

ТАЁЖНЫЙ МЕРИДИАН

<https://ok.ru/group/60985435881612>



Пятница
19 июня 2026 г.
№ 25 (8602)
Выходит
еженедельно.

12 июня в Тегульдетском районе состоялось грандиозное событие

12 июня жители и гости Тегульдетского района широко отметили важные события - День России, 90-летие Тегульдетского района и 115-ую годовщину районного центра - Тегульдета.

Особое право поднять Государственный флаг Российской Федерации было предоставлено тем, кто принимает эстафету будущего. Выпускники Тегульдетской средней школы, гордо поднимая головы, с честью выполнили эту важную миссию.

«Равнение на Государственный флаг», - громко произнес ведущий.

К вокальной группе «Голос» и ансамблю «МикроФон», начавших исполнять Государственный гимн, присоединилось население, подхватив торжественные слова главной песни страны. Следом вышли барабанщики, они ритмично отбивали палочками барабанную дробь, отлично выученных маршей. Это действо произвело на людей особое впечатление. Они заворожено стояли и слушали выступление ребят. Таким образом, был задан достойный ритм всему празднику.

Началось торжественное мероприятие, посвященное трем важным датам - истории Родины, истории района, истории села. В солнечный прекрасный летний день с приветственными словами к землякам обратились глава Тегульдетского района **Игорь Александрович Клишин** и глава Тегульдетского сельского поселения **Владимир Семенович Житник**.

«По поручению губернатора Томской области **Владимира Владимировича Мазура** поздравляю вас с великим праздником! Желаю здоровья, счастья, мирного неба и благополучия!» - произнес И.А. Клишин.

Руководители района и поселения произнесли добрые пожелания, адресованные односельчанам и гостям этого торжества. Эти люди вершили историю края, продол-



жают решать новые задачи, берутся за важные дела, что бы потом был повод гордиться своей милой сердцу родиной.

Наша Россия, как известно, начинается не с пафосных слов, а с родного дома, согревающего душу. С дороги, по которой идешь и возвращаешься к любимым твоему сердцу людям - маме, отцу, детям, внукам, родным и близким. С глубоководной реки, голубых озёр, тайги, лужайки, школьного двора, сельского клуба...

Родина складывается из тысячи сёл, деревень, городов и, конечно, людей, которые растят детей, работают и продолжают жить на благо своей земли.

В Тегульдетском районе насчитывается 14 населенных пунктов в четырех сельских поселениях, связанных одной судьбой и одной целью. Это Белоярское с/поселение, в которое входят Новошумилово, Озерное, Белый Яр, Берегаевское (Красная Горка, Красный Яр, Берегаево); Черноярское (Орловка, Черный Яр); Тегульдетское (Байгалы, Куяновская Гарь, Покровский Яр, Центрополигон, Четь-Конторка, Тегульдета).

Девяносто лет - это дата, напрямую связанная с судьбами нескольких поколений земляков, с именами людей. Они организовывали работу производственных предприятий, леспромхозов, артелей, колхозов, совхозов, коммунальной, дорожной сфер. Строили для рабочих жилье, объекты социально-культурного назначения, дороги, больницы, школы. Создавали районную газету, типографию. Образовывали районный суд, прокуратуру, милицию, исполнительную власть, детские сады, библиотеки, клубные учреждения.

В начале этого юбилейного года по Тегульдетскому району отправился необычный символ - Кубок 90-летия юбилея, который торжественно передавался из рук в руки, как знак большого доверия, памяти и единства наших народов.

«Культурный десант» находился несколько месяцев в творческом пути по населенным пунктам района, начиная от Новошумилово, Белого Яра, Берегаево, Черного Яра.

(Нач., оконч. на 2-й стр.).

КОЛОНКА РЕДАКТОРА

Тушим пожары

Разгар лета. Солнце - в зените. Самый продолжительный день в году наступит 21 июня в 11:24 и составит 17 часов 33 минуты. Это время дано нам для решений, новостей и перезагрузки. После этого он начнет сокращаться, сравнявшись 23 сентября, в День осеннего равноденствия.

А люди, отдыхая от забот, радуются пению птиц, кваканью прыгающих лягушат, наблюдают за юркими ящерицами, слушают, как кукуют кукушки, заливаются трелью соловьи, любуются цветами.

Одновременно жители тревожатся: Тегульдетский район накрыла дымка с запахом гари, окутавшая весь край. По данным дежурного ЕДДС при администрации Тегульдетского района Дмитрия Паклина, это горят леса не в Четском или в Доронинском борах Тегульдетского района, как уверяют местные жители, а в соседних районах.

В Томской области действует режим чрезвычайной ситуации в лесах. Жителям необходимо соблюдать установленные ограничения и правила пожарной безопасности. По данным на утро 17 июня, в регионе действовало 22 пожара. Наибольшее количество - в Верхнетокском районе (11 очагов). Не лучшая обстановка в Первомайском районе. Самолет-зондировщик провел обработку облачности для искусственного вызывания и усиления осадков. Это позволило снизить интенсивность горения. В тушении пожаров задействованы дополнительные силы. Помощь оказывают авиапожарные из Приволжского отделения, Новосибирской, Омской областей и Республики Хакасия.

Ранним утром 16 июня в Тегульдете на улице Рабочей произошел пожар ветхого дома, сгоревшего чуть ли не дотла. К счастью, обошлось без жертв. В данное время в этом жилье никто не проживал.

23 июня выпускники 11-х классов будут держать последний экзамен по иностранному языку и обществознанию. Как сообщила Фаина Шайкина, и.о. начальника РОО, в Тегульдетском районе насчитывается 29 одиннадцатиклассников. 27 июня у них, как и у 9-классников, пройдут выпускные вечера.

Мало кто задумывается, какой вред могут наносить телефоны. В Томске произошел страшный инцидент с 13-летним школьником, он получил сильный удар током в ванной комнате, когда смартфон упал в воду. Сейчас ребенок находится в коме.

Жители Тегульдеты обеспокоены не только нашествием комаров и мошки, облепляющих их с ног до головы, но и переживаниями за будущий урожай картофеля и пасленовых растений. «Только-только взошла картошка, как я начала снимать с ростков колорадских жуков, несмотря на то, что перед этим обработала растения», - делится Надежда Золотарева. «Мы каждый день ходим и собираем их. Только что сняли с ботвы 57 штук», - сетует семья Родионовых. «У нас еще не взошел картофель, как уже стали встречаться жуки, они повсюду - и на цветах, и на морковке. Что делать?» - спрашивает Наталья Иванова.

От этой напасти избавиться трудно. Для борьбы с колорадским жуком имеется одно главное средство - ядохимикаты.

КРС в знойные дни, когда их одолевают оводы, бегут в деревню, откуда ранним утром на пастбища их отогнали хозяева. Некоторые тегульдеты страшились лошадей, быков. На днях в райцентре ожеребилась лошадь и потеряла малыша, хозяева подворья долго его искали. Возможно, во избежание неприятностей, нужно организовать работу электропастуха? Это переносная электрическая изгородь для выпаса животных на ограниченной территории.

В Тегульдетском районе паводковая ситуация постепенно улучшается, переливы дорог уменьшаются, вода резко идет на спад. Будем надеяться, что скоро реки войдут в свои берега, и дорожное сообщение наладится. Однако пока в непроезжем состоянии сохраняются дороги по направлению в Белый Яр, Берегаево и Центрополигон.

В рамках областной программы по нацпроекту «Инфраструктура для жизни» в Тегульдете на небольшом участке улицы Октябрьской рабочие уложили асфальтобетонное покрытие. Это радует, но огорчает то, что это всего лишь пока малая часть.

22 июня 1941 г. - памятная дата, в этот день началась Великая Отечественная война. В Тегульдете в рамках всероссийской акции «Свеча памяти» состоится митинг в 22.00 у стелы воинам.

ЛАРИСА КИРИЛЕНКО.



12 июня в Тегульдетском районе состоялось грандиозное событие

(Оконч., нач. на 1-й стр.).

12 июня он возвратился из Четь-Конторки в Тегульдет. Художественный руководитель Четского ЦДР **Наталья Родькина** торжественно передала юбилейный Кубок директору Тегульдетской централизованной библиотечной системы **Татьяне Чуриковой**, которая в свою очередь водрузила его в краеведческом отделе - музее. Теперь он стал частью летописи района.

торые проникнуты ностальгией о просторах таёжной тегульдетской земли: «Чистые, как роса, Родины моей глаза, встанем, пойдем, будем долго идти, а ангелы в этом помогут пути»...

Тем временем на территории «Березовой рощи» у библиотеки была развернута выставка экспонатов с предметами быта и историческими справками. Люди с величайшим интересом рассматривали фотографии, размещенные на

ники учреждения подошли к её созданию творчески, с душой. А еще земляки были поражены тому, что невзначай «натыкались» на снимки, с которых на них смотрели родные лица - матери, трудившиеся в тайге, на фермах; отцы, воевавшие на фронте, крутившие баранку, трелюющие лес, проводившие через болота связь... Несказанно радовались деткам, запечатленным на фотографиях. Обсуждали, делились впечатлениями и вспоминали о былых годах, для части земляков пролетевших, как одно мгновение. Люди с живым интересом делились впечатлениями о мероприятии, сидя за столиками и на скамейках в тени. Жизнь продолжается...



12 июня девочке исполнилось 3 года.



А. Муравьёва приготовила вкусную уху.



Группа «Предел Прочности».



Во время концертной программы, развернутой около районного Дома культуры, одни номера сменялись другими - яркими, колоритными, особенными, такими, ко-

стендах. Они неожиданно находили знакомые лица, удивлялись тому, что экспозиция была очень объемная и широко представлена. Сразу было понятно, что сотру-



А еще ребята весело «зажигали» на пенной вечеринке, разукрасившись красками Холли. Они были в восторге от этого фестиваля - ярким, позитивным и крутым. Все бросали друг в друга порошок, радовались и задорно смеялись. Это был для детей отличный летний праздник. А что может быть круче от такого веселья, интересных игр, конкурсов, ритмичной музыки?

