбираются, а дачи топят.

25 июня 2021 г.

(После того, как труба установлена)

А.Морозов: - А настоящее сооружение будет? С оголовками с подушкой и зубом или опять деньги закопали?

26 июня 2021 г.

С. Мелюков: - Чтобы

сделать, как Вы пишите настоящее сооружение, необходимо время и деньги. Работы выполнены без денег из местного бюджета. Попросили людей, помогли городу бесплатно.

А.Морозов: - Ну Вы же понимаете, что это до первых хороших дождей. Откосы размоят, и они забьют трубу.

С. Мелюков: - Будут чистить.

При встрече с Александром Морозовым он, как настоящий специалист по мелиорации, все равно не понимал, почему нельзя сделать хорошее сооружение один раз и забыть о проблеме. А, точнее, сделать все для того, чтобы о проблемах забыли люди и не бросали свои участки, а с удовольствием на них выращивали урожай и отдыхали душой.

А пока получилось как в мультике: «И так сойдет».

«Просто газете» же не понятно, почему так перевозбутились городские службы и почему в администрации правая рука не знает, что делает левая?

Пресс-служба главы, которая, вероятно, ведет аккаунт @belgorck.ru уверяет, что все распоряжения давно розданы мэром аж 31 мая, но никак после выхода газеты 8 июня.

Вместе с тем, глава в своих ответах дачнику 14 июня интересуется, почему он думает, что укладка трубы спасет от переувлажнения почву, а 16 июня говорит, что «можно попробовать» и трубу только заказали?

Интересный подход с вариантом «давайте попробуем» - так себе эксперименты «специалистов», которые «посмотрят – поможет или нет».

Управление ЖКХ Администрации города фактически доказывает, что над «решением этой проблемы работали давно». А чего не решили? Если, согласно ответа мэра, «работы выполнены без денег из местного бюджета», вы тогда тут при чем?

Кто кому врет?

Ну, только вот «чистить» эти сооружения будут, думается, не за счет неизвестного трубоположителя, а силами городского предприятия, за деньги из бюджета, точнее, за народные.

Соб.информ.

«Зеленый городок»: Жители от властей помощи пока так и не дождались

Они сами вышли на субботник, а в вывозе веток им помог региональный оператор

В №20 «Просто газеты» от 25.05.2021 года мы уже писали о проблемах жителей «Зеленого городка».

По результатам встречи с людьми депутат Белогорского горсовета и главный редактор СМИ «Просто газета» Наталья Михайлова сделала несколько запросов. В том числе, в Управление ЖКХ администрации г.Белогорска, в котором обозначила несколько проблем и попросила ответить на вопросы.

А именно:

1) Жители «Зеленого городка» жалуются на плохое состояние автодороги, ведущей в район и проходящей через сам жилой массив.

В связи с этим создается опасность как для водителей, вынужденных объезжать ямы и всученное полотно, так и пешеходов.

МКУ «Управление ЖКХ Администрации г.Белогорска» подведомственно МУП «Единая служба по содержанию дорог и благоустройству г. Белогорск», которая, в свою очередь, заключило договор с ООО «АвтоДорСфера».

Известно ли вам о фактах несоответствия дорог нормативным требованиям, в связи с чем происходит несоблюдение требований по обеспечению безопасности дорожного движения при строительстве, реконструкции, ремонте и содержании дорог?

В частности, о дороге, ведущей в «Зеленый городок» и по нему? Поступали ли жалобы на неудовлетворительное состояние дороги от жителей района? Будет ли проведен хотя бы «карточный» ремонт указанной дороги?

Осуществляется ли МКУ «Управлением ЖКХ Администрации г.Белогорска» претензионная работа по постгарантийному ремонту данной дороги?

2) Кроме того, жители «Зеленого городка» жалуются на то, что долгое время не происходит нарезка и чистка кюветов, а поставленный автобусный павильон, утопает в воде, так как кювет упирается прямо в него, и дальше вода не уходит. Откачивают воду из кювета собственными силами.



Можно ли передвинуть павильон и/или провести водоотведение так, чтобы территорию к нему не затапливало талыми и дождевыми водами?

3) На территории частного сектора района нет ни одной детской площадки. Детям приходится играть либо на участках, прилегающих к дороге, либо в недостроенном доме и разобранных кузовах старых авто. Также они идут играть на детскую площадку на придомовой территории МКД. Но имеющихся двух качелей и горки для детей всего района, которых много, явно недостаточно - они стоят в очереди, чтобы покачаться или скатиться с горки.

Возможна ли установка дополнительной детской площадки за счет бюджетных средств в районе частного сектора «Зеленого городка» по согласованию места с жителями? Что для этого необходимо?

4) После того, как дома в «Зеленом городке» были признаны аварийными и подлежащими сносу, они были разобраны, но не до конца. На месте остались еще горы мусора, площадки не расчищены до конца и не приведены в нормативное состояние.

Когда будет проведена окончательная уборка и планировка местности после разбора домов в «Зеленом городке»?

5) Раньше сквер в «Зеленом городке» был любимым местом отдыха жителей района. Там стояли аттракционы и лавочки. Со

ны ли ответственные за содержание автодорог местного значения предприятия и лица к ответственности?

Еще один запрос в ГИБДД от Натальи Юрьевны касался движения по дороге, которая и так находится в неудовлетворительном состоянии, большегрузов, чей вес превышает установленный на дороге знак, запрещающий передвижение автомобилей с ограничением грузоподъемности 20 т.

Ответов ни из Администрации, ни из ГИБДД пока не поступило.

А пока жители «Зеленого городка» помощи от белогорских властей не дождались, они взялись за посильное дело сами. 19 июня они устроили субботник в сквере, спилили кустарники, ветки. Вывезли часть мусора сами. Другую часть мусора – засохшие и трухлявые деревья, ветки 23 июня вывезли силами регионального оператора ООО «ТрансЭкоСервис».

- Белогорское отделение ЛДПР обратилось в нашу компанию о выделении спецтехники для оказания помощи жителям «Зеленого городка» и вывоза мусора со сквера, который они прибрали своими силами. Наша компания «ТрансЭкоСервис» выделила спецтехнику с людьми. Это не первая помощь, оказываемая городу, ранее в течение двух лет также наша компания производила уборку веток и отходов, не относящихся к твердым коммунальным отходам, вокруг площадок, где обнаруживались несанкционированные свалки, - рассказал директор ООО «ТрансЭкоСервис» Виталий Ефремов.

Кроме сквера спецтехника сделала еще несколько остановок, вывезла ветки после спила деревьев возле знака «Уступи дорогу» с улицы Ботанической, которого раньше не было видно. А также убрали ветки возле контейнера, расположенного недалеко.

Но многие вопросы и проблемы жителей «Зеленого городка» так еще и не решены, поэтому закрывать эту тему еще рано.

Соб.информ.

Выдвижение кандидатов на сентябрьские выборы началось

В Благовещенске 27 июня состоялась конференция Амурского регионального отделения ЛДПР по выдвижению кандидатов в депутаты Законодательного Собрания Амурской области VIII созыва.



Делегаты конференции утвердили партийный список кандидатов, состав которого накануне был определен Высшим Советом ЛДПР.

Все предложенные для выдвижения кандидатуры в ходе голосования были поддержаны участниками конференции.

Таким образом, Амурское отделение ЛДПР выдвинуло своих представителей на выборы депутатов Законодательного Собрания Амурской области во всех региональных группах и одномандатных округах.

Список кандидатов возглавили председатель ЛДПР Владимир Жириновский и сенатор от Амурской области Иван Абрамов.

Также на конференции была утверждена программа и символика Амурского регионального отделения ЛДПР на предстоящие выборы в региональный парламент.

Кроме того, 25 июня в Москве состоялся XXXIII съезд ЛДПР на котором были утверждены партийные списки и кандидатов на предстоящие выборы в Госдуму.

По одномандатному 71 избирательному округу от Амурской области на выборы выдвинут действующий депутат Госдумы ФС РФ от Приамурья Андрей Кузьмин.

Федеральный список ЛДПР на выборах в Госдуму возглавил лидер партии Владимир Жириновский.

В Белогорске в единый день голосования также будут выбирать депутатов местного Совета.

Проведение всех выборов назначено на 19 сентября 2021 г.

АРО ЛДПР

Программа

Просто газета №25, 29.06.2021 г. стр. 5

ПОНЕДЕЛЬНИК, 5 ИЮЛЯ

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости
- 09.15 Доброе утро
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор (6+)
- 12.00 Новости
- 12.10 Время покажет (16+)
- 15.00 Новости
- 15.10 Давай поженимся! (16+)
- 16.10 Мужское/Женское (16+)
- 18.00 Вечерние новости
- 18.40 На самом деле (16+)
- 19.45 Пусть говорят (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 Т/с "Большое небо" (12+)
- 23.30 Вечерний Ургант (16+)
- 00.50 Наедине со всеми (16+)
- 01.40 Время покажет (16+)
- 04.00 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.55 О самом главном (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека (12+)
- 12.40 60 Минут (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести Благовещенск
- 14.55 Т/с "Косатка" (12+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Прямой эфир (16+)
- 18.40 60 Минут (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести Благовещенск
- 21.20 Т/с "За счастьем" (12+)
- 23.40 Т/с "Тайны следствия" (12+)
- 01.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
- 04.15 Т/с "Женщины на грани" (16+)



- 03.50 Т/с "Лесник" (16+)
- 05.30 Самое лучшее (16+)
- 07.00 Сегодня
- 07.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 09.00 Сегодня
- 09.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 10.25 Т/с "Красная зона" (12+)
- 12.00 Сегодня
- 12.20 ЧП
- 13.00 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 15.00 Сегодня
- 15.25 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 18.00 Сегодня
- 18.40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 22.00 Сегодня
- 22.20 Т/с "Мельник" (16+)
- 01.40 Т/с "Карпов. Сезон третий" (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.00 Сделано в СССР (6+)
- 05.10 Х/ф "Двойной капкан" (12+)
- 08.00, 12.00 Новости дня
- 08.30 Х/ф "Возвращение "Святого Луки"
- 10.35 Открытый эфир (12+)
- 12.30 Не факт! (6+)
- 13.05 Т/с "Черные кошки" (16+)
- 16.00 Военные новости
- 17.10 Освобождение (12+)
- 17.30 Сделано в СССР (6+)
- 17.50 Боевой надводный флот отчизны (12+)
- 18.35 Скрытые угрозы (12+)
- 19.25 Загадки века (12+)
- 20.15 Новости дня
- 20.25 Загадки века (12+)
- 22.05 Х/ф "Государственный преступник"
- 00.00 Х/ф "Беспокойное хозяйство"
- 01.20 Т/с "Луна в зените. Сон во сне" (12+)
- 04.10 Москва фронту (12+)



- 05.00 Документальный проект (16+)
- 06.00 С добрым утром! (16+)
- 07.30 Новости (16+)
- 08.00 Засекреченные списки (16+)
- 10.00 Как устроен мир (16+)
- 11.00 112 (16+)
- 11.30 Новости (16+)
- 12.00 Загадки человечества (16+)
- 13.00 Невероятно интересные истории (16+)
- 14.00 Документальный спецпроект (16+)
- 15.00 112 (16+)
- 15.30 Новости (16+)
- 16.00 Тайны Чапман (16+)
- 17.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
- 18.00 112 (16+)
- 18.30 Новости (16+)
- 19.00 Х/ф "По соображениям совести" (16+)
- 21.45 Водить по-русски (16+)
- 22.00 Новости (16+)
- 22.30 Неизвестная история (16+)
- 23.30 Х/ф "Женщина-кошка" (16+)
- 01.20 Х/ф "Криминальное чтиво" (16+)
- 04.00 Территория заблуждений (16+)

Че

- 05.00 Улётоное видео (16+)
- 07.30 Дорожные войны (16+)
- 10.00 Улётоное видео (16+)
- 12.30 Дизель шоу (16+)
- 14.30 +100500 (16+)
- 17.30 Дизель шоу (16+)
- 20.30 +100500 (18+)
- 23.00 Опасные связи (18+)
- 01.00 Улётоное видео (16+)