На площади также можно было приобрести юбилейные значки, брелоки, футболки с эмблемой Тегульдетского района.

После торжества, отдохнув, люди пошли на концерт группы «Предел Прочности», в составе которого был наш земляк **Михаил Прохоров**. Во время масштабного районного праздника люди отдохнули на славу.

В игровой зоне, находящейся рядом и в «Березовой роще» ребята с азартом участвовали в разнообразных играх, лотереях, мастер-классах. Они со счастливым визгом прыгали на батуте, без конца занимая очередь, чтобы продолжить азартно кувыряться. Другие же в эту жару наслаждались мороженым, пили изготовленный работниками библиотеки вкусный, без «химии», лимонад, не имеющий вредных добавок.

Лица, руки веселой детворы были разукрашены аквагримом. Потом их ожидало пенное шоу - море радости, позитивных эмоций, отличного настроения и замечательнейшей дискотеки. Они шалили и представляли, как будто летают в пенных облаках, накрывающих их лавинообразной воздушной волной, и с головы до самых ног обливались бархатисто-нежной пеной.



Полис есть. А помощь приходится ждать?

Для жителей небольших городов и сёл запись к врачу, обследование или диагностика по полису ОМС нередко растягиваются на недели и даже месяцы. Особенно остро эта проблема касается людей с тяжёлыми и хроническими заболеваниями, когда время имеет решающее значение.

ЛДПР выступает за сокращение сроков оказания



медицинской помощи и пересмотр действующих нормативов. Полис ОМС должен гарантировать своевре-



менное лечение, а не вынуждать людей искать деньги на платных специалистов.

19 июня ЛДПР прове-

дёт Всероссийский форум пациентов. Если вы сталкивались с долгим ожиданием приёма врача, обследований или лечения, сообщите об этом в ЛДПР.

Связаться с Томским региональным отделением ЛДПР можно по телефону: +7(3822)54-09-22.

Все обращения будут переданы в Минздрав России.

Наш боец лишился скутера

Прокуратура Тегульдетского района помогает участнику специальной военной операции вернуть деньги за несуществующий скутер.

На личный приём к заместителю прокурора Томской области **Василию Воробьеву** обратился житель Тегульдета, участник СВО, ставший жертвой обмана при совершении покупок в сети «Интернет».

Установлено, что 35-летний мужчина П. нашёл объявление о продаже скутера и, не усомнившись в добросовестности продавца, перевёл ему 30 тыс. рублей.

В рамках расследования уголовного дела о мошенничестве установлено, что средства военнослужащего поступили на банковский счёт жительницы Краснодарского края.

В этой связи прокуратура направила в суд исковое заявление о взыскании с владелицы счета неосновательного обогащения.

Тегульдетским районным судом Томской области требования прокуратуры удовлетворены.

После вступления судебного решения в законную силу прокуратура проконтролирует его исполнение.

Подорожали лук, рыба, сгущёнка

В мае больше всего подорожали поездки на отдых на Черноморское побережье России, это по данным Томскстата на 11 июня.

Изменились цены: на лук репчатый (+)21,4%, картофель (+)10,6%, молоко сгущённое с сахаром (+)8,5%, рыбу живую и охлаждённую (+)7,1%, стоимость ужина в ресторане (+)6,0%.

Снизилась цена: на огурцы свежие (-)23,6%, помидоры свежие (-) 21,8%, сухие супы в пакетах (-) 6,8%, консервы мясные (-)6,4%.

Продовольственные товары подешевели в среднем на 0,1% (в мае 2025 г. подорожали на 0,2%).

Цены на **непродовольственные товары** уменьшились в среднем на 0,3% (в мае 2025 г. также на 0,3%).

Среди наблюдаемых медикаментов **изменились цены:** на метилурацил (+)8,9%, ибупрофен (+)5,8%, нимесулид (+)4,3%, троксерутин (+)3,2%. Снизилась цена: на левомеколь (-)3,7%, валосердин (-)3,6%, валерианы экстракт (-)2,5%; эналаприл (-)2,3%.

Из отдельных видов товаров первой необходимости **изменились цены:** на подгузники детские бумажные (+)4,7%, пелёнки для новорожденных (+)2,0%, бумажные столовые салфетки (+)1,0%. Снизилась цена: на мыло туалетное (-)1,8%, бумажные носовые платки (-)1,6%, бутылочки для кормления (-)1,5%.

Изменились цены: на игрушки пластмассовые для детей ясельного возраста (+)6,5%, тушь для ресниц (+)6,1%, электроутюги (+)6,0%. Снизилась цена: на легковые автомобили импортные подержанные (-)6,8%, дезодоранты (-)5,4%, наушники беспроводные (-)5,0%, колготки женские эластичные (-)4,3%.

А на дизельное топливо (+)0,6%; бензин автомобильный (+)0,1%.

Услуги подорожали в среднем на 1,1% (в мае 2025 г. на 1,3%).

Изменилась стоимость поездки на отдых на Черноморское побережье России (+)37,1%, проезд в междугороднем автобусе (+)19,0%, годовая стоимость полиса добровольного страхования легкового автомобиля от стандартных рисков (КАСКО) (+)15,8%, речной круиз на территории России (+)11,2%.

Снизилась цена: на поездку в Китай (-)11,9%, отдельные страны Юго-Восточной Азии (-) 5,3%; Средней Азии и курьерские доставки (-)3,9%.

«Стадион для всех»



Итоги территориальных игр по баскетболу в рамках сельских игр «Стадион для всех», состоявшихся 13 июня в п. Белый Яр Верхнекетского района Томской области. Спортивные состязания прошли по баскетболу. В турнире приняли участие мужские и женские команды.

По итогам соревнований первое место у женщин заняла ко-

манда Верхнекетского района, на втором месте расположились спортсменки из Тегульдетского района, а тройку лидеров замкнули асиновские баскетболистки.

Среди мужских команд лучшими на данном этапе стали баскетболисты из Верхнекетского района, на втором - асиновцы, на третьем - команда Тегульдетского района.

Команды, занявшие первые и вторые места, от-



правятся на финал летних сельских игр, которые пройдут в Колпашевском районе с 31 июля по 2 августа.

Родовые общины чулымцев назывались улусами

Чулымцы - самый малочисленный тюркский народ. По всему миру их насчитывается свыше трехсот человек. Это по данным на 27 апреля 2020 года.

Известно, что цивилизация неизбежно ведет к потере своей национальной самобытности, культуры и языка у малочисленных этносов. Многие из них уже нет на нашей земле. Другие постепенно исчезают. Их представители стремятся сохранить обычаи и традиции своего народа.

К таким народам можно отнести чулымцев. Местом их расселения являются районы среднего и нижнего течения реки Чулым, притока Оби. Этот самый малочисленный тюркский народ живет сейчас в деревнях Тегульдетского района, например, компактно в Новошумилово, Куяновской Гари Томской области, в Пасечном, Чиндат Красноярского края. По переписи 2010 года в чулымцы записалось 366 человек.

Этот коренной народ Сибири стали называть чулымцами пришедшие в те края русские. **Сами они звали себя «пистын кижилер».** Их долгое время причисляли к хакасам. Значительная часть чулымцев забыла свои корни, ассимилировавшись с хакасским и русскими народами. Только в 2002 году им разрешили указать в ходе переписи свою истинную этничес-



кую принадлежность.

Предками чулымцев считаются тюркские племена, пришедшие в этот регион в XII веке. Они мирно жили с селькупам и кетам - местным населением тех мест и постепенно ассимилировались с ними. Так возник чулымский этнос.

Основным занятием мужского населения была охота и рыболовство. Женщины и дети шли в лес и собирали там орехи, грибы, ягоды, съедобные корни. Позже чулымцы освоили от сибирских татар скотоводство и земледелие. Разводили коров и лошадей, а на лугах сеяли рожь, ячмень и овес. Их поселки часто подвергались

нападениям енисейских киргизов.

В старину чулымцы селились родовыми общинами, имевшими одну фамилию. Одна такая община состояла из 10-30 дворов, называемых улусами. Летом их жилища ставили рядом с озерами и реками, у мест рыбной ловли и земледелия. Они представляли собой сложенные из жердей чумы, покрытые берестой и войлоком. Ближе к зиме жилища переносили в лес к охотничьим угодьям. После колонизации жильем для чулымцев стала русская рубленая изба.

Женщины являлись хранительницами домашнего очага и име-

ли равные права с мужчинами.

Представлений о религии этого народа почти не сохранилось. Люди обожествляли силы природы, имели тотемы и в присутствии шамана молились идолам в священных рощах. Особо было развито почитание духов и культ предков. Становиться православными чулымцы не желали. Их насильно загоняли в воду реки, а потом вешали на шею кресты. Христианская религия так и осталась у них переплетенной с традиционными верованиями.

У чулымцев не было никакой письменности, зато было много диалектов. Навыки устной речи на родном языке практически утрачены. Все перешло на русский. Лишь отдельные энтузиасты пытаются возродить чулымский язык, составляя его алфавит и словарь.

Чулымцев включили в список коренных малочисленных народов России. Они должны пользоваться многочисленными льготами и иметь возможность возрождать народные промыслы и поддерживать национальное самосознание. В Тегульдетском районе такими привилегиями они по незнанию пока мало пользуются.

Р.С. В Российской Федерации традиционно проживает множество тюркских народов, особенно в Сибири и на Северном Кавказе. Это: якуты, алтайцы, хакасы, тувинцы, народы Северного Кавказа.