- 05.30 Реальная мистика (16+)
- 06.30 По делам несовершеннолетних (16+)
- 08.05 Давай разведёмся! (16+)
- 09.10 Тест на отцовство (16+)
- 11.20 Понять. Простить (16+)
- 12.30 Порча (16+)
- 13.00 Знахарка (16+)
- 13.35 Т/с "Нотариус" (16+)
- 18.00 Т/с "За витриной" (16+)
- 22.10 Т/с "Женский доктор 4" (16+)
- 00.15 Реальная мистика (16+)
- 01.15 Порча (16+)
- 01.40 Знахарка (16+)
- 02.05 Понять. Простить (16+)
- 02.55 Тест на отцовство (16+)
- 04.35 По делам несовершеннолетних (16+)
- 05.25 6 кадров (16+)

СТС

- 05.00 Х/ф "Школа Авалон" (12+)
- 06.35 Х/ф "Двадцать одно" (16+)
- 09.00 Х/ф "Иллюзия обмана" (12+)
- 11.10 Х/ф "Иллюзия обмана-2" (12+)
- 13.45 Т/с "Совершенно летние" (12+)
- 19.00 Х/ф "Рыцарь дня" (12+)
- 21.10 Х/ф "Джек Ричер-2. Никогда не возвращайся" (16+)
- 23.35 "Русские не смеются" (16+). Комедийное шоу.
- 00.35 Х/ф "Если свекровь - монстр" (16+)
- 02.15 Х/ф "Школа Авалон" (12+)
- 03.40 6 кадров (16+)
- 04.00 Мультфильмы
- 04.50 "Ерапаш"



- 05.00 Настроение
- 07.10 Х/ф "Женатый холостяк" (12+)
- 09.00 Надежда Румянцева. Во всем прошу винить любовь (12+)
- 09.55 Большое кино (12+)
- 10.30 События
- 10.50 Т/с "Отец Браун" (16+)
- 12.40 Мой герой (12+)
- 13.30 События
- 13.50 Петровка, 38 (16+)
- 14.05 Т/с "Такая работа-2" (16+)
- 15.50 Актёрские драмы. На околках славы (12+)
- 16.50 События
- 17.10 Х/ф "Змеи и листницы" (12+)
- 21.00 События
- 21.25 Крым. Секретное оружие (16+)
- 21.55 Знак качества (16+)
- 22.50 Петровка, 38 (16+)
- 23.05 Маркова и Мордковича. Заклятые подруги (16+)
- 23.50 Знак качества (16+)
- 00.30 Брежнев, которого мы не знали (12+)
- 01.10 Осторожно, мошенники! Жильё и жульё (16+)
- 01.35 Т/с "Такая работа-2" (16+)
- 02.55 Михаил Ульянов. Горькая исповедь (12+)
- 03.30 Надежда Румянцева. Во всем прошу винить любовь (12+)
- 04.05 Мой герой (12+)

5

- 04.00, 08.00, 12.00, 16.30, 23.00,
- 02.20 Известия (16+)
- 04.35 Т/с "Чужой район-2" (16+)
- 12.45 Т/с "Чужой район-3" (16+)
- 16.45 Т/с "Морские дьяволы-4" (16+)
- 18.40 Т/с "След" (16+)
- 22.10 Т/с "Свои-2" (16+)
- 23.30 Т/с "След" (16+)
- 00.15 Т/с "Детективы" (16+)
- 01.00 Т/с "Прокурорская проверка" (16+)
- 01.55 Т/с "Детективы" (16+)

ВТОРНИК, 6 ИЮЛЯ

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.00 Новости
- 09.15 Доброе утро
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор (6+)
- 12.00 Новости
- 12.10 Время покажет (16+)
- 15.00 Новости
- 15.10 Давай поженимся! (16+)
- 16.10 Мужское/Женское (16+)
- 18.00 Вечерние новости
- 18.40 На самом деле (16+)
- 19.45 Пусть говорят (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 Т/с "Большое небо" (12+)
- 23.30 Вечерний Ургант (16+)
- 00.50 Наедине со всеми (16+)
- 01.35 Время покажет (16+)
- 03.55 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.55 О самом главном (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека (12+)
- 12.40 60 Минут (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести Благовещенск
- 14.55 Т/с "Косатка" (12+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Прямой эфир (16+)
- 18.40 60 Минут (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести Благовещенск
- 21.20 Т/с "За счастьем" (12+)
- 23.25 Т/с "Тайны следствия" (12+)
- 01.00 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
- 03.20 Вести
- 03.50 Футбол. Чемпионат Европы. 1/2 финала



- 03.50 Т/с "Лесник" (16+)
- 05.30 Самое лучшее (16+)
- 07.00 Сегодня
- 07.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 09.00 Сегодня
- 09.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 10.25 Т/с "Красная зона" (12+)
- 12.00 Сегодня
- 12.20 ЧП
- 13.00 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 15.00 Сегодня
- 15.25 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 18.00 Сегодня
- 18.40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 22.00 Сегодня
- 22.20 Т/с "Мельник" (16+)
- 01.40 Т/с "Карпов. Сезон третий" (16+)

ЗВЕЗДА

- 04.30 Т/с "Черные кошки" (16+)
- 08.00, 12.00 Новости дня
- 08.25 Х/ф "Застава в горах" (12+)
- 10.35 Открытый эфир (12+)
- 12.30 Не факт! (6+)
- 13.05 Т/с "Черные кошки" (16+)
- 16.00 Военные новости
- 17.10 ВМФ СССР. Хроника Победы (12+)
- 17.30 Сделано в СССР (6+)
- 17.50 Боевой надводный флот отчизны (12+)
- 18.35 Легенды армии (12+)
- 19.25 Улица из прошлого (16+)
- 20.15 Новости дня
- 20.25 Улица из прошлого (16+)
- 22.05 Х/ф "Двойной капкан" (12+)
- 00.40 Х/ф "Взятки гладки" (12+)
- 02.25 Х/ф "Государственный преступник"
- 03.55 Сделано в СССР (6+)
- 04.05 Хроника Победы (12+)



- 05.00 Документальный проект (16+)
- 06.00 С добрым утром! (16+)
- 07.30 Новости (16+)
- 08.00 Засекреченные списки (16+)
- 10.00 Как устроен мир (16+)
- 11.00 112 (16+)
- 11.30 Новости (16+)
- 12.00 Загадки человечества (16+)
- 13.00 Невероятно интересные истории (16+)
- 14.00 Совбез (16+)
- 15.00 112 (16+)
- 15.30 Новости (16+)
- 16.00 Тайны Чапман (16+)
- 17.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
- 18.00 112 (16+)
- 18.30 Новости (16+)
- 19.00 Х/ф "Ученик чародея" (12+)
- 21.10 Водить по-русски (16+)
- 22.00 Новости (16+)
- 22.30 Знаете ли вы, что? (16+)
- 23.30 Х/ф "Коммандо" (16+)
- 01.10 Х/ф "Курдяшка Сью" (12+)
- 02.45 Тайны Чапман (16+)
- 03.35 Территория заблуждений (16+)

Че

- 05.00 Улётоное видео (16+)
- 07.30 Дорожные войны (16+)
- 10.00 Улётоное видео (16+)
- 12.30 Дизель шоу (16+)
- 14.30 +100500 (16+)
- 17.30 Дизель шоу (16+)
- 20.30 +100500 (18+)
- 23.00 Опасные связи (18+)
- 01.00 Улётоное видео (16+)



- 05.30 6 кадров (16+)
- 05.35 Реальная мистика (16+)
- 06.35 По делам несовершеннолетних (16+)
- 08.05 Давай разведёмся! (16+)
- 09.10 Тест на отцовство (16+)
- 11.20 Понять. Простить (16+)
- 12.30 Порча (16+)
- 13.00 Знахарка (16+)
- 13.35 Т/с "Нотариус" (16+)
- 18.00 Т/с "За витриной" (16+)
- 22.10 Т/с "Женский доктор 4" (16+)
- 00.15 Реальная мистика (16+)
- 01.15 Порча (16+)
- 01.40 Знахарка (16+)
- 02.05 Понять. Простить (16+)
- 02.55 Тест на отцовство (16+)
- 04.35 По делам несовершеннолетних (16+)
- 05.25 6 кадров (16+)

СТС

- 05.00 "Ерапаш"
- 05.10 М/с "Фиксики"
- 05.45 М/с "Спирит. Дух свободы" (6+)
- 06.10 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
- 07.00 Т/с "Совершенно летние" (12+)
- 08.00 Т/с "Воронины" (16+)
- 09.00 "Уральские пельмени". "Смехbook" (16+)
- 09.45 Х/ф "Если свекровь - монстр" (16+)
- 11.45 Х/ф "Плuto Нэш" (12+)
- 13.40 Т/с "Отель Элеон" (1

**СРЕДА,
7 ИЮЛЯ**

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.10 Мужское/Женское (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с "Большое небо" (12+)
22.25 Вечерний Ургант (16+)
23.05 Наталья Варлей. "Свадьбы не будет!" (12+)
23.55 Наедине со всеми (16+)
00.45 Время покажет (16+)
02.45 Модный приговор (6+)
03.45 Чемпионат Европы по футболу. Полуфинал

РОССИЯ | 1

06.00 Утро России
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека (12+)
12.40 60 Минут (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести Благовещенск
14.55 Т/с "Косатка" (12+)
17.00 Вести
17.15 Прямой эфир (16+)
18.40 60 Минут (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести Благовещенск
21.20 Т/с "За счастьем" (12+)
23.45 Т/с "Тайны следствия" (12+)
01.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
04.15 Т/с "Женщины на грани" (16+)

**ЧЕТВЕРГ,
8 ИЮЛЯ**

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.55 Доброе утро
09.00 Новости
09.15 Доброе утро
09.50 Жить здорово! (16+)
10.55 Модный приговор (6+)
12.00 Новости
12.10 Время покажет (16+)
15.00 Новости
15.10 Давай поженимся! (16+)
16.10 Мужское/Женское (16+)
18.00 Вечерние новости
18.40 На самом деле (16+)
19.45 Пусть говорят (16+)
21.00 Время
21.30 Т/с "Большое небо" (12+)
22.30 Вечерний Ургант (16+)
23.50 Наедине со всеми (16+)
00.35 Время покажет (16+)
02.50 Модный приговор (6+)
03.45 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ | 1

05.00 Утро России
09.55 О самом главном (12+)
11.00 Вести
11.30 Судьба человека (12+)
12.40 60 Минут (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести Благовещенск
14.55 Т/с "Косатка" (12+)
17.00 Вести
17.15 Прямой эфир (16+)
18.40 60 Минут (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести Благовещенск
21.20 Т/с "За счастьем" (12+)
23.45 Т/с "Тайны следствия" (12+)
01.35 Вечер с Владимиром Соловьевым (12+)
04.15 Т/с "Женщины на грани" (16+)



03.55 Т/с "Лесник" (16+)
05.30 Самое лучшее (16+)
07.00 Сегодня
07.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
10.25 Т/с "Красная зона" (12+)
12.00 Сегодня
12.20 ЧП
13.00 Т/с "Ментовские войны" (16+)
15.00 Сегодня
15.25 Т/с "Ментовские войны" (16+)
18.00 Сегодня
18.40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
22.00 Сегодня
22.20 Т/с "Мельник" (16+)
01.50 Т/с "Карпов. Сезон третий" (16+)
03.15 "Карпов. Финал" (16+)

ЗВЕЗДА

04.30 Т/с "Черные кошки" (16+)
08.00, 12.00 Новости дня
08.15 Оружие Победы (6+)
09.00 Х/ф "Дачная поездка сержанта Цыбули" (12+)
10.35 Открытый эфир (12+)
12.30 Не факт! (6+)
13.05 Т/с "Черные кошки" (16+)
16.00 Военные новости
17.10 ВМФ СССР. Хроника Победы (12+)
17.30 Сделано в СССР (6+)
17.50 Боевой надводный флот отчизны (12+)
18.35 Последний день. Андриян Николаев (12+)
19.25 Секретные материалы (12+)
20.15 Новости дня
20.25 Секретные материалы (12+)
22.05 Х/ф "В полосе прибоя" (6+)
23.55 Т/с "Благословите женщины" (12+)
03.15 Х/ф "Где 042?" (12+)