ТВ Понедельник, 22 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро. 0+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости.
09.05 Модный приговор. 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40 Д/ф “Цой-”Кино”. 16+
11.30, 12.20, 22.45 Боль-
шая игра. 16+
12.15 Светлой памяти пав-
ших в борьбе против фа-
шизма. Минута молчания.
12.45, 13.30 Д/ф “Роль без
права переписки”. 12+
14.05 Д/ф “Я не артист, я-
вление природы...”. 12+
15.00 Время покажет. 16+
16.20 Давай поженимся!
16+
17.20 Мужское/Женское.
16+
18.15 Вечерние новости.
18.30 Д/ф “Вторжение”. 12+
19.50 Пусть говорят. 16+
21.00 Время.
21.45 Т/с “Аллигатор”.
16+
23.45 Время героев. 16+
00.50, 03.05 Подкаст.Лаб.
16+

РОССИЯ

04.00 22 июня, ровно в че-
тыре часа... Реквием Робер-
та Рождественского. 16+
05.10 Утро России. 12+
09.00, 11.00, 14.00,
16.30, 20.00, 03.00 Вес-
ти.
09.30, 11.30, 21.10 Мест-
ное время. Вести-Томск.
09.55 О самом главном.
12+
12.00 60 минут. 12+
12.15 Светлой памяти пав-
ших в борьбе против фа-
шизма. Минута молчания.
16+
12.20 60 минут. 12+
14.30 Т/с “Тайны след-
ствия”. 16+
17.00 Малахов. 16+
18.00 60 минут. 12+
21.30 Т/с “Загляни ему
в голову”. 16+
23.40 Вечер с Владимиром
Соловьёвым. 12+
02.15 Х/ф “1941. Рус-
ские не сдаются”. 16+
03.30 Т/с “Тайны след-
ствия”. 16+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура
06.30 Д/ф “Плавск. Дворец
для любимой”. 16+
07.05 Легенды мирового
кино. 16+
07.35 Д/ф “Хозяйки Удо-
ры”. 16+
08.20 Невский ковчег. Тео-
рия невозможного. 16+
08.50 Х/ф “А пароходы
гудят и уходят...”. 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30
Новости культуры. 16+
10.15 Наблюдатель. 16+
11.15 Война Анатолия Па-
панова. 16+
11.35, 00.00 ХХ Век. 16+
12.15 Светлой памяти пав-
ших в борьбе против фашиз-
ма. Минута молчания. 16+
12.45, 22.35 Д/ф “Стоп!
Сшито! Костюм в кино”. 16+
13.15 Линия жизни. 16+
14.10 Х/ф “Встреча пе-
ред разлукой”. 16+
15.30, 00.40 Д/ф “Спасти
от варваров”. 16+
16.15 Д/ф “Слово о словах”.
16+
16.30 Передвижники. Иван
Шишкин. 16+

17.15 Д/ф “Сочи. Вилла
“Надежда”. 16+
18.00 Д/ф “Завтра не ум-
рет никогда”. 16+
18.40 День памяти и скор-
би. П.И. Чайковский. Сим-
фония !6 “Патетическая”. 16+
19.45 Главная роль. 16+
20.05 Д/ф “Петляков. Тай-
на полета”. 16+
20.50 Спокойной ночи, ма-
лыши!
21.05 Х/ф “Завтра была
война”. 0+
23.05 Ступени цивилиза-
ции. 16+
01.20 Д/ф “Музыка мира и
войны”. 16+
02.00 Истории города N с
Пьером Бурелем. 16+
02.40 Д/ф “Первые в мире”.
16+

НТВ

05.10 Д/ф “Кто “прошля-
пил” начало войны”. 16+
06.00 Утро. Самое лучшее.
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.20 Сегодня.
08.25, 10.35, 12.20 Осно-
вано на реальных событиях.
16+

12.15 Светлой памяти пав-
ших в борьбе против фа-
шизма. Минута молчания.
13.25 Чрезвычайное про-
исшествие. 16+
14.00 Место встречи.
16.45 ДНК. 16+
20.00 Т/с “Леший”. 16+
22.15 Т/с “Балабол”. 16+
00.40 “Ч.Т.Д” с Маргаритой
Симоньян. 16+
01.10 Д/ф “Они снимали за
Родину”. 16+
02.05 Т/с “Рикошет”. 16+

5-й КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия. 16+
05.40, 06.20, 07.00, 07.45
Т/с “Снайпер-2. Тунгус”.
16+
08.40 Знание-сила. 12+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05
Т/с “Настоящий”. 16+
13.30 Т/с “Великолепная
пятёрка-7”. 16+
14.20, 22.20 Т/с “Вели-
колепная пятёрка-8”. 16+
15.15, 16.05, 23.10 Т/с
“Великолепная пятёрка-
4”. 16+
17.30, 18.20, 19.15, 20.20,
21.25, 02.05, 02.45, 03.30,

04.05 Т/с “След”. 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск. 16+
00.30, 01.20 Т/с “Свои-
6”. 16+
04.45 Т/с “Свои-2”. 16+

Матч ТВ

10.00, 22.20, 02.05, 05.50,
09.05 Все на Матч! 12+
13.05, 17.00, 22.15 Ново-
сти.
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Испания-Сау-
довская Аравия. Трансля-
ция из США. 6+
15.25 Улётный Футбол.
Прямой эфир.
16.15 Светлой памяти пав-
ших в борьбе против фашиз-
ма. Минута молчания. 16+
16.20, 21.35 Футбол. Чем-
пионат мира-2026 г. Обзор.
6+
17.05 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Прямая транс-
ляция из США. 6+
03.35 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Трансляция из
Канады. 6+
06.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Прямая транс-
ляция из США. 6+

Вторник, 23 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро. 0+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости.
09.05 Модный приговор. 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 15.00 Время пока-
жет. 16+
12.20, 13.25, 22.45 Боль-
шая игра. 16+
16.20 Давай поженимся!
16+
17.20 Мужское/Женское.
16+
18.15 Вечерние новости.
18.30 Д/ф “Вторжение”.
12+
19.50 Пусть говорят. 16+
21.00 Время.
21.45 Т/с “Аллигатор”.
16+
23.45, 03.05 Подкаст.Лаб.
16+

ти.
09.30, 11.30, 21.10 Мест-
ное время. Вести-Томск.
09.55 О самом главном.
12+
12.00, 18.00 60 минут. 12+
14.30, 02.15, 03.30 Т/с
“Тайны следствия”. 16+
17.00 Малахов. 16+
21.30 Т/с “Загляни ему
в голову”. 16+
23.40 Вечер с Владимиром
Соловьёвым. 12+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура
06.30, 01.55 Истории го-
рода N с Пьером Бурелем.
16+
07.20 Легенды мирового
кино. 16+
07.50, 14.00, 23.05 Сту-
пени цивилизации. 16+
08.50, 14.55 Х/ф “Юрки-
ны рассветы”. 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30
Новости культуры. 16+
10.15 Наблюдатель. 16+
11.15, 00.00 ХХ Век. 16+

12.45, 22.35 Д/ф “Стоп!
Сшито! Костюм в кино”. 16+
13.15 Д/ф “Петляков. Тай-
на полета”. 16+
16.10 Д/ф “Слово о словах”.
16+
16.30 Д/ф “Коллекция”. 16+
17.15 Д/ф “Режиссер Бо-
рис Равенских”. 16+
17.50, 01.15 Д/ф “Музыка
мира и войны”. 16+
18.30 Д/ф “Бийск. Усадьба
Ассановых”. 16+
19.00 Жизнь замечатель-
ных идей. 16+
19.45 Главная роль. 16+
20.05 Д/ф “Ибрагим Ага-
нин. Поиск без срока дав-
ности”. 16+
20.50 Белая студия. 16+
21.30 Х/ф “Зося”. 0+
02.40 Д/ф “Первые в мире”.
16+

НТВ

05.10, 08.25, 10.35 Т/с
“Пёс”. 16+
06.00 Утро. Самое лучшее.
16+
08.00, 10.00, 13.00,
16.00, 19.00, 00.20 Сегод-
ня.
13.25 Чрезвычайное про-

исшествие. 16+
14.00 Место встречи.
16.45 ДНК. 16+
20.00 Т/с “Леший”. 16+
22.15 Т/с “Балабол”.
16+
00.40 Захар Прилепин. Уро-
ки русского. 16+
01.15 Т/с “Рикошет”.
16+
04.45 Т/с “Агентство
скрытых камер”. 16+

5-й КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия. 16+
05.25, 05.50 Т/с “Свои-
2”. 16+
06.30, 07.15, 00.30, 01.15
Т/с “Свои-6”. 16+
08.05 Страна советов. 16+
08.40 Знание-сила. 12+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05
Т/с “Настоящий”. 16+
13.30, 14.20 Т/с “Вели-
колепная пятёрка-7”.
16+
15.15, 16.05, 23.10 Т/с
“Великолепная пятёрка-
4”. 16+
17.30, 18.20, 19.00,
19.50, 20.40, 21.25,
02.05, 02.40, 03.15,

03.55, 04.25 Т/с “След”.
16+
22.20 Т/с “Великолепная
пятёрка-8”. 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск. 16+

Матч ТВ

10.00 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Иордания-Ал-
жир. Прямая трансляция из
США.
12.05, 22.20, 02.05, 05.05
Все на Матч! 12+
13.05, 17.00, 22.15 Ново-
сти.
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Аргентина-Ав-
с т р и я .
Трансляция
из США. 6+
15.25 Улёт-
ный Футбол.
П р я м о й
эфир.
16.20, 21.35
Футбол. Чем-
п и о н а т
мира-2026 г.
Обзор. 6+
17.05 Фут-
бол. Чемпио-
нат мира-

2026 г. Франция-Ирак.
Трансляция из США. 6+
19.20 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Норвегия-Сене-
гал. Трансляция из США. 6+
23.30 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Португалия-
Узбекистан. Прямая транс-
ляция из США.
02.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Англия-Гана.
Прямая трансляция из
США.
06.25 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Иордания-Ал-
жир. Трансляция из США. 6+
08.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Колумбия-ДР
Конго. Прямая трансляция
из Мексики.

Среда, 24 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро. 0+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости.
09.05 Модный приговор. 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 15.00 Время пока-
жет. 16+
12.20, 13.25, 22.45 Боль-
шая игра. 16+
16.20 Давай поженимся!
16+
17.20 Мужское/Женское.
16+
18.15 Вечерние новости.
18.30 Д/ф “Вторжение”. 12+
19.50 Пусть говорят. 16+
21.00 Время.
21.45 Т/с “Аллигатор”.
16+
23.45 Шоу Вована и Лексу-
са. 16+
00.50, 03.05 Подкаст.Лаб.
16+

09.00, 11.00, 14.00,
16.30, 20.00, 03.00 Вес-
ти.
09.30, 11.30, 21.10 Мест-
ное время. Вести-Томск.
09.55 О самом главном.
12+
12.00, 18.00 60 минут. 12+
14.30, 02.15, 03.30 Т/с
“Тайны следствия”. 16+
17.00 Малахов. 16+
21.30 Т/с “Загляни ему
в голову”. 16+
23.40 Вечер с Владимиром
Соловьёвым. 12+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура
06.30, 01.50 Истории го-
рода N с Пьером Бурелем.
16+
07.20 Легенды мирового
кино. 16+
07.50, 14.00, 23.05 Сту-
пени цивилизации. 16+
08.55, 14.55 Х/ф “Юрки-
ны рассветы”. 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30

Новости культуры. 16+
10.15 Наблюдатель. 16+
11.15, 00.00 ХХ Век. 16+
12.45, 22.35 Д/ф “Стоп!
Сшито! Костюм в кино”. 16+
13.15 Д/ф “Ибрагим Ага-
нин. Поиск без срока дав-
ности”. 16+
16.00 Д/ф “Слово о словах”.
16+
16.15 Белая студия. 16+
17.15 Д/ф “Режиссер Бо-
рис Равенских”. 16+
17.50, 01.10 Д/ф “Музыка
мира и войны”. 16+
18.30 Д/ф “Плавск. Дворец
для любимой”. 16+
19.00, 02.30 Жизнь заме-
чательных идей. 16+
19.45 Главная роль. 16+
20.05 Д/ф “Говорит Моск-
ва”. 16+
20.50 Спокойной ночи, ма-
лыши!
21.05 Х/ф “Вечно жи-
вые”. 16+
22.20 Война Владимира
Этуша. 16+

НТВ

05.15, 08.25, 10.35 Т/с
“Пёс”. 16+

06.00 Утро. Самое лучшее.
16+
08.00, 10.00, 13.00,
16.00, 19.00, 00.20 Сегод-
ня.
13.25 Чрезвычайное про-
исшествие. 16+
14.00 Место встречи.
16.45 ДНК. 16+
20.00 Т/с “Леший”. 16+
22.15 Т/с “Балабол”.
16+
00.40 Т/с “Рикошет”.
16+
04.15 Т/с “Агентство
скрытых камер”. 16+

5-й КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия. 16+
05.30 Т/с “Свои-2”. 16+
06.10, 06.50, 07.35,
00.30, 01.15 Т/с “Свои-
6”. 16+
08.25 Стройнадзор. 16+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05
Т/с “Настоящий”. 16+
13.30, 14.20 Т/с “Вели-
колепная пятёрка-7”.
16+
15.15, 16.05, 23.10 Т/с
“Великолепная пятёрка-

4”. 16+
17.30, 18.20, 19.05,
19.55, 20.40, 21.30,
02.05, 02.40, 03.15,
03.50, 04.20 Т/с “След”.
16+
22.20 Т/с “Великолепная
пятёрка-8”. 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск. 16+

Матч ТВ

10.00 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Колумбия-ДР
Конго. Прямая трансляция
из Мексики.
11.05, 00.35, 04.05, 07.05
Все на Матч! 12+
13.05, 17.00, 22.15 Ново-
сти.
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Португалия-
Узбекистан. Трансляция из
США. 6+
15.25 Улётный Футбол.
Прямой эфир.
16.20, 21.35 Футбол. Чем-
пионат мира-2026 г. Обзор.
6+
17.05 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Панама-Хор-
ватия. Трансляция из Кана-

ды. 6+
19.20 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Колумбия-ДР
Конго. Трансляция из Мек-
сики. 6+
22.20 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Англия-Гана.
Трансляция из США. 6+
01.30 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Швейцария-
Канада. Прямая трансляция
из Канады.
04.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Шотландия-
Бразилия. Прямая трансля-
ция из США.
07.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Чехия-Мекси-
ка. Прямая трансляция из
Мексики.



ТВ Четверг, 25 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро. 0+
09.00, 13.00, 16.00, 03.00
Новости.
09.05 Модный приговор. 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 15.00, 18.15 Вре-
мя покажет. 16+
12.25, 13.30, 18.45, 22.45
Большая игра. 16+
16.15 Давай поженимся!
16+
17.05 Мужское/Женское.
16+
18.00 Вечерние новости.
19.50 Пусть говорят. 16+
21.00 Время.
21.45 Т/с "Аллигатор".
16+
23.45, 03.05 Подкаст.Лаб.
16+

РОССИЯ

05.00 Утро России. 12+
09.00, 11.00, 14.00,
16.30, 20.00, 03.00 Вес-
ти.

09.30, 11.30, 21.10 Мест-
ное время. Вести-Томск.
09.55 О самом главном.
12+
12.00, 18.00 60 минут. 12+
14.30, 02.15, 03.30 Т/с
"Тайны следствия". 16+
17.00 Малахов. 16+
21.30 Т/с "Загляни ему
в голову". 16+
23.40 Вечер с Владимиром
Соловьёвым. 12+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура

06.30 Истории города N с
Пьером Бурелем. 16+
07.20 Легенды мирового
кино. 16+
07.50, 13.55, 23.05 Сту-
пени цивилизации. 16+
08.55, 14.50 Х/ф "Юрки-
ны рассветы". 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30
Новости культуры. 16+
10.15 Наблюдатель. 16+
11.15, 00.00 XX Век. 16+
12.10, 02.10 Кристальные

истории. 16+
12.45, 22.35 Д/ф "Стоп!
Сшитое! Костюм в кино".
16+
13.15 Д/ф "Сергей Бонди.
Огонь в очаге". 16+
15.50 Д/ф "Слово о словах".
16+
16.05 2 Верник 2. 16+
17.15 Д/ф "Режиссер Бо-
рис Равенских". 16+
17.50 Д/ф "Музыка мира и
войны". 16+
18.25 Д/ф "Володарск. Те-
рем Бугрова". 16+
19.00 Жизнь замечатель-
ных идей. 16+
19.45 Главная роль. 16+
20.05 Д/ф "Борис Акимов.
Образы...". 16+
20.50 Спокойной ночи, ма-
лыши!
21.05 Х/ф "Вечно жи-
вые". 16+
22.20 Война Элины Быст-
рицкой. 16+
01.00 Василиса Бержанс-
кая. Московский государ-
ственный академический
симфонический оркестр.
Дирижер Пьетро Маццетти.
16+
02.30 Жизнь замечатель-
ных идей. 16+

НТВ

05.15, 08.25, 10.35 Т/с
"Пёс". 16+
06.00 Утро. Самое лучшее.
16+
08.00, 10.00, 13.00, 16.00,
19.00, 00.20 Сегодня.
13.25 Чрезвычайное про-
исшествие. 16+
14.00 Место встречи.
16.45 ДНК. 16+
20.00 Т/с "Леший". 16+
22.15 Т/с "Балабол". 16+
00.40 Поздняков. 16+
00.55 Т/с "Рикошет".
16+

5-й КАНАЛ

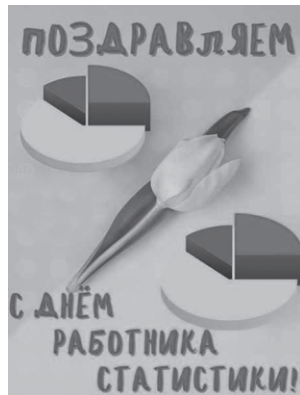
05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия. 16+
05.30, 06.10 Т/с "Свои-
2". 16+
06.50, 07.35, 00.30, 01.20
Т/с "Свои-6". 16+
08.25 Ваше здоровье! 12+
09.30, 10.20, 11.15, 12.05
Т/с "Настоящий". 16+
13.30, 14.20, 22.20 Т/с
"Великолепная пятёрка-
8". 16+

15.15, 16.05, 23.10 Т/с
"Великолепная пятёрка-
4". 16+
17.30, 18.20, 19.00,
19.45, 20.40, 21.25,
02.05, 02.40, 03.20, 03.55
Т/с "След". 16+
00.00 Известия. Итоговый
выпуск. 16+
04.35 Т/с "Условный
мент-4". 16+

Матч ТВ

10.00, 01.15, 05.05, 08.05
Все на Матч! 12+
13.05, 17.20, 22.55 Ново-
сти.
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Босния и Гер-
цеговина-Катар. Трансля-
ция из США. 6+
15.25 Улётный Футбол.
Прямой эфир.
16.20, 21.55 Футбол. Чем-
пионат мира-2026 г. Обзор.
6+
17.25 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Марокко-Гаи-
ти. Трансляция из США. 6+
19.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. ЮАР-Корея.
Трансляция из Мексики. 6+

23.00 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Шотландия-
Бразилия. Трансляция из
США. 6+
02.30 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Эквадор-Гер-
мания. Прямая трансляция
из США. 6+
05.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Тунис-Нидер-
ланды. Прямая трансляция
из США. 6+
08.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Турция-США.
Прямая трансляция из
США. 6+



Пятница, 26 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

05.00 Доброе утро. 0+
09.00, 13.00, 16.00 Ново-
сти.
09.05 Модный приговор. 0+
09.55 Жить здорово! 16+
10.40, 13.25, 15.00 Вре-
мя покажет. 16+
13.50, 18.40 Большая игра.
16+
16.15 Давай поженимся!
16+
17.05 Мужское/Женское.
16+
18.00 Вечерние новости.
19.45 Поле чудес. 16+
21.00 Время.
21.45 Что? Где? Когда? 16+
22.55 Х/ф "Я делаю
шаг". 12+
01.00 Подкаст.Лаб. 16+

РОССИЯ

05.00 Утро России. 12+
09.00, 11.00, 14.00, 20.00
Вести.
09.30, 11.30, 21.10 Мест-
ное время. Вести-Томск.