05.00 Документальный проект (16+)
06.00 С добрым утром! (16+)
07.30 Новости (16+)
08.00 Засекреченные списки (16+)
10.00 Как устроен мир (16+)
11.00 112 (16+)
11.30 Новости (16+)
12.00 Загадки человечества (16+)
13.00 Невероятно интересные истории (16+)
14.00 Неизвестная история (16+)
15.00 112 (16+)
15.30 Новости (16+)
16.00 Тайны Чапман (16+)
17.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
18.00 112 (16+)
18.30 Новости (16+)
19.00 Х/ф "Последний охотник на ведьм" (16+)
21.00 Смотреть всем! (16+)
22.00 Новости (16+)
22.30 Загадки человечества (16+)
23.30 Х/ф "Оверлорд" (18+)
01.25 Самые шокирующие гипотезы (16+)
02.15 Тайны Чапман (16+)
04.00 Документальный проект (16+)

Ч

05.00 Улётоное видео (16+)
07.30 Дорожные войны (16+)
10.00 Улётоное видео (16+)
12.30 Дизель шоу (16+)
14.30 +100500 (16+)
17.30 Дизель шоу (16+)
20.30 +100500 (18+)
23.00 Опасные связи (18+)
01.00 Улётоное видео (16+)



05.30 Реальная мистика (16+)
06.30 По делам несовершеннолетних (16+)
08.05 Давай разведёмся! (16+)
09.10 Тест на отцовство (16+)
11.20 Понять. Простить (16+)
12.30 Порча (16+)
13.00 Знахарка (16+)
13.35 Т/с "Нотариус" (16+)
18.00 Т/с "За витриной" (16+)
22.15 Т/с "Женский доктор 4" (16+)
00.20 Реальная мистика (16+)
01.20 Порча (16+)
01.45 Знахарка (16+)
02.10 Понять. Простить (16+)
03.00 Тест на отцовство (16+)
04.40 По делам несовершеннолетних (16+)

СТС

05.00 "Ералаш"
05.10 М/с "Фиксики"
05.45 М/с "Спирит. Дух свободы" (6+)
06.10 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
07.00 Т/с "Совершенно летние" (12+)
08.00 Т/с "Воронины" (16+)
09.00 Х/ф "Великий Гэтсби" (16+)
11.40 Х/ф "Фокус" (16+)
13.40 Т/с "Отель Элеон" (16+)
17.30 Т/с "Совершенно летние" (12+)
19.00 Х/ф "Брюс всемогущий" (12+)
20.55 Х/ф "Эван всемогущий" (12+)
22.55 Русские не смеются (16+)
23.55 Х/ф "Хэллоуин" (18+)
01.45 6 кадров (16+)
04.05 Мультфильмы
04.50 "Ералаш"



05.00 Настроение
07.15 Доктор И... (16+)
07.45 Х/ф "Разорванный круг" (12+)
09.35 Галина Польских. Под маской счастья (12+)
10.30 События
10.50 Т/с "Отец Браун" (16+)
12.40 Мой герой (12+)
13.30 События
13.50 Петровка, 38 (16+)
14.05 Т/с "Такая работа-2" (16+)
15.55 От Шурика до Шарикова. Заложники одной роли (12+)
16.50 События
17.15 Х/ф "Хрустальная ловушка" (12+)
21.00 События
21.25 Обложка (16+)
22.00 90-е. Всегда живой (16+)
22.50 Петровка, 38 (16+)
23.10 Женщины Иосифа Кобзона (16+)
23.50 Прощание. Владимир Басов (16+)
00.30 Советские мафии. Отец грузинской коррупции (16+)
01.10 Осторожно, мошенники! Любовные сети (16+)
01.35 Т/с "Такая работа-2" (16+)
02.55 Лариса Лужина. За всё надо платить... (12+)
03.30 Галина Польских. Под маской счастья (12+)
04.05 Мой герой (12+)

5

04.00, 08.00, 12.00, 16.30, 23.00,
02.20 Известия (16+)
04.25 Т/с "Улицы разбитых фонарей-9" (16+)
16.45 Т/с "Морские дьяволы-5" (16+)
18.40 Т/с "След" (16+)
22.10 Т/с "Свои-2" (16+)
23.30 Т/с "След" (16+)
00.15 Т/с "Детективы" (16+)
01.00 Т/с "Прокурорская проверка" (16+)
01.55 Т/с "Детективы" (16+)



03.55 Т/с "Лесник" (16+)
05.30 Самое лучшее (16+)
07.00 Сегодня
07.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
09.00 Сегодня
09.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
10.25 Т/с "Красная зона" (12+)
12.00 Сегодня
12.20 ЧП
13.00 Т/с "Ментовские войны" (16+)
15.00 Сегодня
15.25 Т/с "Ментовские войны" (16+)
18.00 Сегодня
18.40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
22.00 Сегодня
22.20 Т/с "Мельник" (16+)
01.50 Т/с "Адвокат" (16+)

ЗВЕЗДА

04.30 Т/с "Черные кошки" (16+)
08.00, 12.00 Новости дня
08.15 Оружие Победы (6+)
08.40 Х/ф "Проект Альфа" (12+)
10.35 Открытый эфир (12+)
12.35 Не факт! (6+)
13.10 Т/с "Тульский-Токарев" (16+)
16.00 Военные новости
17.10 ВМФ СССР. Хроника Победы (12+)
17.30 Сделано в СССР (6+)
17.50 Боевой надводный флот отчизны (12+)
18.35 Легенды телевидения (12+)
19.25 Код доступа (12+)
20.15 Новости дня
20.25 Код доступа (12+)
22.05 Х/ф "Ключи от неба"
23.40 Х/ф "Два Федора"
01.05 Х/ф "Близнецы"
02.25 Оружие Победы (6+)
02.35 Т/с "Вход в лабиринт" (12+)



05.00 Документальный проект (16+)
06.00 С добрым утром! (16+)
07.30 Новости (16+)
08.00 Засекреченные списки (16+)
09.55 Как устроен мир (16+)
11.00 112 (16+)
11.30 Новости (16+)
12.00 Загадки человечества (16+)
13.00 Невероятно интересные истории (16+)
14.00 Знаете ли вы, что? (16+)
15.00 112 (16+)
15.30 Новости (16+)
16.00 Тайны Чапман (16+)
17.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
18.00 112 (16+)
18.30 Новости (16+)
19.00 Х/ф "Фантастическая четверка: Вторжение серебряного серфера" (12+)
20.50 Смотреть всем! (16+)
22.00 Новости (16+)
22.30 Загадки человечества (16+)
23.30 Х/ф "Эффект бабочки" (16+)
01.30 Самые шокирующие гипотезы (16+)
02.20 Тайны Чапман (16+)
04.00 Военная тайна (16+)

Ч

05.00 Улётоное видео (16+)
07.30 Дорожные войны (16+)
10.00 Улётоное видео (16+)
12.30 Дизель шоу (16+)
14.30 +100500 (16+)
17.30 Дизель шоу (16+)
20.30 +100500 (18+)
23.00 Опасные связи (18+)
01.00 Улётоное видео (16+)



05.30 6 кадров (16+)
05.35 Реальная мистика (16+)
06.35 По делам несовершеннолетних (16+)
08.05 Давай разведёмся! (16+)
09.10 Тест на отцовство (16+)
11.20 Понять. Простить (16+)
12.30 Порча (16+)
13.00 Знахарка (16+)
13.35 Т/с "Нотариус" (16+)
18.00 Т/с "За витриной" (16+)
22.10 Т/с "Женский доктор 4" (16+)
00.15 Реальная мистика (16+)
01.15 Порча (16+)
01.40 Знахарка (16+)
02.05 Понять. Простить (16+)
02.55 Тест на отцовство (16+)
04.35 По делам несовершеннолетних (16+)
05.25 6 кадров (16+)

СТС

05.00 "Ералаш" (6+)
05.10 М/с "Фиксики"
05.45 М/с "Спирит. Дух свободы" (6+)
06.10 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
07.00 Т/с "Совершеннолетние" (12+)
08.00 Т/с "Воронины" (16+)
09.00 "Уральские пельмени". "Смехbook" (16+)
09.25 Х/ф "Золото дураков" (16+)
11.40 Х/ф "Брюс всемогущий" (12+)
13.40 Т/с "Отель Элеон" (16+)
17.30 Т/с "Совершеннолетние" (12+)
19.00 Х/ф "Шпион по соседству" (12+)
20.50 Х/ф "Медальон" (12+)
22.35 Х/ф "Случайный шпион" (12+)
00.20 Русские не смеются (16+)
01.15 Х/ф "Плuto Нэш" (12+)
02.40 6 кадров (16+)
04.05 Мультфильмы
04.50 "Ералаш" (6+)

5

04.00, 08.00, 12.00, 16.30, 23.00,
02.20 Известия (16+)
04.25 Т/с "Улицы разбитых фонарей-9" (16+)
16.45 Т/с "Морские дьяволы-5" (16+)
18.40 Т/с "След" (16+)
22.10 Т/с "Свои-2" (16+)
23.30 Т/с "След" (16+)
00.15 Т/с "Детективы" (16+)
01.00 Т/с "Прокурорская проверка" (16+)
01.55 Т/с "Детективы" (16+)

Просто TV-программа

Просто газета №25, 29.06.2021 г. стр. 7

**ПЯТНИЦА,
9 ИЮЛЯ**

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 05.00 Доброе утро
- 09.50 Жить здорово! (16+)
- 10.55 Модный приговор (6+)
- 12.00 Новости
- 12.10 Время покажет (16+)
- 15.00 Новости
- 15.10 Давай поженимся! (16+)
- 16.10 Мужское/Женское (16+)
- 18.00 Вечерние новости
- 18.40 На самом деле (16+)
- 19.45 Поле чудес (16+)
- 21.00 Время
- 21.30 Dance Революция (12+)
- 23.15 Вечерний Ургант (16+)
- 00.10 Стивен Кинг: Повелитель страха (16+)
- 01.10 Юбилей группы "Цветы" в Кремле (12+)
- 03.00 Модный приговор (6+)
- 03.50 Давай поженимся! (16+)
- 04.30 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 09.55 О самом главном (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 Судьба человека (12+)
- 12.40 60 Минут (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести Благовещенск
- 14.55 Т/с "Косатка" (12+)
- 17.00 Вести
- 17.15 Прямой эфир (16+)
- 18.40 60 Минут (12+)
- 20.00 Вести
- 20.45 Вести Благовещенск
- 21.00 Я вижу твой голос (12+)
- 22.40 Х/ф "Мой близкий враг" (12+)
- 02.25 Х/ф "Я его слепила" (12+)
- 04.10 АТ/с "Женщины награны" (16+)

**СУББОТА,
10 ИЮЛЯ**

1 ПЕРВЫЙ КАНАЛ

- 06.00 Доброе утро
- 09.45 Слово пастыря
- 10.00 Новости
- 10.15 На дачу! (6+)
- 11.15 Видели видео? (6+)
- 12.00 Новости
- 12.15 Видели видео? (6+)
- 13.55 Голос русской души (12+)
- 15.00 Наталья Варлей. "Свадьбы не будет!" (12+)
- 16.05 Кто хочет стать миллионером? (12+)
- 17.35 Аль Бано и Ромина Пауэр: "Felicita на бис!" (12+)
- 19.10 Сегодня вечером (16+)
- 21.00 Время
- 21.20 Сегодня вечером (16+)
- 22.30 Выпускник - 2021 (12+)
- 00.25 Х/ф "Загадка Анри Пика" (16+)
- 02.05 Модный приговор (6+)
- 02.55 Давай поженимся! (16+)
- 03.35 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

- 05.00 Утро России
- 08.00 Вести Благовещенск
- 08.20 Местное время
- 08.35 По секрету всему свету
- 09.00 Формула еды (12+)
- 09.25 Пятеро на одного
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.30 Юмор! Юмор! Юмор!!! (16+)
- 12.35 Доктор Мясников (12+)
- 13.40 Т/с "Полоса отчуждения" (12+)
- 18.00 Привет, Андрей! (12+)
- 20.00 Вести
- 21.00 Х/ф "Токсичная любовь" (12+)
- 01.05 Х/ф "Мезальянс" (12+)



- 03.55 Т/с "Лесник" (16+)
- 05.30 Самое лучшее (16+)
- 07.00 Сегодня
- 07.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 09.00 Сегодня
- 09.25 Т/с "Морские дьяволы" (16+)
- 10.25 Т/с "Красная зона" (12+)
- 12.00 Сегодня
- 12.20 ЧП
- 13.00 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 15.00 Сегодня
- 15.25 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 18.00 Сегодня
- 18.40 Т/с "Ментовские войны" (16+)
- 01.00 Квартирный вопрос
- 01.55 Их нравы
- 02.20 Т/с "Адвокат" (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.00 Т/с "Вход в лабиринт" (12+)
- 08.00, 12.00 Новости дня
- 09.30 Х/ф "Черный квадрат" (12+)
- 12.30 Т/с "Тульский-Токарев" (16+)
- 16.00 Военные новости
- 19.35 Выбор Филби (12+)
- 20.15 Новости дня
- 20.25 Х/ф "Проект "A"" (12+)
- 22.20 Х/ф "Проект "A"-2" (12+)
- 00.20 Т/с "Солдатские сказки Саши Черного" (12+)
- 03.50 Таежный космодром (12+)
- 04.45 Оружие Победы (6+)

**ЗЕРКАЛА
для дома и офиса
любых размеров
в любом багете.**

реклама
Багетная мастерская,
ул. Никольское
шоссе, 31
тел.: 8-914-581-33-33



- 05.00 Документальный проект (16+)
- 06.00 С добрым утром! (16+)
- 07.30 Новости (16+)
- 08.00 Документальный проект (16+)
- 10.00 Как устроен мир (16+)
- 11.00 112 (16+)
- 11.30 Новости (16+)
- 12.00 Загадки человечества (16+)
- 13.00 Невероятно интересные истории (16+)
- 14.00 Засекреченные списки (16+)
- 15.00 112 (16+)
- 15.30 Новости (16+)
- 16.00 Тайны Чапман (16+)
- 17.00 Самые шокирующие гипотезы (16+)
- 18.00 112 (16+)
- 18.30 Новости (16+)
- 19.00 Х/ф "Рэмпейдж" (16+)
- 21.00 Х/ф "Бог грома" (16+)
- 23.10 Х/ф "Пункт назначения" (16+)
- 01.00 Х/ф "Пункт назначения 2" (18+)
- 02.20 Х/ф "Пункт назначения 3" (16+)
- 04.00 Невероятно интересные истории (16+)



- 05.00 Улётоное видео (16+)
- 06.00 Улётоное видео (16+)
- 08.20 Х/ф "Время" (16+)
- 10.30 Х/ф "Охотники за привидениями"
- 12.40 Х/ф "Охотники за привидениями-2"
- 15.00 Х/ф "Время" (16+)
- 17.00 +100500 (18+)
- 23.30 Утилизатор (12+)
- 01.40 Улётоное видео (16+)



- 05.30 Реальная мистика (16+)
- 06.30 По делам несовершеннолетних (16+)
- 08.05 Давай разведёмся! (16+)
- 09.10 Тест на отцовство (16+)
- 11.20 Понять. Простить (16+)
- 12.30 Порча (16+)
- 13.00 Знахарка (16+)
- 13.35 Т/с "Нотариус" (16+)
- 18.00 Х/ф "Радуга в небе" (16+)
- 22.05 Х/ф "Колье для снежной бабы" (16+)
- 00.05 Реальная мистика (16+)
- 01.05 Порча (16+)
- 01.35 Знахарка (16+)
- 02.00 Понять. Простить (16+)
- 02.50 Тест на отцовство (16+)
- 04.30 По делам несовершеннолетних (16+)
- 05.20 6 кадров (16+)



- 05.10 М/с "Фиксики"
- 05.45 М/с "Спирит. Дух свободы" (6+)
- 06.10 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
- 07.00 Т/с "Совершенно летние" (12+)
- 08.00 Т/с "Воронины" (16+)
- 09.00 Х/ф "Случайный шпион" (12+)
- 10.45 Х/ф "Медальон" (12+)
- 12.25 Х/ф "Шпион по соседству" (12+)
- 14.20 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
- 20.00 Х/ф "Поймай толстуху, если сможешь" (16+)
- 22.15 Х/ф "Достать ножи" (16+)
- 00.50 Х/ф "Интервью с вампиром" (16+)
- 02.45 6 кадров (16+)
- 04.05 Мультфильмы
- 04.50 "Ералаш"



- 05.00 Настроение
- 07.10 Х/ф "Хрустальная ловушка" (12+)
- 10.30 События
- 10.50 Х/ф "Хрустальная ловушка" (12+)
- 11.20 Х/ф "Змеи и лестницы" (12+)
- 13.30 События
- 13.50 Петровка, 38 (16+)
- 14.05 Х/ф "Змеи и лестницы" (12+)
- 15.55 Актёрские драмы. Вредные родители (12+)
- 16.50 События
- 17.10 Х/ф "Котов обижать не рекомендуется" (12+)
- 19.00 Х/ф "Колдовское озеро" (12+)
- 21.00 В центре событий (16+)
- 22.10 Приют комедиантов (12+)
- 00.05 Х/ф "Блеф" (12+)
- 01.45 Х/ф "Тень стрекозы" (12+)
- 04.45 Олег Даль. Между прошлым и будущим (12+)

**ТЕЛЕФОН диспетчера
кабельной сети**
8-914-393-03-33

реклама

Ул. Никольское шоссе, 36,
(пн-пт: с 9 до 13 ч. и с 14 до 18 ч.,
сб: с 9 до 14 ч.)



- 04.00, 08.00, 12.00 Известия (16+)
- 04.30 Т/с "Улицы разбитых фонарей-9" (16+)
- 17.30 Т/с "Улицы разбитых фонарей-10" (16+)
- 18.30 Т/с "След" (16+)
- 23.25 Т/с "Прокурорская проверка" (16+)



- 03.45 Т/с "Лесник" (16+)
- 06.20 Кто в доме хозяин? (12+)
- 07.00 Сегодня
- 07.20 Готовим с Зиминым
- 07.45 Поедем, поедим!
- 08.25 Едим дома
- 09.00 Сегодня
- 09.20 Главная дорога (16+)
- 10.00 Живая еда (12+)
- 11.00 Квартирный вопрос
- 12.05 НашПотребНадзор (16+)
- 13.10 Физруки. Будущее за настоящим (6+)
- 14.00 Своя игра
- 15.00 Сегодня
- 15.20 Следствие вели... (16+)
- 17.00 Т/с "Уцелевшие" (16+)
- 18.00 Сегодня
- 18.25 Т/с "Уцелевшие" (16+)
- 21.30 Мaska (12+)
- 00.45 Дачный ответ
- 01.40 Т/с "Адвокат" (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.00 Сделано в СССР (6+)
- 05.15 Х/ф "Волшебная лампа Аладдина"
- 07.00, 12.00, 17.00 Новости дня
- 07.15 Х/ф "Баллада о доблестном рыцаре Айвengo" (12+)
- 09.00 Круиз-контроль (6+)
- 09.30 Легенды цирка (6+)
- 10.00 Улика из прошлого (16+)
- 10.45 Загадки века (12+)
- 11.30 Не факт! (6+)
- 12.15 СССР. Знак качества (12+)
- 13.05 Легенды кино. Георгий Винцин (6+)
- 14.00 Т/с "Смерть шпионам. Лицьора" (12+)
- 18.15 Х/ф "Механик" (16+)
- 20.05 Х/ф "О нем" (12+)



- 05.30 6 кадров (16+)
- 05.40 Х/ф "Отель "Купидон" (16+)
- 09.40 Т/с "Нина" (16+)
- 18.00 Т/с "Чёрно-белая любовь" (16+)
- 21.10 Скажи, подруга (16+)
- 21.25 Х/ф "На краю любви" (16+)
- 01.20 Т/с "Нина" (16+)
- 04.40 Гастрарбайтерши (16+)



- 05.00 "Ералаш"
- 05.05 М/с "Фиксики"
- 05.25 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
- 05.45 М/с "Три кота"
- 06.30 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
- 07.00 М/с "Лекс и Плу. Космические таксисты" (6+)
- 07.30 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
- 07.40 Папа в декрете (16+)
- 08.00 ПроСТО кухня (12+)
- 09.00 Х/ф "Бриллиантовый полицейский" (16+)
- 11.00 Х/ф "Поймай толстуху, если сможешь" (16+)
- 13.10 Х/ф "Рыцарь дня" (12+)
- 15.25 Х/ф "Эван всемогущий" (12+)
- 17.25 Х/ф "Белоснежка и охотник" (16+)
- 20.00 Х/ф "Белоснежка и охотник 2" (16+)
- 22.15 Х/ф "Другой мир. Войны крови" (18+)
- 23.55 Х/ф "Достать ножи" (16+)
- 02.10 6 кадров (16+)
- 04.05 Мультфильмы
- 04.50 "Ералаш"



- 04.00 Т/с "Прокурорская проверка" (16+)
- 06.10 Х/ф "Не может быть!" (12+)
- 08.00 Т/с "Свои" (16+)
- 11.20 Т/с "Условный мент" (16+)
- 16.30 Т/с "След" (16+)
- 23.15 Т/с "Следствие любви" (16+)

**ВОСКРЕСЕНЬЕ,
11 июля****ПЕРВЫЙ КАНАЛ**

05.00 Т/с "Петербург. Любовь. До востребования" (12+)
 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
 07.40 Часовой (12+)
 08.10 Здоровье (16+)
 09.20 Непутевые заметки (12+)
 10.00 Новости
 10.15 Жизнь других (12+)
 11.15 Видели видео? (6+)
 12.00 Новости
 12.15 Видели видео? (6+)
 14.00 Русский Север. Дорогами открытый
 15.15 Александр Абдулов. "Жизнь на большой скорости" (16+)
 17.05 "День семьи, любви и верности". Праздничный концерт (12+)
 19.15 Три аккорда (16+)
 21.00 Время
 22.00 Лев Яшин. Вратарь моей мечты (6+)
 00.05 Х/ф "Пираны Неаполя" (18+)
 02.00 Модный приговор (6+)
 02.50 Давай поженимся! (16+)
 03.30 Мужское/Женское (16+)

РОССИЯ 1

04.20 Х/ф "Счастливый маршрут" (12+)
 06.00 Х/ф "45 секунд" (12+)
 08.00 Местное время
 08.35 Устами младенца
 09.20 Когда все дома
 10.10 Сто к одному
 11.00 Большая переделка
 12.00 Парад юмора (16+)
 14.00 Т/с "Полоса отчуждения" (12+)
 17.50 Х/ф "Сердечных дел мастера" (12+)

МАТЧ!

5 июля
 06.00 Все на Матч!
 07.00 Ген победы (12+)
 07.30 Новости
 07.35 Футбол. Чемпионат Европы. Испания - Польша
 09.40 "Шёлковый путь"
 10.00 Формула-1. Гран-при Австрии
 12.00 Новости
 12.05 Все на Матч!
 15.00 Новости
 15.05 "Шёлковый путь"
 15.25 Футбол. Чемпионат Европы. 1/4 финала
 17.30 Специальный репортаж (12+)
 17.50 Новости
 17.55 Все на Матч!
 18.35 Главная дорога (16+)
 19.55 Футбол. "Спартак" - "Шибеник"
 22.00 Новости
 22.05 Все на Матч!
 22.35 Т/с "В созвездии Стрельца" (12+)
 03.00 Все на Евро!
 03.55 Новости
 04.00 Х/ф "Диггстаун" (16+)

6 июля

06.00 Все на Матч!
 06.35 Один день в Европе (16+)
 06.55 Новости
 07.00 Футбол. Чемпионат Европы. Словакия - Испания
 09.05 НХЛ. Кубок Стэнли. "Монреаль Канадиенс" - "Тампа-Бэй Лайтнинг"
 11.40 Современное пятиборье. Чемпионат Европы
 12.00 Новости
 12.05 Все на Матч!
 15.00 Новости
 15.05 "Шёлковый путь"
 15.25 Футбол. Чемпионат Европы. 1/2 финала
 17.30 Специальный репортаж (12+)
 17.50 Новости
 17.55 Все на Матч!
 18.30 Главная дорога (16+)
 19.50 Футбол. Чемпионат Европы. Обзор
 20.10 Профессиональный бокс (16+)
 21.00 Все на Матч!