09.55 О самом главном.
12+
12.00, 18.00 60 минут. 12+
14.30 Т/с "Тайны след-
ствия". 16+
21.30 Т/с "Загляни ему
в голову". 16+
23.40 Х/ф "Дорогая под-
руга". 12+
03.25 Х/ф "Страховой
случай". 16+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура

06.30 Истории города N с
Пьером Бурелем. 16+
07.20 Легенды мирового
кино. 16+
07.50 Ступени цивилиза-
ции. 16+
08.50, 14.50 Х/ф "Юрки-
ны рассветы". 16+
10.00, 12.30, 17.00, 19.30
Новости культуры. 16+
10.20 Х/ф "Тракторис-
ты". 0+
11.45 Д/ф "Марина Лады-
нина. Грубиян и Галатея".
16+

12.45 Д/ф "Нижний Новго-
род. Усадьба купца Арсения
Маркова". 16+
13.15 Д/ф "Борис Акимов.
Образы...". 16+
13.55 Ступени цивилиза-
ции. 16+
16.00 Д/ф "Три тайны ад-
воката Плевако". 16+
16.30 Письма из провин-
ции. 16+
17.15 Д/ф "Режиссер Бо-
рис Равенских". 16+
17.50 Царская ложа. 16+
18.30 Д/ф "Нижний Новго-
род. Усадьба купца Арсения
Маркова". 16+
19.00, 02.30 Жизнь заме-
чательных идей. 16+
19.45 Линия жизни. 16+
20.40 Х/ф "Клуб жен-
щин". 16+
23.05 2 Верник 2. 16+
00.15 Х/ф "Маяк на
краю света". 16+

НТВ

04.25, 08.25, 10.35 Т/с
"Пёс". 16+
06.00 Утро. Самое лучшее.
16+
08.00, 10.00, 13.00,
16.00, 19.00 Сегодня.

13.25 Чрезвычайное про-
исшествие. 16+
14.00 Место встречи.
16.45 ДНК. 16+
17.55 Жди меня. 12+
20.00 Т/с "Леший". 16+
22.15 Т/с "Балабол". 16+
00.20 Своя правда. 16+
02.10 Квартирный вопрос.
0+
03.05 Х/ф "Когда я бро-
шу пить...". 16+

5-й КАНАЛ

05.00, 09.00, 13.00, 17.00
Известия. 16+
05.25, 05.40, 06.25,
07.15, 08.05, 09.30,
10.00, 10.55, 11.55,
12.45, 13.30, 14.15,
15.05, 16.05 Т/с "Услов-
ный мент-4". 16+
08.30 Ваше здоровье! 12+
17.30, 18.20, 19.05,
19.55, 20.40, 21.35, 22.20
Т/с "След". 16+
23.10 Светская хроника.
16+
00.10, 01.05 Они потряс-
ли мир. 16+
01.55, 02.35, 03.15,
03.55, 04.35 Т/с "Услов-
ный мент-3". 16+

Матч ТВ

10.00 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Турция-США.
Прямая трансляция из
США.
11.05, 01.15, 04.05, 09.05
Все на Матч! 12+
12.45, 17.20, 22.55 Ново-
сти.
12.50 Небесная грация. 6+
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Эквадор-Гер-
мания. Трансляция из США.
6+
15.25 Улётный Фут-
бол. Прямой эфир.
16.20, 21.55 Футбол.
Чемпионат мира-2026
г. Обзор. 6+
17.25 Футбол. Чем-
пионат мира-2026 г.
Япония-Швеция.
Трансляция из США.
6+
19.40 Футбол. Чемпи-
онат мира-2026 г. Ту-
нис-Нидерланды.
Трансляция из США.
6+
23.00 Футбол. Чемпи-
онат мира-2026 г. Тур-
ция-США. Трансляция
из США. 6+

01.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Норвегия-
Франция. Прямая трансля-
ция из США. 6+
04.25 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Парагвай-Ав-
стралия. Трансляция из
США. 6+
06.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Уругвай-Испа-
ния. Прямая трансляция из
Мексики. 6+
09.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Новая Зелан-
дия-Бельгия. Прямая
трансляция из Канады. 6+

Суббота, 27 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00 Доброе утро. Суббо-
та.
09.45 Слово пастыря. 0+
10.00 Новости.
10.15 Вспомнить всё. 12+
11.10 Д/ф "Сила ароматов.
Сады". 12+
12.00 Новости.
12.15 Наше всё. Сделано в
России. 12+
13.10 Т/с "Янычар".
16+
16.55 Кто хочет стать мил-
лионером? 12+
18.00 Вечерние новости.
18.20 Сегодня вечером.
16+
21.00 Время.
21.35 Всероссийский вы-
пускной бал в Кремле.
12+
23.35 Д/ф "Юрий Шатунов.
"Шипы белых роз". 12+
00.25 Подкаст.Лаб. 16+
04.40 "Алые паруса-2026".
Прямая трансляция из
Санкт-Петербурга.
05.05 Подкаст.Лаб. 16+

РОССИЯ

05.00 Утро России. Суббо-
та. 12+
08.00 Вести. Местное вре-
мя. Суббота.
08.35 По секрету всему све-
ту. 16+
09.00 Формула еды. 12+
09.25 Пятеро на одного. 12+
10.10 Сто к одному. 12+
11.00, 14.00, 17.00, 20.00
Вести.
11.30 Наши. Военкоры. 12+
12.00 Доктор Мясников. 12+
13.00 Большие перемены.
16+
14.30, 20.50 Местное вре-
мя. Вести-Томск.
14.50 Юмор! Юмор! Юмор!!!
16+
17.50 Привет, Андрей! 12+
21.00 Х/ф "Жизнь спра-
вок не даёт". 16+
00.35 Х/ф "Нашедшего
ждёт вознаграждение".
12+
02.10 Х/ф "Идеальная
пара". 12+
03.40 Х/ф "Алые пару-

са". 12+
04.40 "Алые паруса-2026".
Прямая трансляция из
Санкт-Петербурга.
05.05 Малахов. 16+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура

06.30 Библейский сюжет.
16+
07.05 М/ф "Три толстя-
ка". 16+
07.45 Х/ф "Ваши пра-
ва?". 16+
09.20 Больше, чем любовь.
16+
10.00 Х/ф "Обыкновен-
ный человек". 12+
11.40 Д/ф "Коллекция". 16+
12.10 Я-дирижер! Олег Ху-
дяков. 16+
12.40, 00.00 Д/ф "Жизнь
сурка". 16+
13.35 Торжественное от-
крытие V Международного
конкурса молодых пианистов
Grand Piano Competition. 16+
15.15 Д/фильм. 16+
16.00 Кино о кино. 16+
16.40 Х/ф "Свадьба".
12+

НТВ

04.40 Х/ф "Мой грех".
16+
06.20 Жди меня. 12+
07.20 Смотр. 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегод-
ня.
08.20 Д/ф "Ядерная зима
профессора Александрова".
16+
09.20 Едим дома. 0+
10.20 Главная дорога. 16+
11.00 Живая еда с Серге-
ем Малозёмовым. 16+
12.00 Квартирный вопрос.
0+

5-й КАНАЛ

05.00, 05.15, 05.55,
06.30, 07.20 Т/с "Услов-
ный мент-3". 16+
08.15, 10.05, 10.15,
18.30, 19.25 Т/с "Услов-
ный мент-6". 16+
09.00 Страна советов. 16+
09.30 Стройнадзор. 16+
11.05, 12.05, 13.00,
13.55, 14.50, 15.45,
16.40, 17.35 Т/с "Услов-
ный мент-4". 16+
20.20 Х/ф "Морозко". 0+
22.00 Алые паруса-2026. 16+
01.00 Х/ф "Алые пару-

са". 12+
02.35, 03.20, 04.00, 04.45
Т/с "Свидетели". 16+

Матч ТВ

10.00 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Прямая транс-
ляция из Канады. 6+
12.05, 02.00 Все на Матч!
12+
13.05, 17.20, 22.55 Ново-
сти.
13.10 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Сенегал-Ирак.
Трансляция из Канады. 6+
15.25 Улётный Футбол.
Прямой эфир.
16.20, 21.55 Футбол. Чем-
пионат мира-2026 г. Обзор.
6+
17.25 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Трансляция из
США. 6+
19.40 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Трансляция из
Мексики. 6+
23.00 Смешанные едино-
борства. UFC. Прямая транс-
ляция из Азербайджана.
03.30 Футбол. Чемпионат
мира-2026 г. Прямая транс-
ляция из США. 6+

ДЛЯ УМНИКОВ И УМНИЦ

По горизонтали: 1. Плиточный антидепрессант из какао-бобов. 5. Запоминающийся знак бренда. 8. Раздел, подразделение чего-нибудь, графа. 9. Передняя часть головы животного. 10. Окончание участия в соревновании. 12. В до-революционной России: первая учёная степень, дающая право на занятие университетской кафедры. 15. Вооружённые силы государства. 17. Коллектив артистов театра или цирка. 18. Искусство проектировать и строить. 19. Замена франку, лире и марке. 22. Пернатый почтальон из Хогвартса. 24. Наиболее распространённая в земной коре модификация углерода. 26. Основатель Римской империи. 27. Пушной зверёк. 28. Хобби мисс Марпл. 29. Лепёшка из мясного, рыбного, овощного фарша. 30. Кабель нервной системы. 32. Жидкость или порошок для декоративной отделки поверхностей. 33. Винтовая поверхность. 34. Лососёвая рыба. 37. Манера, стиль. 40. Съедобный гриб с красной шляпкой. 42. Преподаватель, устно излагающий студентам материал. 43. Свита машин с мигалками, заставляющая город стоять в пробках. 44. Защитник на суде. 46. Доход, полученный в результате какой-либо деятельности. 47. Страна, где Месси наконец-то завоевал Кубок мира. 48. Утолщённая или выступающая вперёд оконечность чего-нибудь. 49. Ручное производство товаров. 50. Поварёшка.

По вертикали: 1. Организованная ходьба с повышенным чувством важности. 2. Род музыки с преобладанием эмоциональных элементов. 3. Денежная единица Армении. 4. Пахучее тропическое растение с причудливой формой цветка. 5. Южное дерево с продолговатыми ароматными листьями. 6. Военное гребное

судно, применявшееся до 18 в. 7. Хороший, лестный отзыв о ком-либо. 8. Воинское звание. 11. Доброе, сердечное отношение к кому-нибудь. 13. Маслянистая бесцветная ядовитая жидкость органического происхождения. 14. Тугая нить, приносящая Ивану-царевичу жену-лягушку. 16. Тот, кто систематизирует и распределяет задачи в проекте. 17. Классическая геометрия. 20. Воздействие, меняющее поведение или решение человека. 21. Технологический процесс шлифования и полирования природных и синтетических минералов. 22. Многоуровневая мебель для размещения книг или других предметов. 23. Приключенческий фильм из жизни первых поселенцев американского Запада. 25. Геометрическая фигура без длины и ширины. 26. Действующее лицо в социологии. 30. Сочетание нескольких музыкальных звуков различной высоты. 31. Отсутствие дара речи. 34. Человек, искусный в приготовлении кушаний. 35. Пернатый амбассадор пива Гиннесс. 36. Мыслитель, разрабатывающий вопросы мировоззрения и методологии. 38. Артист - исполнитель ролей в театральных представлениях, в кино, на телевидении. 39. Сладкомолочный десерт цвета топлё-

ного молока. 40. Крюк для крепления предмета. 41. Мужское или женское верхнее платье. 44. Диалект оп-

ределённой социальной группы. 45. Специалист по изготовлению полотна из нитей на станке.

ОТВЕТЫ на кроссворд № 24.

По горизонтали: 1. Спешка. 3. Скала. 6. Адонис. 11. Фрамуга. 12. Толщина. 14. Икра. 15. Богатство. 16. Лава. 19. Башня. 20. Жилец. 21. Тикер. 26. Подкормка. 27. Астронавт. 28. Ломоносов. 31. Хлорофилл. 33. Элита. 34. Откуп. 35. Отказ. 40. Веч. 41. Рефлексия. 42. Дьяк. 45. Клаксон. 46. Светило. 47. Кафель. 48. Шельф. 49. Поляна.

По вертикали: 1. Сессия. 2. Край. 4. Красавица. 5. Литосфера. 7. Джин. 8. Султан. 9. Бугор. 10. Глава. 11. Форвард. 13. Анафема. 17. Инкогнито. 18. Жимолость. 22. Шпала. 23. Смысл. 24. Отбой. 25. Столп. 29. Мальчик. 30. Ветвление. 31. Хрупкость. 32. Идальго. 36. Цветок. 37. Перст. 38. Гинея. 39. Октава. 43. Баул. 44. Шило.

ТВ Воскресенье, 28 июня.

ПЕРВЫЙ КАНАЛ

06.00, 10.00, 12.00 Новости.
06.10 Играй, гармонь любящая! 12+
06.55 Часовой. 12+
07.25 Здоровье. 16+
08.30 Золотая коллекция Союзмультфильма. 0+
09.10 Непутевые заметки. 12+
09.30 Мечталлион. Национальная Лотерея. 12+
10.15 Жизнь своих. 12+
11.10 Повара на колесах. 12+
12.15 Д/ф "Победа". 16+
13.10 Т/с "Янычар". 16+
17.00 Д/ф "Юрий Шатунов. "Шипы белых роз". 12+
18.00 Вечерние Новости. 19.00 До Ре. 12+
21.00 Время. 12+
23.00 Большая игра. 16+
00.10 Подкаст.Лаб. 16+

РОССИЯ

06.00, 02.30 Х/ф "Кузнец моего счастья". 12+
08.00 Вести. Местное время. Воскресенье.
08.35 Когда все дома. 12+
09.25 Утренняя почта. 12+
10.10 Сто к одному. 12+
11.00, 14.00, 17.00 Вести. 11.55, 01.40 Рассказы из русской истории. 12+
12.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. 12+
14.30 Местное время. Вести-Томск.
15.00 Парад юмора. 16+

17.50 Песни от всей души. 12+
20.00 Вести недели.
22.30 Москва. Кремль. Путин. 16+
23.00 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. 12+

ТРЕТЬЯ ПРОГРАММА

Культура

06.30 Д/ф "Энциклопедия загадок". 16+
07.05 М/ф "Бюро находок". "Вот какой рассеянный". 16+
07.50 Х/ф "Свадьба". 12+
08.55 Д/ф "Женщина, которая умеет любить. Нина Дорошина". 16+
09.35 Х/ф "Человек родился". 12+
11.10 Неизвестные маршруты России. 16+
11.50 Невский ковчег. Теория невозможного. 16+
12.20 Концерт лауреатов V Международного конкурса молодых пианистов Grand Piano Competition. 16+
14.55 Х/ф "Необыкновенная выставка!". 16+
16.30 Картина мира с Михаилом Ковальчуком. 16+
17.10 Пешком... 16+
17.40 Романтика романа. 16+
18.35 Д/ф "Фокин. Балет. Революция". 16+
19.30, 19.45 Новости культуры. 16+
20.25 Х/ф "Послеловие". 12+

22.00 Х/ф "Волки и овцы". 0+
01.10 Х/ф "Обыкновенный человек". 12+
02.50 М/ф "Великолепный Гоша". 16+

НТВ

04.50 Х/ф "Бес". 16+
06.40 Центральное телевидение. 16+
08.00, 10.00, 16.00 Сегодня.
08.20 У нас выигрывают! 12+
10.20 Первая передача. 16+
11.00 Чудо техники. 12+
12.00 Дачный ответ. 0+
13.00 НашПотребНадзор. 16+
14.00 Однажды... 16+
15.00 Своя игра. 0+
16.20 Следствие вели... 16+
19.00 Итоги недели с Владимиром Чернышевым. 16+
20.20 10 лет "Секрету на миллион"! Самые громкие секреты. 16+
22.25 Основано на реальных событиях. 16+
02.15 Прошу, прости! 16+
03.05 Х/ф "Знакомство". 16+

5-й КАНАЛ

05.00, 03.20, 04.00 Т/с "Свидетели". 16+
05.30, 06.10, 06.50, 07.40 Т/с "Операция "Горгона". 16+
08.35 Х/ф "Морозко". 0+
10.10, 11.05, 12.00, 12.50, 13.45, 14.40, 15.35 Х/ф "Закон тайги-2".

16+
16.25, 17.20, 18.15, 19.05, 20.00, 20.55, 21.50, 22.40 Т/с "Пилигрим-4". 16+
23.35, 00.40, 01.40, 02.30 Х/ф "Спасти или уничтожить". 16+

Матч ТВ

10.00 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Иордания-Аргентина. Прямая трансляция из США
11.05, 01.15, 04.05 Все на Матч! 12+
13.05, 17.20, 22.55 Новости
13.10 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Хорватия-Гана. Трансляция из США 6+
15.25 Улётный Футбол. Прямой эфир
16.20, 21.55 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Обзор 6+
17.25 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Колумбия-Португалия. Трансляция из США 6+
19.40 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Алжир-Австрия. Трансляция из США 6+
23.00 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Иордания-Аргентина. Трансляция из США 6+
01.40 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. 1/16 финала. Прямая трансляция из США
05.30 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Кюрасао-Кот-д'Ивуар. Трансляция из США 6+
07.45 Футбол. Чемпионат мира-2026 г. Египет-Иран. Трансляция из США 6+

ГОРОСКОП НА НЕДЕЛЮ - с 22 по 28 июня 2026 г.

Сейчас у всех знаков зодиака наступает интересный творческий период. А вот тех, кто занят на государственной службе, ждёт испытание на прочность и компетентность. На этой неделе ваше обаяние, сексуальность и ораторские способности заметно увеличатся. Настаёт прекрасный период для реализации поставленных ранее задач. Возможно, вам стоит уделить больше внимания своей семье: родителям, близким друзьям, супругу или детям. Не принимайте повседневные проблемы близко к сердцу. Если относиться ко многим неудачам по жизни легко, то и жить будет проще.

Овен. На этой неделе надо вспомнить, что человек - это не машина, а значит, следует больше заботиться о своём здоровье. Ведь очень высок риск получения травм или обострения хронических заболеваний. Вследствие этого, стоит максимально понизить нагрузку, но не вызывая проблем с начальником. В противном случае планы, которые вы хотели осуществить, превратятся в невозможные. Вторая половина недели будет более светлива.

Телец. Наступил отличный период для общения с коллегами или обращения в государственные организации. Сейчас вас ждёт успех во всех делах, но нужно начать разработку новых планов. Однако не следует делать совместные проекты с людьми, которых мало знаете. Не исключено, что у вас улучшится финансовое положение с помощью неожиданного выигрыша или подарка. Близкие люди обязательно помогут вам добиться успеха.