20.00 Вести
 21.50 Х/ф "Тренер" (12+)
 00.20 Д/ф "Тренер" (16+)
 01.30 Х/ф "Счастливый маршрут" (12+)
 03.50 Футбол. Чемпионат Европы. Финал



03.50 Т/с "Лесник" (16+)
 06.20 Кто в доме хозяин? (12+)
 07.00 Сегодня
 07.20 У нас выигрывают! (12+)
 09.00 Сегодня
 09.20 Первая передача (16+)
 10.00 Чудо техники (12+)
 10.55 Дачный ответ
 12.00 "Детская Новая волна-2021"
 14.00 Своя игра
 15.00 Сегодня
 15.20 Следствие вели... (16+)
 17.00 Т/с "Уцелевшие" (16+)
 18.00 Сегодня
 18.35 Т/с "Уцелевшие" (16+)
 21.30 Мaska (12+)
 00.55 Скелет в шкафу (16+)
 01.50 Т/с "Адвокат" (16+)

ЗВЕЗДА

05.00 Т/с "Смерть шпионам. Лисья нора" (12+)
 08.00, 17.00 Новости дня
 08.55 Военная приемка (6+)
 09.45 Скрытые угрозы" с Николаем Чиндякиным. "Альманах №44" (12+)
 10.30 Секретные материалы (12+)
 11.20 Код доступа (12+)
 12.15 Оружие Победы (6+)
 12.40 Т/с "Последний бронепоезд" (16+)
 17.15 Легенды советского сыска (16+)

19.45 Х/ф "Черный принц" (6+)
 21.40 Т/с "Вход в лабиринт" (12+)
 03.35 Один в поле воин. Подвиг 41-го (12+)
 04.20 Х/ф "И была ночь..." (12+)
 04.45 Сделано в СССР (6+)



07.40 Х/ф "Крокодил Данди" (16+)
 09.25 Х/ф "Крокодил Данди 2" (16+)
 11.40 Х/ф "Плохие парни" (16+)
 14.00 Х/ф "Плохие парни 2" (16+)
 17.00 Х/ф "Плохие парни навсегда" (16+)
 19.25 Х/ф "Штурм Белого дома" (16+)
 22.00 Х/ф "Мальчики-налетчики" (16+)
 00.00 Х/ф "Ограбление в ураган" (16+)
 01.40 Самые шокирующие гипотезы (16+)

ТЕЛЕФОН КАССЫ**кабельной сети****8-924-683-32-17**

реклама

Ул. Никольское шоссе, 36,
 пн-пт: с 9 до 13 ч. и с 14 до 18 ч.,
 сб: с 9 до 14 ч.



05.00 Улётоное видео (16+)
 05.10 Супершеф (16+)
 06.00 Улётоное видео (16+)
 08.00 Утилизатор (12+)
 11.00 Т/с "Балабол" (16+)
 20.00 +100500 (18+)
 23.00 Х/ф "Охотники за привидениями-2"
 01.00 Улётоное видео (16+)

D ДОМАШНИЙ

05.30 6 кадров (16+)
 05.40 Пять ужинов (16+)
 05.55 Х/ф "Формула любви" (16+)
 07.45 Х/ф "Родня" (16+)
 09.45 Х/ф "На краю любви" (16+)
 13.45 Х/ф "Радуга в небе" (16+)
 17.45 Сказки, подруга (16+)
 18.00 Т/с "Чёрно-белая любовь" (16+)
 21.05 Х/ф "Отель "Купидон" (16+)
 01.05 Т/с "Нина" (16+)
 04.15 Х/ф "Формула любви" (16+)



05.00 "Ералаш"
 05.05 М/с "Фиксики"
 05.25 М/с "Приключения Вуди и его друзей"
 05.45 М/с "Три кота"
 06.30 М/с "Царевны".
 06.55 Шоу "Уральских пельменей" (16+)
 07.45 Х/ф "Индиана Джонс. В поисках утраченного ковчега"
 10.05 Х/ф "Индиана Джонс и храм судьбы"
 12.35 Х/ф "Индиана Джонс и последний крестовый поход"
 15.05 Х/ф "Индиана Джонс и королевство хрустального черепа" (12+)
 17.35 Х/ф "Перси Джексон и похититель молний" (12+)
 20.00 Х/ф "Перси Джексон и море чудовищ" (6+)
 22.05 Х/ф "Легион" (18+)
 00.00 Х/ф "Другой мир. Войны крови" (18+)
 01.35 Х/ф "Интервью с вампиром" (16+)
 03.25 6 кадров (16+)
 04.05 Мультфильмы
 04.50 "Ералаш"

TB1

05.30 Х/ф "Колдовское озеро" (12+)
 07.30 Х/ф "Блеф" (12+)
 09.40 Спасите, я не умею готовить! (12+)
 10.30 События
 10.45 Х/ф "Сицилианская защита" (12+)
 12.40 Смех с доставкой на дом (12+)
 13.30 События
 13.50 Хроники московского быта. Женщины первых миллионеров (12+)
 14.45 Прощание. Валентин Гафт (16+)
 15.35 Мужчины Галины Брежневой (16+)
 16.25 Х/ф "Замуж после всех" (12+)
 20.20 Х/ф "Не приходи ко мне в сне" (12+)
 23.05 События
 23.25 Х/ф "Не приходи ко мне в сне" (12+)
 00.10 Петровка, 38 (16+)
 00.20 Х/ф "Лишний" (12+)
 03.40 Последняя любовь Империи (12+)

5

04.00 Т/с "Следствие любви" (16+)
 05.25 Т/с "Улицы разбитых фонарей-4" (16+)
 07.00 Т/с "Аз воздам" (16+)
 10.40 Т/с "Чужой район-3" (16+)
 00.00 Т/с "Аз воздам" (16+)
 03.05 Т/с "Улицы разбитых фонарей-10" (16+)

9 июля

05.55 Все на Матч!
 06.00 Все на Матч!
 06.50 Новости
 07.00 Футбол. Чемпионат Европы. 1/2 финала
 09.00 Футбол. Чемпионат Европы. Лучшие голы
 09.30 Велоспорт. Трек. Кубок наций
 10.30 Спортивный детектив (12+)
 11.30 Заклятые соперники (12+)
 12.00 Новости
 12.05 Все на Матч!
 15.00 Новости
 15.05 "Шёлковый путь"
 15.25 Х/ф "Диггстаун" (16+)
 17.30 Кубок Париматч Премьер (12+)
 17.50 Новости
 17.55 Все на Матч!
 18.30 Главная дорога (16+)

20.30 Футбол. Чемпионат Европы. Лучшие голы
 21.00 Все на Матч!
 21.25 Новости
 21.30 Смешанные единоборства. One FC
 23.35 Все на Матч!
 00.00 Велоспорт. Трек. Кубок наций
 02.30 Все на Евро!
 03.15 Лёгкая атлетика. "Бриллиантовая лига"

10 июля

05.00 Все на Матч!
 06.00 Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при
 07.00 Новости
 07.05 Х/ф "Человек в синем" (12+)
 09.05 НХЛ. Кубок Стэнли. "Монреаль Канадиенс" - "Тампа-Бэй Лайтнинг"
 11.40 Современное пятиборье. Чемпионат Европы
 12.00 Смешанные единоборства. Bellator (16+)
 13.00 Новости
 13.05 Все на Матч!

15.00 Новости
 15.05 "Шёлковый путь"
 15.25 Т/с "В созвездии Стрельца" (12+)
 19.50 Новости
 19.55 Все на Кубок Париматч Премьер!
 20.30 Х/ф "Последняя гонка" (12+)
 22.25 Новости
 22.30 Футбол. Кубок Париматч Премьер. "Рубин" - "Химки"
 01.00 Все на Матч!
 02.00 Профессиональный бокс (16+)
 03.00 Все на Евро!
 04.00 Новости
 04.05 Футбол. Евро-2020. Лучшее

11 июля

06.00 Все на Матч!
 06.40 Один день в Европе (16+)
 07.00 Новости
 07.05 Футбол. Кубок Париматч Премьер. "Рубин" - "Химки"
 09.00 Заклятые соперники (12+)
 09.30 Велоспорт. Кубок наций
 10.30 Спортивный детектив (12+)
 11.30 Современное пятиборье. Чемпионат Европы
 12.00 Профессиональный бокс (16+)
 13.00 Новости
 13.05 Все на Матч!
 15.00 Новости
 15.05 "Шёлковый путь"
 15.25 Т/с "В созвездии Стрельца" (12+)
 19.50 Новости
 19.55 Все на Матч!
 20.30 Футбол. Евро-2020. Лучшее
 22.25 Новости
 22.30 Все на Матч!
 23.30 Футбол. Кубок Париматч Премьер. "Спартак" - "Сочи"
 02.00 Все на Матч! (12+)
 03.00 Финал. Live

9 правил питания в жару от диетологов

Правильное питание, по мнению врачей и диетологов, позволит чувствовать себя отлично даже в самый сильный зной.

Правило 1: Меньше значит лучше

Во время жары нас как магнитом тянет к холодаильнику — ведь там так холодно! А если открыли дверцу, не уходить же с пустыми руками? А между тем, есть в жару нужно меньше чем обычно. Как раз по этой причине многие люди летом теряют аппетит — наш организм сам подсказывает, что делать, чтобы стало лучше.

Выбирая блюда, нужно отдавать предпочтение легкому своему пище. «Тяжелая» еда вынуждает организм бросать все силы на ее переваривание — как здесь чувствовать себя хорошо? Поэтому красное мясо, которое переваривается 5-7 часов, лучше заменить белым. Идеально — курицей, которая переваривается 3-4 часа. Колбасы, сосиски, котлеты, пельмени и другие виды фастфуда лучше исключить вовсе, делая упор на натуральную пищу!

Факт! Переедание — всегда стресс для организма, оно приводит к проблемам в работе пищеварительной системы. К тому же, лишние калории оседают на талии и боках. Летом нужно стараться придерживаться пятиразового питания — из 3 основных приемов пищи и 2 перекусов. Причем, вставать со стола нужно с легким чувством голода. Кстати, именно это — один из главных секретов стройности и долголетия жителей Японии.

Правило 2: Реши-тельное «Нет!» кофе

Именно летом, когда температура на градуснике редко опускается ниже плюс двадцати, причиной обезвоживания могут стать... напитки. Например, кофе. Он обладает мочегонными свойствами, стимулируя потерю влаги организмом. Как раз по этой причине в ресторанах Греции и Турции к чашечке кофе обязательно подадут чашку воды.

Не мыслите свою жизнь без этого бодрящего напитка? Попробуйте ограничиться одной-двумя чашками в сутки, делая выбор в пользу зеленого чая, напитка из цикория, морса, компота или кваса. Это не менее вкусно!

А вы знали? От обез-

воживания в первую очередь страдают мозг и сердце, появляется чувство слабости, возникает аппетит, нарушаются мыслительные процессы.

Правило 3: Только сбалансированная пища

Не только летом, но и в любое другое время года, меню человека должно быть сбалансированным. 15% от общего количества пищи должно приходиться на белки (мясо, рыба, бобы, молочные продукты), 12% — на полезные жиры (растительное и сливочное масло, продукты животноводства), и оставшиеся 73% — на углеводы. Причем, выбирать стоит не простые, а сложные углеводы. Вместо вредного и калорийного сладкого и мучного введите в рацион полезные каши, свежие фрукты и овощи.