Близнецы. Домашние заботы полностью поглотят Близнецов на наступившей неделе. Вы увидите множество бытовых проблем, которых раньше не замечали. Правильно рассчитанный бюджет поможет вам избежать большего наплыва проблем. Нужно прислушаться к опыту друзей, он сейчас вам очень поможет. Период благоприятный для больших покупок. Не отказывайтесь от помощи близких - они желают вам только добра. Вам нужно хорошо отдохнуть, набраться сил и энергии.

Рак. Наступивший период отлично подходит для новых знакомств, общения с приятными людьми и решения незначительных проблем. Увеличатся ваши сексуальность, обаяние и личностный потенциал. Благоприятный период для бизнеса. Могут появиться богатые люди, которые могут оказать вам финансовую поддержку. Сейчас вы не будете особо напрягаться по поводу любых дел. Новые знакомства положительно повлияют на ваше будущее.

Лев. Период будет благоприятным для тех, кто занимается какой-то коммерческой деятельностью или планирует заключить договор. Женщины, однако, сейчас должны быть очень осторожны при общении с другими людьми, так как есть вероятность получения плохого совета. Мужчины же сейчас должны настроиться на возможность отъезда по рабочим вопросам.

Дева. Перспективные планы, которые сейчас рождаются в голове Дев, будут иметь огромное влияние на ваше будущее. К примеру, смена работы или увеличение материального положения. Все решения, которые будут приняты в этот период, должны быть абсолютно вашими, а не с подсказками других людей. Также есть вероятность возникновения служебного романа.

Весы. Наступает период, когда удача повернётся лицом. Можно успешно совершить поход по магазинам. Также следует обращать внимание на людей, которые нуждаются в помощи, ведь в будущем благотворительность вернётся вам в тройкратном размере. Если был запланирован визит к стоматологу, то его лучше отложить, а вот встречи с новыми людьми лучше осуществить именно сейчас.

Скорпион. На этой неделе стоит максимально прислушиваться к интуиции и стараться воплотить в жизнь все свои планы. Также лучше не отказываться от знакомства с новыми людьми, в будущем они будут полезны. А вот выяснять отношения со второй половинкой сейчас лучше не стоит. Верным решением будет сделать то, что нравится обоим.

Стрелец. На этой неделе рассчитывайте на пристальное внимание лиц противоположного пола. Сейчас вам гарантированы интересные, возможно, даже романтические встречи. В этот период лучше не находиться один на один со своими мыслями, а постараться общаться в коллективе, заняться совместной работой или найти единомышленников. Есть также вероятность ссоры, поэтому нужно проявить терпения и вежливость.

Козерог. Начинается период, когда произойдёт улучшение материального положения или совершение полезной покупки. Для девушек высока вероятность наладить личную жизнь или познакомиться с будущим партнёром, но не стоит относиться к личным отношениям с деловым подходом. Мужчинам же лучше взять размеренный темп жизни и не злоупотреблять алкоголем.

Водолей. Сейчас потенциал жизни находится на очень высоком уровне. Сексуальность, творческие способности, убеждения и дар только возрастут. Период отлично подойдёт для прогулок на свежем воздухе и физических упражнений. Визит гостей и сюрприз помогут вам отлично провести вечер. Возможна финансовая удача. Старая, давно забытая покупка, может этому поспособствовать.

Рыбы. Эта неделя отлично подходит для начала нового дела, времяпрепровождения с семьёй и общения. Вас сейчас ожидают приятные сюрпризы и интересные знакомства. Удачный период для покупок, заботы о состоянии здоровья, лечения. У вас возможны изменения в личной жизни. Не нужно об этом беспокоиться, так как перемены в итоге будут приятными и лёгкими.

Пятница 19.06.2026 г.	Безоблачно	+9	Малооблачно	+26
Суббота 20.06.2026 г.	Безоблачно	+12	Безоблачно	+29
Воскресенье 21.06.2026 г.	Безоблачно	+13	Малооблачно	+30
Понедельник 22.06.2026 г.	Безоблачно	+15	Малооблачно	+29
Вторник 23.06.2026 г.	Малооблачно	+14	Малооблачно	+27
Среда 24.06.2026 г.	Малооблачно	+14	Малооблачно, дождь, гроза	+26
Четверг 25.06.2026 г.	Безоблачно	+16	Облачно, дождь, гроза	+29

К 90-ЛЕТИЮ ТЕГУЛЬДЕТСКОЙ РАЙОННОЙ ГАЗЕТЫ

Лихачи на седом Чулыме

(13 августа 1966 г., рубрика «В субботний вечер»).

Стоят прекрасные августовские дни. В прозрачно-голубом небе плывут лёгкие редкие облачка, но они не заслоняют яркого солнца.

В такую ясную погоду рыболова-спортсмена неудержимо тянет на Чулым.

С нетерпением дождавшись воскресенья, вы на зорьке, собрав немудрёные рыбацкие снасти, на обласке или на лёгкой лодочке с удовольствием плывёте по ещё тихой утренней глади вод к заветному месту.

Но что это? Почему вдруг запахло бензином? Густая радужная струя его расплывается препротивной лужей, которая все расширяется и расширяется и плывёт дальше. Может, пройдёт?

Ждёте 10, 15, 20 минут. Увы, все напрасно. С грустью покидаете насиженное место и перебираетесь на другую сторону реки. Но и здесь повсюду густым слоем плывёт бензин - удочку забросить некуда. Это либо заправляются леспромхозовские катера, либо горячее щедрой струёй поступает от расположения нефтебаз.

И настроение у вас резко падает: отдых пропал, рыбалка не удалась.

Теперь оставим лирические излияния и поговорим серьёзно о вопиющих безобразиях, творя-



щихся на нашей родной реке, которую поэтически называют седым Чулымом.

Во-первых, приток Чулыма - речку Тегульдетку совсем превратили в нефтяную лужу леспромхозовские катера и теплоходы. С тех же судов отходы горячего ведрами выливаются прямо в Чулым. Это загрязняет водоём, прежде богатый рыбой. В результате рыбы с каждым годом становится все меньше, особенно осетровых.

Во-вторых, работники центральной нефтебазы и нефтебаз леспромхозов совершенно не обращают внимания на то, что ценное горячее через неплотные соединения в шлангах уходит в Чулым. Любители природы обрадовались было, узнав, что нефтеба-

зу Ново-Тегульдетского леспромхоза переводят на Красное озеро. Но их радость была преждевременной: цистерны все равно установлены на берегу Чулыма над самой водой, и концы шлангов часто находятся прямо в реке.

Или стоит, например, за устьем Тегульдетки так называемая «гналивнушка» леспромхоза - грязное подобие судна. Отсюда по всему Чулыму растекаются липкие маслянистые лужи разлитых нефтепродуктов, а сама баржа буквально утопает в мазуте.

Многие жители Тегульдета имеют моторные лодки. Это неплохо. Беда в том, что некоторые владельцы мотолодок не берегут родную реку и её богатства. Это никакие не рыбаки-любители, а ско-

рее, браконьеры. Носятся они по Чулыму с неводами и сетями и не соблюдают никаких сроков и правил ловли рыбы, а при запуске своих моторок тоже спускают в воду отходы горячего. Они же и лихачеством занимаются, особенно там, где находятся люди. Дескать, пусть все видят, какой я есть!

Огромный вред Чулыму наносят наши сплавные участки. Так называемые топляки устилают дно реки, тысячи брёвен и сотни целых пучков лежат на берегах. Все это пагубно влияет на условия жизни рыб, лишает их кормовой базы.

...Валются подрубленные под корень топором браконьера развесистые кусты черёмухи. Густым слоем плывут по Чулыму бензин и масло. Торчат из воды черные головы топляков. Десятикубметровые пучки леса давят, ломают прибрежные кусты и деревья. Забрасывают невода браконьеры. Огромные осетры напарываются на острые крючки самоловов и гибнут.

Гул, шум, треск и пальба стоят день и ночь на седом Чулыме. И молчит лишь районное отделение Общества охраны природы, не волнующиеся В. Попов, Н. Кулеев и многие другие, кто по долгу своей службы обязан охранять природу, дары которой пригодятся ещё нашим детям, внукам и правнукам!

А. Смирнов.

Кандидаты предстоящих выборов

Единая Россия утвердила первую пятёрку кандидатов на выборы в Законодательную Думу Томской области. Решение было принято 15 июня на заседании Президиума Регионального политического совета партии.

Список возглавил секретарь Томского регионального отделения партии, губернатор Владимир Мазур.

В первую пятёрку вошли люди

с разным опытом, но общей целью - работать на развитие региона: представители науки, государственной службы, местного самоуправления и участники боевых действий.

Среди кандидатов - ректор ТУСУРа Виктор Рулевский, ветеран боевых действий и участник СВО, председатель Думы города Томска Сергей Сеченов, сенатор Российской Федерации Владимир Кравченко, а также руководитель регионального ис-

полкома партии, финалист президентского кадрового конкурса «Лидеры России. Политика» Наталья Опанасюк.

«Перед нами - сплочённая команда профессионалов. Это люди, которым доверяют жители региона. За время совместной работы они реализовали десятки значимых проектов, направленных на развитие Томской области. Каждый кандидат глубоко понимает местную повестку и выстраивает открытую коммуникацию с людь-

ми - это особенно ценно», - подчеркнул Владимир Мазур.

Свыше 60 тыс. жителей Томской области приняли участие в предварительном голосовании «Единой России». По его итогам партию на выборах в Государственную Думу Российской Федерации представит депутат Госдумы Михаил Киселёв, который одержал победу. За него проголосовало 27840 человек. А депутат Думы Томской области Илья Леонтьев набрал 24600 голосов.

Комары, мошка, слепни - это настоящие оккупанты

Полчища сибирских комаров, мошки, слепней атакуют жителей Тегульдетского района.