На заметку! Доктор медицины Шерри Росс рекомендует каждый день употреблять горсть орехов — миндаль, кешью, арахис. Они помогут восполнить суточную норму моно- и полиненасыщенных жиров, которые благотворно влияют на организм, способствуя снижению уровня холестерина в крови и нормализации кровяного давления.

Правило 4: Еще больше воды

Когда солнце нещадно печет, потребность в воде возрастает. По подсчетам врачей, пить нужно в 1,5-2 раза больше чем обычно. Помимо объективных причин, это связано с тем, что летом мы носим более открытые наряды, следовательно, увеличивается площадь испарения жидкости из организма.

На каждый килограмм массы тела человека следует пить 30 мл воды. Нетрудно подсчитать свою дневную норму!

Осторожно! Диетолог Керри Торренс рассказывает, что употребление большого количества воды «за один присест» опасно: «Это может привести к тому, что почки не смогут поддерживать электролитный баланс, кровь станет слишком «разбавленной». В свою очередь, это отразится на функционировании всего организма, может спровоцировать проблемы с кровяным давлением.

Правило 5: «Да!» витаминам и антиоксидантам

Ягоды и фрукты, кото-

рыми охотно делится с нами лето, призваны стать важной частью меню. В них множество витаминов и антиоксидантов, флавоноидов и минеральных веществ. К тому же, они отлично утоляют жажду!

А вы знали? 20-30% необходимой для здоровья жидкости мы получаем не из воды и напитков, а из продуктов питания. Диетологи причисляют к «увлажняющим» продуктам клубнику, дыню, арбуз, апельсины, нектарины и абрикосы, огурцы, кабачки, цуккини, сельдерей и латук. Позаботьтесь о том, чтобы их было как можно больше в вашем меню.

Правило 6: Минимум алкоголя

Помимо того, что спиртные напитки оказывают вредное влияние на печень, летом они способствуют обезвоживанию и вызывают тяжелый «туман» в голове. Поэтому их лучше совсем не пить или, по крайней мере, соблюдать меру, откладывая праздничные посиделки на прохладный вечер.

А вы знали? Холодная газировка, вкусное мороженое или бокал ледяного шампанского могут показаться заманчивым выбором, если хочется «охладиться», однако они принесут больше вреда, чем пользы — уверены эксперты. «Холодная еда и напитки могут дать только первоначальный эффект охлаждения, но он недолговечен, — рассказывает диетолог Керри Торренс, — Это потому, что усвоение холодной пищи требует от организма повышения температуры, поскольку процесс переваривания пищи является тепловыделающим. После употребления такой еды вы можете почувствовать жар. Выходом из ситуации может стать употребление горячих напитков. Чай или какао стимулируют потоотделение, которое оказывает охлаждающее действие.

Правило 7: Больше продуктов с SPF

Некоторые продукты питания, например, цитрусовые, могут помочь организму противостоять вредному ультрафиолетовому излучению и сыграть важную роль в профилактике рака кожи. Ведь именно в солнечное время года погода нещадно «печет», а значит, нужно больше включать продуктов с SPF в свое меню!

На заметку! Защитить кожу от УФ-

излучения могут томаты, болгарский перец, зеленый чай, арбуз, какао, виноград, морковь, гранат, красное вино, сыр тофу и фиолетовые ягоды. Все они содержат вещества, которые нейтрализуют действие свободных радикалов и помогают сохранить здоровье и молодость кожи.

Правило 8: Все самое свежее

Летом любой продукт, который мы приобрели в магазине, начинает портиться уже по дороге домой. В первую очередь речь идет о скоропортящейся еде — яйцах, свежем мясе и рыбе, молочной продукции, соусах и готовой пище.

Категорически запрещено в жаркую погоду есть салаты с майонезом — это прямой путь к отравлению. Лучше откаться от употребления вчерашней еды и продуктов, которые долго хранились. Готовьте свежее и понемногу! И самое главное — мойте продукты перед приготовлением, а руки — перед едой.

Совет! Никогда не покупайте продукты, которые реализуются в опасной близости от дорог. Такие собирают в себя пыль и грязь, выхлопы от автомобилей. Пользы организму они не принесут, а вот подорвать здоровье могут запросто.

Правило 9: Разгрузочный день раз в неделю

В солнечное время года, когда аппетит и так снижается, 1-2 раза в неделю полезно устраивать разгрузочные дни. Такая привычка понравится тем, кто на диете. Идеально, если «разгрузка» будет припадать на выходные — когда не нужна высокая концентрация внимания и нет тяжелых физических нагрузок.

В разгрузочный день ешьте больше фруктов и овощей в любом виде, запекайте их в духовке или готовьте на гриле. В качестве альтернативы можно устраивать «разгрузку» на молочных продуктах.

На заметку! «Разгрузку» можно назвать выходным днем для организма. Она дарит отличное настроение и небывалую легкость в теле. Если вы любите монодни, попробуйте «разгрузиться» на огурцах, томатах, твороге или кефире, кабачках, дыне или малине. Продолжительность разгрузки не должна быть больше одного дня подряд.

ГОРОСКОП с 5 июля по 11 июля

Овен 21.03-20.04

Летом хочется загорать и гулять по лесу, а не работать. Но вам, похоже, нужно собрать волю в кулак и завершить важный проект. Зато вы сможете хорошо заработать. Наступает благоприятный момент для конкретных действий, ответственных шагов и прочих судьбоносных предприятий.

Телец 21.04-20.05

Чтобы ваши проблемы с деловыми партнерами не повторились, необходимо извлечь уроки из прошлых ошибок. Чувство собственного превосходства грозит препятствовать полноценному общению с коллегами. В четверг не упустите момент для продвижения по карьерной лестнице.

Близнецы 21.05-21.06

Эта неделя весьма удачна в плане карьеры и любви. Могут поступить заманчивые деловые предложения. Если вы сосредоточены и внимательны, то вам обеспечен успех, причем такой, на который вы даже не рассчитывали. Сейчас время исполнения желания.

Рак 22.06-22.07

На этой неделе может завершиться важный этап в вашей карьере, и вы получите очень выгодное предложение о повышении по службе. Помощи и поддержки от других сейчас ждать не стоит, рассчитывайте только на себя. Тем более, что вы полны сил и энергии и сами решите любую проблему.

Лев 23.07-23.08

Не исключено разочарование в ком-то из близких людей, но это не повод для расстройства. Лучше вовремя снять розовые очки. Четверг и пятница — почти идеальные дни для того, чтобы заняться подготовкой и реализацией серьезных планов.

Дева 24.08-23.09

Возможны определенные трудности, перед которыми не стоит отступать. И тогда можно рассчитывать на успех. Но лучше опираться на проверенные методы, а нестандартные подходы использовать только как дополнение. Хорошее время для подведения определенных итогов и для начала отдыха.

Весы 24.09-23.10

Вам необходимо вооружиться фантазией и творчески реализовать свои замыслы по поводу летнего отдыха. На этой неделе вы лидер, и это ощущимо поможет вам добиться своего. Запланируйте поездку в горы, на водопады, устройте пикник на берегу озера.

Скорпион 24.10-22.11

Наступает время серьезных перемен, причем к лучшему. Не держитесь за устаревшее, оно вам более не пригодится. Помните, что, изменяя свое восприятие, вы можете изменить и окружающий мир. Успех будет сопутствовать вам и в карьере, и в любви.

Стрелец 23.11-21.12

Любую ситуацию на этой неделе нужно оценивать максимально реалистично. Даже если она совсем не вписывается в рамки ваших представлений о возможном. Страйтесь адекватно рассчитывать свои силы, не давайте невыполнимых обещаний.

Козерог 22.12-20.01

В начале недели у вас появятся исключительные способности к доведению своей работы до совершенства. Так что ждите похвалы от начальства. Во второй половине недели будьте осторожны с нитью отношений с близкими людьми, она может легко порваться из-за мелкого недоразумения.

Водолей 21.01-20.02

Постарайтесь решать посильные для вас задачи, не перенапрягайтесь. Есть вероятность, что требования к вашей работе могут быть завышены, постарайтесь найти компромисс с коллегами и начальством. В пятницу нежелательно принимать скоропалительных решений о смене работы или иных карьерных изменениях.

Рыбы 21.02-20.03

На этой неделе вероятен профессиональный взлет и успех. Многие наболевшие проблемы решатся спокойно, даже с какой-то легкостью. Консервативное отношение к жизни и планомерность действий помогут добиться помощи, в том числе финансовой, у тех, кто старше или главнее.

НЕДВИЖИМОСТЬ

*Продается 2-комнатная квартира в центре города, 3 этаж, площадь 54 кв.м, светлая, теплая, г/х вода круглый год, имеется 2 кладовые в подвале с погребом, в шаговой доступности школа, детсад, больница, рынок и т.д., цена 3 780 000 руб., торг.

Тел. 8-914-395-16-54

*Продается 2-комнатная квартира, площадью 53 кв.м на 1 этаже по ул.- Ленина, 111. Большая прихожая, коридор, кладовка, пластиковые окна, лоджия 3,5 м. Цена 3200 000 руб. Реальному покупателю – торг.

Тел. 8-909-868-28-09

*Меняют 2-комнатную квартиру по ул. Скорикова на 1-комнатную квартиру в центре города.

Здесь же продается односторончатый шкаф с антресолью. Высота 2,25 м, ширина 45 см, глубина 60 см.

Тел. 8-914-388-70-46

*Продается в г. Геленджик Краснодарского края недостроенный 2-х этажный коттедж. Общая площадь 170 кв.м. Имеются два балкона. Под домом подвал, площадью 46 кв.м, высота 2,4 м. Есть участок 11 соток, электричество, накопитель, емкость под воду 10 куб.м. Фундамент под забор, подборная стена.

Тел. 8-914-574-57-05

* Продается дом площадью 72 кв.м, участок 59 соток. Есть три гаража, ворота 3 х 3 м, пилорама ленточная, станок для распиловки горбыля, баня, столовая. Еще за-

Купят
2-комнатную
благоустроенную квартиру
в г. Белогорске.
1 и 5 этажи не предлагать.
С балконом или лоджией
и косметическим ремонтом.
Возможна покупка
и частного дома.
Рассмотрят все варианты.
Тел. 8-914-580-58-69

лит фундамент 10 x 12 м под дом. Рядом озеро, река, три въезда. Можно заняться животноводством.

Тел. 8-914-387-46-18,
8-914-559-75-35

*Продается дом по ул. Авиационной, 56 кв.м, надворные постройки, участок 10 соток.

Тел. 8-914-576-58-63

*Сдается 1-комнатная квартира в 2-комнатной квартире в м/р «Транспортный». К проживанию все готово.

Тел. 8-914-563-99-30

ГАРАЖИ

*Продается гараж площадью 28 кв.м в районе очистных сооружений в микрорайоне «Амурсельмаш», погреб, смотровая яма.

Тел. 8-914-565-81-51

*Продается кирпичный гараж в районе базы Денисенко по ул. Горького, размер 6x3 м, электрифицирован, цена 50 000 руб.

Тел. 8-914-608-05-09

*Продается капитальный кирпичный гараж в районе рынка по ул. Ленина, 111 площадью 32 кв.м, имеется погреб, смотровая яма. Ворота высокие, электрифицирован.

Тел. 8-924-144-26-52

РЕКЛАМНЫЕ

***Ежедневные пассажирские перевозки «ОТ ДОМА К ДОМУ» по маршруту Белогорск-Благовещенск-Белогорск. Детское автокресло, автолюлька.**

Курьерские услуги, доставка посылок, почты, бандероли, малогабаритный груз.

Выезд из Белогорска в 6.00, 7.00, 9.00; из Благовещенска в 11.00, 14.00, 16.00, 18.00.

В воскресенье из Белогорска в 17.00, из Благовещенска в 20.00.

WhatsApp
8-914-048-66-63
Тел. 8-914-048-66-63,
8-924-442-82-12,
8-963-812-64-74,
8-996-384-98-13
(диспетчер Татьяна)

***Ремонт радиоаппаратуры, ТВ, ЖК, Плазма, DVD, муз.центров, СВЧ-печей, автомагнитол. В короткие сроки. В удобное время у вас дома. Без выходных. Выезд по району. Доставка. Экономьте свое время.**

Тел. 2-22-17,
8-914-048-38-83,
8-924-680-23-25**РАБОТА**

*Требуются монтажники (возможно обучение), установка деревянных и железных дверей, МПО, балконы. Заработка плата достойная.

Тел. 8-914-553-30-78

*Для работы в г. Белогорске и пгт. Серышево требуются рабочие: электросварщики, монтажники, подсобные рабочие. Заработка плата при со-

ПРАВИЛА ПРИЕМА ОБЪЯВЛЕНИЙ В ГАЗЕТУ «ПРОСТО ГАЗЕТА» ПОСРЕДСТВОМ ПОДАЧИ ОРИГИНАЛЬНОГО КУПОНА

1. БЕСПЛАТНО публикуются объявления **частного характера** от физических лиц в рубриках: «НЕДВИЖИМОСТЬ», «ТРАНСПОРТ», «ГАРАЖИ», «РАБОТА» (от соискателей) «РАЗНЫЕ», «ЗНАКОМСТВА».

К данным разделам относятся объявления о купле-продаже-обмене: квартир и домов (в том числе, о поиске аренды), дач и земельных участков, автомобилей и мотоциклов, автозапчастей (не в оптовых количествах), гаражей (капитальных и металлических), животных и птиц (в небольших объемах), одежды, мебели, бытовой техники и других предметов, по мнению редакции подходящих к данным разделам. **Все**

объявления принимаются **ТОЛЬКО** на **оригинальном купоне** из газеты, вышедшей не позднее **ОДНОГО выпуска назад**. Один талон даёт право на одну публикацию в газете.

2. Объявления в рубрики СМИ «Просто газета»: «НЕДВИЖИМОСТЬ» (о сдаче квартир, домов в аренду), «ПРОПАЖИ» (об утере документов и предметов) принимаются при наличии 4 купонов из газеты, вышедшей не позднее 1 выпуска назад. 4 купона дают право на 1 публикацию в газете.

3. Объявления в рубрики СМИ «Просто газета»: «РЕКЛАМНЫЕ», «РАБОТА» (о вакансиях) принимаются по цене **от 400 рублей** за 1 выход газеты. Данные объявления оплачиваются на расчетный счет издателя газеты.

4. Объявления должны быть **заполнены в одну строку, разборчиво, без большого количества сокращений**. При нарушении данных правил редакция оставляет за собой право не публиковать объявление.

5. В талоне, поданном в рубрики: «НЕДВИЖИМОСТЬ», «ТРАНСПОРТ», «ГАРАЖИ», можно указывать **ТОЛЬКО ОДИН** объект.

6. Чтобы объявление вышло в следующий номер, талон с объявлением должен поступить в редакцию или приемные пункты **не позднее трех дней** до выхода газеты.

7. Объявления с **дополнительным оформлением** в рамку или фоном оплачиваются дополнительно при предъявлении 2 купонов из газеты, вышедшей не позднее 1 выпуска назад за 1 оформление.

беседовании, доставка транспортом предприятия.

Тел. 8-914-604-35-11

***Требуется для строительства из дерева плотники с опытом, каменщики с опытом, бетонщики для заливки фундамента, рабочие для строительства.**

Тел. 8-914-387-46-18,
8-914-559-75-35

***Требуется помощник для работы на личном подсобном хозяйстве – мужчина от 40 лет, проживаение, питание, зарплата.**

Тел. 8-924-144-28-88

***В мастерскую АМФА-мебель г. Белогорск требуются специалисты по изготовлению и монтажу корпусной мебели.**

Требования:

-Опыт работы в мебельной сфере
-Умение работать на основных станках

форматно-раскроочный станок, кромкооблицовочный станок, ручные инструменты.

Обязанности:

- Раскрой материала

- Облицовка материала

кромкой

- Сверление материала под используемую фурнитуру

- Сборка

- Монтаж изделия

Условия:

- График 5/2 с 8 до 17:00

- Оплата сделанная 20% от стоимости изделия.

Тел. 8-924-682-03-17

РАЗНЫЕ

***Продаются б/у: ковер, размер 2,5 x 3 м, шерстяной, цена 3 000 руб., торг;**

шерстяное одеяло, 1,5-спальное, цена 500 руб.; 1-конфорочная электрическая плита «Мечта», цена 1 000 руб.

Тел. 5-50-47,

8-914-382-26-34

*** Продается ленточная пилорама, двигатель 5,5 кВт на 380 В, пилит всё, даже 8-метровый брус, доски. К ней заточной станок, разводной станок, разводной станок для пил, много пил, и новых в том числе. Цена 350 000 руб.**

Тел. 8-914-387-46-18,

8-914-559-75-35

***Недорого продается плазменный телевизор, LG, диагональ 61 см.**

Тел. 8-914-607-10-09

***Продается б/у домашний холодильник.**

Тел. 8-924-680-59-05

За дачу взятки сотруднику Госавтоинспекции предусмотрена уголовная ответственность!

В попытке избежать наказание за административное правонарушение лицо, предлагающее сотруднику ГИБДД взятку, подвергает себя уголовному преследованию.

Дача взятки, равно как и ее получение, являются уголовно наказуемым деянием для получателя взятки и лица, склоняющего к совершению коррупционного правонарушения.

В целях предотвращения фактов склонения сотрудников ГИБДД к коррупционным действиям в салонах патрульных автомобилей дорожно-патрульной службы установлены видеорегистраторы, которые фиксируют действия как снаружи, так и внутри салона. Все факты оформления административных материалов осуществляются сотрудником полиции в зоне действия видеорегистратора.

Любая попытка гражданина уйти от ответственности, предложив тем самым инспектору ГИБДД денежное вознаграждение (взятку), фиксируется и в дальнейшем служит основанием для возбуждения уголовного дела по статье 291 Уголовного Кодекса Российской Федерации «Дача взятки».

Санкция данной статьи предусматривает:

- штраф в размере до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного, за период до одного года, или в размере от пятикратной до тридцатикратной суммы взятки;
- исправительные работы на срок до двух лет с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового;
- принудительные работы на срок до трех лет;
- лишение свободы на срок до двух лет со штрафом в размере от пятикратной до десятикратной суммы взятки или без такового.

ПРАВИЛА ПРИЕМА ОБЪЯВЛЕНИЙ В ГАЗЕТУ «ПРОСТО ГАЗЕТА» ПОСРЕДСТВОМ ПОДАЧИ ОРИГИНАЛЬНОГО КУПОНА

1. БЕСПЛАТНО публикуются объявления **частного характера** от физических лиц в рубриках: «НЕДВИЖИМОСТЬ», «ТРАНСПОРТ», «ГАРАЖИ», «РАБОТА» (от соискателей) «РАЗНЫЕ», «ЗНАКОМСТВА».

К данным разделам относятся объявления о купле-продаже-обмене: квартир и домов (в том числе, о поиске аренды), дач и земельных участков, автомобилей и мотоциклов, автозапчастей (не в оптовых количествах), гаражей (капитальных и металлических), животных и птиц (в небольших объемах), одежды, мебели, бытовой техники и других предметов, по мнению редакции подходящих к данным разделам. **Все**

объявления принимаются **ТОЛЬКО** на **оригинальном купоне** из газеты, вышедшей не позднее **ОДНОГО выпуска назад**. Один талон даёт право на одну публикацию в газете.

2. Объявления в рубрики СМИ «Просто газета»: «НЕДВИЖИМОСТЬ» (о сдаче квартир, домов в аренду), «ПРОПАЖИ» (об утере документов и предметов) принимаются при наличии 4 купонов из газеты, вышедшей не позднее 1 выпуска назад. 4 купона дают право на 1 публикацию в газете.

3. Объявления в рубрики СМИ «Просто газета»: «РЕКЛАМНЫЕ», «РАБОТА» (о вакансиях) принимаются по цене **от 400 рублей** за 1 выход газеты. Данные объявления оплачиваются на расчетный счет издателя газеты.

4. Объявления должны быть **заполнены в одну строку, разборчиво, без большого количества сокращений**. При нарушении данных правил редакция оставляет за собой право не публиковать объявление.

5. В талоне, поданном в рубрики: «НЕДВИЖИМОСТЬ», «ТРАНСПОРТ», «ГАРАЖИ», можно указывать **ТОЛЬКО ОДИН** объект.

6. Чтобы объявление вышло в следующий номер, талон с объявлением должен поступить в редакцию или приемные пункты **не позднее трех дней** до выхода газеты.

7. Объявления с **дополнительным оформлением** в рамку или фоном оплач

Бюро ритуальных услуг **Паллада**

**Доставка тел умерших
в морг круглосуточно
БЕСПЛАТНО
При осуществлении
Услуг по захоронению
8-914-599-599-1**

**Полный комплекс услуг
по захоронению.
Заказ ритуального зала, автобуса**

**Более 100 видов
памятников
Гравировка портрета
на памятник
от 3-х дней**

8-914-384-20-20 (есть WhatsApp),
8-914-556-80-80, 8-914-557-80-80

пн-пт с 8.00 до 18.00 Набережная, 71
сб-вс с 8.00 до 16.00 (напротив морга)



Белогорскую чиновницу оставили под арестом еще на 1 месяц и 10 дней

Благовещенский городской суд продлил срок пребывания под стражей начальнику МКУ «Управление ЖКХ Администрации г. Белогорска» Галине Колесниковой до 2 августа 2021 года

По сообщению пресс-службы Благовещенского городского суда, 18 июня 2021 года прошло заседание, на котором рассматривался вопрос о мере пресечения для высокопоставленной белогорской чиновницы Галины Колесниковой. Постановлением суда срок содержания под стражей продлен на 1 месяц и 10 дней – до 2 августа 2021 года.

Напомним, что в ее отношении, равно как и предпринимателя Николая Шатохина, выполненного в 2020 году ремонт автодороги по ул. Металлургическая и участка дороги от ул. Западная до ул. 1-я Репальная, возбуждены уголовные дела.

Причиной возбуждения дел стало расследование депутатов от ЛДПР в Белогорском городском Совете с привлечением независимых экспертов.

Галина Колесникова проходит фигурантом по обеим улицам и обвиняется по ч. 1 ст. 285 УК РФ («Злоупотребление должностными полномочиями») и по ч. 4 ст. 159 УК РФ («Мошенничество, совершенное организованной группой либо в особо крупном размере»).

Чиновницу объявляли в федеральный розыск, потому что она куда-то исчезла из областной больницы, куда ее доставили после допроса в белогорском следственном отделе. Галину Юрьевну нашли за пределами Амурской области и 25 апреля 2021 года Постановлением Белогорского городского суда 58-



летнюю чиновницу заключили под стражу до 23 июня 2021 года. Она пыталась обжаловать это решение суда первой инстанции в Амурском областном суде и просила о смягчении меры пресечения, но областные судьи ей в этом отказали. Видимо, Галина Колесникова, также, как и недавно осужденный за взятку начальник Комитета имущественных отношений городской администрации Дмитрий Саржевский (приговорен к 7 годам 6 месяцам лишения свободы и штрафу в 20 млн. руб.), проведет под стражей все время до назначения и проведения судебных заседаний.

Подрядчик по обозначенным муниципальным контрактам – ИП Шатохин Н.В. также обвиняется в мошенничестве в особо крупном размере (ч. 4 ст. 159 УК РФ). Он пока находится на свободе.

Кроме того, имели место быть и нарушения анти monopolyного законодательства, выразившиеся в изменении условий муниципальных контрактов после их заключения.

НАСТОЯЩЕЕ ЦИФРОВОЕ ТВ РЕКЛАМА БОЛЕЕ 120 КАНАЛОВ НА ЛЮБОЙ ВКУС! ПОДКЛЮЧЕНИЕ БЕСПЛАТНО

**АБОНЕНТСКАЯ ПЛАТА
300 руб. В МЕСЯЦ (независимо
от количества ТВ в квартире)
ПОДКЛЮЧЕНИЕ ПРОИЗВОДИТСЯ
В м/р «ТРАНСПОРНЫЙ»
при наличии технической возможности
ОБРАЩАТЬСЯ по АДРЕСУ:
ул. НИКОЛЬСКОЕ ШОССЕ, 36, 2 ЭТАЖ
(бывшее здание «Сигнал»)
Тел. 8-924-683-32-17**

Лиц. № 172569 от 28.07.2016 г. выдана Федеральной службой в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций

ПОЛИГРАФИЯ СО СКОРОСТЬЮ ЦВЕТА
ТИПОГРАФИЯ ДВАЖДЫ ДВА



+7 (4162) 49-46-76
(многофункциональный)
tipograf2x2

автомобилем «Тойота Харриер». В результате ДТП водитель автомобиля «Тойота Кроун» получил телесные повреждения.

Сотрудниками полиции устанавливаются причины и обстоятельства дорожно-транспортных происшествий.

Инспекторами дорожно-патрульной службы за неделю выявлено 255 административных правонарушений, из них за управление автомобилем в нетрезвом виде к административной ответственности привлечено 10 водителей, 49 водителей привлечено к административной ответственности за невыполнение обязанности по страхованию своей гражданской ответственности, 5 водителей привлечено к административной ответственности за неиспользование ремней безопасности, 17 водителей привлечено к административной ответственности за несвоевременную уплату административного штрафа в установленный законом срок, 33 водителя привлечено к административной ответственности за нарушение скоростного режима, 8 водителей привлечено к административной ответственности за нарушение правил перевозки детей-пассажиров, 48 пешеходов привлечено к административной ответственности за переход дороги в неустановленном месте.

22 июня, в вечернее время, в районе дома № 2 по ул. Промышленная г. Белогорск водитель, управляя автомобилем «Хонда Гранд Гибрид», не выдержал дистанцию до движущегося впереди транспортного средства «Мазда Примаси» и допустил с ним столкновение. От удара автомобиль «Мазда Примаси» допустил столкновение с транспортным средством «Хонда Инсайт». В результате ДТП два несовершеннолетних пассажира автомобиля «Хонда Инсайт» получили телесные повреждения.

22 июня, в вечернее время, в районе дома № 20 по ул. Чехова г. Белогорск водитель, управляя автомобилем «Тойота Спринтер Кариб», при проезде нерегулируемого перекрестка не предоставил преимущество в движении мотоциклиста «Кавасаки ZX-400» и допустил с ним столкновение. В результате ДТП водитель мотоцикла «Кавасаки ZX-400» получил телесные повреждения.

23 июня, в дневное время, в районе дома № 223 по ул. Кирова г. Белогорск водитель, управляя автомобилем «Тойота Кроун», не выдержал дистанцию до движущегося впереди транспортного средства «Лада 219020» и допустил с ним столкновение. После чего автомобиль «Лада 219020» допустил столкновение с транспортным средством «Тойота Хайлукс Сурф», после удара автомобиль «Тойота Хайлукс Сурф» допустил столкновение с последующей передачей его

в страховые компании, в которых застрахована гражданская ответственность владельцев транспортных средств.

По словам врио начальника отдела ГИБДД Виталия Гайдукова, в соответствии с действующим законодательством водителям, участвующим в дорожно-транспортном происшествии, необходимо самостоятельно зафиксировать следы дорожно-транспортного происшествия без привлечения инспектора ГИБДД. Освободить место происшествия допускается лишь с соблюдением правил европротокола.

Оформление ДТП с материальным ущербом по европротоколу позволит сэкономить значительную часть времени.

Европротокол оформляется с лимитом ущерба до 100 000 рублей в следующих случаях:

- ДТП произошло в результате взаимодействия (столкновения) двух транспортных средств (включая транспортные средства с прицепами к ним), гражданская ответственность владельцев которых застрахована в соответствии с настоящим Федеральным законом;

- обстоятельства причинения вреда в связи с повреждением транспортных средств в результате дорожно-транспортного происшествия, характер и перечень видимых повреждений транспортных средств не вызывают разногласий участников ДТП;

- участники ДТП с материальным ущербом при оформлении европротокола извещают свою страховую компанию в течение 5 рабочих дней;

- участники ДТП с материальным ущербом при оформлении европротокола предоставляют фотоматериалы с места происшествия (обзорные снимки места происшествия, снимки повреждений ТС), а также фотоснимки полиса ОСАГО обоих участников ДТП.

Зооветцентр ООО «ЗООВЕТЦЕНТР» г.Белогорск
ул.Гагарина,9
т.8-914-579-69-03, e-mail: zoovetcenter@mail.ru

ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА

- Диагностика;
- Лечение домашних и с/х животных;
- Консультации;
- Хирургия (экстренная и косметическая);
- Кастрация, стерилизация;
- Родовспоможение;
- Оформление ветеринарных сопровождающих документов;
- Выезд на дом.

ЗООМАГАЗИН

реклама Аквариумистика; Корма для декоративных и домашних животных, птиц, рыб; Оборудование для аквариумов; Ветеринарные препараты.

реклама Управ. ФС по ветеринарии и фитосан. надзору обл. Адм. 28-2013-000102 от 15.07.2020 г.

НЕГАЗИРОВАННАЯ АРТЕЗИАНСКАЯ ИЗ ПОДЗЕМНОГО ИСТОЧНИКА 350 М

ВОДА АРТЕЗИАНСКАЯ КРИСТАЛЬНАЯ

19 л воды по цене от 110 рублей!

Заявки принимаются круглосуточно на WhatsApp с 9 до 19.30

ДОСТАВКА: 8-914-399-22-22

Единственное, что могло сломаться у советской мясорубки - это стол, к которому она крепилась.

жит снег. Тогда у меня такой же красивый газон, как у седа.

- Дорогая, как же так, ты из Адлера - и не умеешь плавать?

- А ты, житель Домодедово, умеешь летать?

- Мам, а вот почему компьютер такой умный?

- Потому что он всегда слушается свою материнскую плату...

Для такого мнения зубов у вас должно быть в два раза больше...

- Тебе купить что-нибудь?

- Да!

- Что?

- Не знаю, но купи два.

- Каждый раз, когда мы ругаемся, моя жена превращается в историчку.

- Может истеричку?

- Нет. Она припоминает все мои ошибки с точными датами и временем...

- Ваше материальное положение?

- Могу откупиться от тюрьмы...

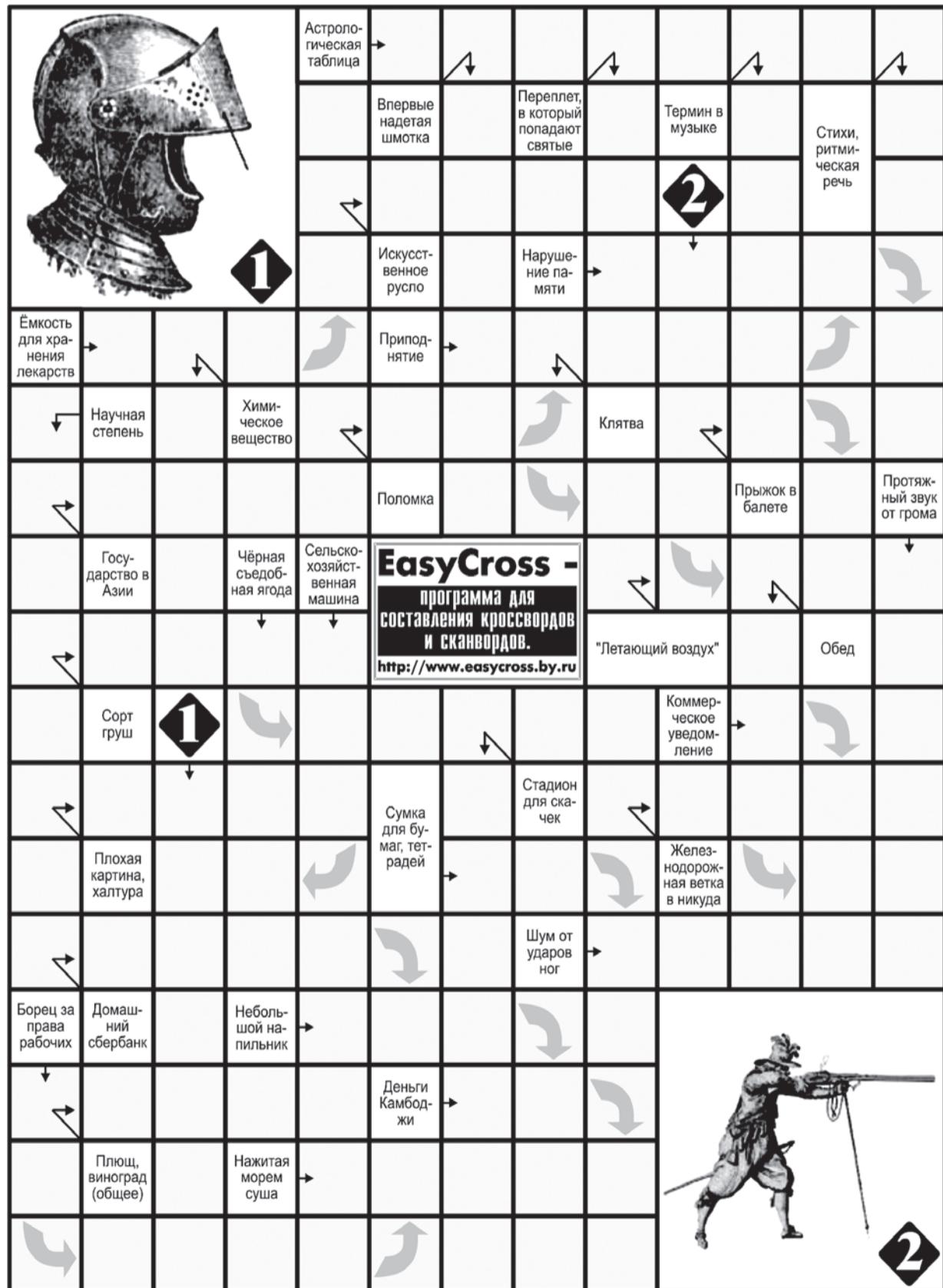
Носорог плохо видит, но, при его весе, это не его беда...

Я люблю, когда зимой ле-

Ответы на сканворд, опубликованный в № 24

По горизонтали: Противогаз. Хамство. Напасть. Отруб. Кармен. Матрос. Пони. Торт. Рюкзак. Гrim. Алоэ. Бар. Какаду. Тире. Культ. Тариф. Орт. Напиток. Дека. Бином. Чистюля.

По вертикали: Вихрь. Гумно. Затор. Столб. Хроникёр. Порок. Степа. Тутти. Укор. Амиго. Нокаут. Ромб. Стереофония. Знать. Рэклет. Кокон. Ляп. Тотем. Рок. Ткач. Идо.



ГАЗЕТА

(16+) Общественно-информационная газета

Издается с 15 июля 2009 г.

Учредитель - Михайлова Н.Ю.

Издатель - ИП Михайлова Н.Ю.

Главный редактор -

Михайлова Н.Ю.,

г.Белогорск.

Газета выходит 1 раз в неделю.
Дата выхода в свет - 29.06.2021 года

Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Амурской обл. Св-во СМИ ПИ № ТУ28-00120.

Адрес редакции, издателя:
676853, Амурская область,
г.Белогорск, ул.Никольское
шоссе,31,
тел.8-924-680-24-57
e-mail:prosto_gazeta@mail.ru,
www.prosto-gazeta.ru

За содержание частных и рекламных объявлений, текстов, писем редакция несет ответственности.

* Условия и правила подачи бесплатных и платных объявлений на сайте www.prosto-gazeta.ru. По вопросам размещения рекламы обращаться по: тел.8-963-819-86-45

Некоторые материалы редакция публикует с целью обсуждения, не разделяя точку зрения автора статьи.

Перепечатка материалов только с согласия редакции.

Письма возврата не подлежат.

Объем газеты: 12 полос А3

Оптовая цена - 20 рублей.

Рекомендованная розничная

цена - 25 рублей.

Подписной индекс:

03632

Тираж - 4000 экземпляров

Газета отпечатана

в типографии ИП Семашко И.Н.,

Адрес: с.Чигири,

пер.Печатников, д.1 а.

Время подписания в печать:

по графику - 16.00,

подписано - 12.00

Заказ № 30554