В этом году природа внесла коррективы в привычный снежный дар. Из-за чрезвычайной снежной зимы и последовавшего за ней резкого потепления многие виды насекомых появились на 3-4 недели раньше срока, причём сразу в пиковых количествах. Высокий снежный покров сработал, как хорошая термоизоляция, под которой личинки пережили зимние морозы и весенние похолодания. А талые воды создали огромное количество временных водоёмов, где самки комаров откладывали яйца.

«Для сравнения: 2025 год, напротив, был неблагоприятным для комаров из-за холода и малого количества воды - их почти не на-

блюдалось даже в поймах рек», - говорит доктор биологических наук Георгий Лада.

По его словам, численность комаров достигла максимума за последние 20 лет. Но такое бывало и раньше. «В 80-е, 90-е годы и в самом начале 2000-х комаров было ничуть не меньше... Два десятилетия засушливого периода с жёсткими засухами нас немного избаловали, мы забыли, как бывает, когда комаров, действительно, много», - добавляет учёный.

Одними комарами активность насекомых не ограничилась. От «пискунов» не отстают слепни и мошка. Замечено, что слепни принимают «охотиться» на людей. Их укус не просто болезнен (в отличие от комара, слепень буквально выгрызает из кожи микроскопический кусочек плоти), но и потенциально опасен заражением: эти



насекомые переносят возбудителей туляремии и даже сибирской язвы. Поэтому в ряде регионов ветеринарные службы уже начали экстренную обработку крупного рогатого скота.

Тем временем работники сельскохозяйственной отрасли фиксируют появление карантинных вре-

дителей. Так, в Астраханской области обнаружены колонии вьюнковых цикадок, тли и трипсов, уничтожающих томаты и лук. Также начался массовый лёт хлопковой совки.

А в Воронежской, Орловской и Курской областях службы Россельхознадзора разворачивают феромонные ловушки. Они пытаются сдержать натиск калифорнийской щитовки и персиковой плодовой мушки, угрожающих будущему урожаю фруктов.

Без опрыскиваний никак - иначе есть риск потерять деревья.

Что делать при ожогах?

При ожоге главное - не навредить. Сразу уберите источник тепла и аккуратно освободите место ожога от одежды, если она не прилипла к коже. Затем охлаждайте поражённый участок прохладной проточной водой 10-15 минут - это снижает глубину повреждения и уменьшает боль. Никакого льда напрямую на кожу: он усиливает травму.

После охлаждения наложите сухую стерильную повязку или чистую ткань. Пузыри не вскрывайте, ничего «народного» не наносите. Если ожог большой, глубокий, с пузырями, на лице, кистях или половых органах - обязательно обращайтесь к врачу. При ожогах решает не героизм, а правильные первые действия.

Грязные телефоны

Телефон - один из самых грязных предметов в повседневной жизни.

Мы моем руки, пользуемся антисептиками и следим за гигиеной, но при этом десятки раз в день прижимаем к лицу устройство, которое постоянно бывает в транспорте, магазине, спортзале и даже туалете. Телефон нагревается, а тепло создаёт идеальные условия для размножения бактерий при том, что большинство людей почти никогда его не очищает.

На поверхности смартфона могут находиться кишечная палочка, стафилококк, стрептококки, а также вирусы гриппа и герпеса. Поэтому телефон стоит протирать минимум раз в день салфетками или спреем с 70% изопропиловым спиртом, особенно после улицы и общественных мест.

Голод - не тётка

Почему голод делает нас раздражительными?

Когда с последнего приёма пищи проходит много времени, уровень питательных веществ в крови снижается, особенно глюкозы - основного источника энергии для мозга. Для нервной системы - это сигнал тревоги.

В ответ организм запускает защитную реакцию и выбрасывает гормоны стресса, в том числе адреналин. По ощущениям это похоже на лёгкий испуг: учащается пульс, растёт напряжение, снижается терпимость. Именно поэтому голод часто сопровождается вспышками раздражения, резкостью и агрессией.

Снизим стресс

3 простых практик для снижения стресса.

Расчёсывание волос. Медленное расчёсывание в течение 10-15 минут улучшает кровообращение, снимает напряжение и помогает нервной системе переключиться в режим отдыха.

Тёплые ладони и уши. Быстрый способ «перезагрузки»: энергично разотрите ладони до ощущения тепла, затем аккуратно помассируйте уши. Такой приём снижает уровень нервного возбуждения и помогает вернуть концентрацию.

Вода против стресса. Тёплый душ на 10-15 минут мягко расслабляет тело и психику. Направьте струи на плечи и верх спины - именно там чаще всего накапливается напряжение. Простая практика, которая, действительно, помогает.

21 июня - День медицинского работника

**Дорогие коллеги, ветераны
районного здравоохранения!**

От всей души поздравляем вас с профессиональным праздником - Днём медицинского работника, который отмечается в 90-летний юбилей здравоохранения Тегульдетского района!

Каждый день вы стоите на страже здоровья и жизни людей, проявляя высочайший профессионализм, самоотверженность и доброту. Ваша работа требует не только глубоких знаний и умений, но и огромного терпения, чуткости и душевной щедрости.

Вы - настоящие герои нашего времени, которые ежедневно совершают подвиг, даря надежду и поддержку тем, кто в этом нуждается. Ваша преданность делу, искреннее желание помогать и спасать, готовность прийти на помощь в любую минуту заслуживают самого глубокого уважения и признательности.

Желаем вам крепкого здоровья, семейного благополучия, профессиональных успехов и неиссякаемой энергии для новых свершений!

Пусть каждый ваш рабочий день будет наполнен радостью от успешно выполненной миссии, а дома царят уют, гармония и любовь.

Спасибо вам за ваш неоценимый труд, самоотверженность и преданность профессии!



С Днём
медицинского
работника!

**Уважаемые медицинские
работники!**

**Дорогие ветераны
здравоохранения!**

Поздравляю вас с профессиональным праздником, который многие встречают на страже здоровья людей, потому что ничего важнее здоровья в жизни нет!

При поддержке национального проекта «Продолжительная и активная жизнь» мы улучшаем условия труда медиков, эффективность диагностики и лечения пациентов. Сделали большой шаг в развитии первичного звена здравоохранения. Открыли поликлинику в Южных Воротах, амбулатории в Радонежском и Турунтаево, ФАП в Мирном. Ремонтируем городские и сельские больницы. Оснащаем медицинские учреждения современным высокотехнологичным оборудованием. Обновляем парк санитарного транспорта по всей области.

Мы высоко ценим и традиции томской медицины, в основе которых искренняя забота о людях, неравнодушие, и современный подход к организации здравоохранения. В первую очередь, это сотрудничество с академическими институтами Томского НИМЦ для внедрения в практику лучших методов лечения и конструктивные взаимоотношения с СибГМУ и медицинскими колледжами для развития кадрового потенциала.

В праздничный день особые слова признательности нашим волонтерам, которые в личное время по зову сердца трудятся в госпиталях в зоне проведения специальной военной операции. Спасибо вам за отзывчивость и спасённые жизни защитников Родины!

Спасибо всем медицинским работникам за внимание к людям! Желаю вам и вашим родным крепкого здоровья!

**Владимир Мазур, губернатор
Томской области.**

**Администрация ОГБУЗ
«Тегульдетская РБ».**

**Уважаемые работники
и ветераны
здравоохранения
Тегульдетского района!**

Примите поздравления с профессиональным праздником - Днем медицинского работника!

Этот день - замечательный повод для того, чтобы выразить особую благодарность врачам, фельдшерам, медицинским сёстрам, работникам скорой помощи, всем, кто помогает людям преодолевать болезни.

Ваша профессия - одна из самых сложных и полностью посвящена служению людям. Она требует не только верности клятве Гиппократова и богатых знаний, но и бесконечного терпения, стойкости, чуткости и душевной щедрости. Нелегким повседневным трудом вы помогаете людям поддерживать своё здоровье и продлевать жизнь. В самые трудные минуты вы приходите на помощь, проявляя высочайший профессионализм и ответственность.

Желаем вам крепкого здоровья, успехов, счастья, душевного тепла, мира, добра, благополучия вам и вашим близким!

**Игорь Клишин, глава
Тегульдетского района;
Андрей Мельник,
председатель Думы
Тегульдетского района.**

УТЕРЯН аттестат о среднем образовании, полученный в Тегульдетской СОШ в 2002 году на имя Кондюриной Екатерины Сергеевны. В связи с этим аттестат считать недействительным.

ПРОДАМ свежие куриные яйца по 120 руб. за десяток. Тел. 8-952-679-20-29.

ПОЗДРАВЛЯЕМ
с днём рождения жителя Чёрного Яра
Анатолия Ивановича Попова!
Желаем сотни ярких дней,
Здоровья крепкого, стального,
Побольше радостных вестей,
А также счастья много-много!



Друзья.

ПОЗДРАВЛЯЕМ
с днём рождения Валентина Гавриловича
Ушакова!
Желаем Вам всего, чем жизнь богата:
Здоровья, счастья, долгих лет,
Пусть этот праздник - день рождения
В душе оставит добрый след!



Бывшие коллеги по работе.

ПОЗДРАВЛЯЕМ
с днём рождения Анну Сергеевну Власову!
Желаем счастья целый ворох,
Улыбок, радости букет,
Друзей надёжных и весёлых,
Счастливой жизни, долгих лет!



Сотрудники «Таёжного меридиана».

ПЕРЕКРЫВАЕМ крыши. **ОБИВАЕМ** стены.
ДЕЛАЕМ заборы. Качественно, недорого.
ПРОДАЁМ профлист, металлочерепицу, сайдинг,
профтрубу. Доставляем. Тел.: 8-906-986-68-37.
Замер и расчёт бесплатно.

ПРИБОРЕТУ автомобиль в любом состоянии. Тел.: 8-913-859-73-32.



День солнцестояния

В разных частях Европы день летнего солнцестояния древние славяне называли по-разному. Словаки - «День бога Купалы», чехи - «Солноврат», в Польше - Собутка, Палиночка или Купальница, в Беларуси - Купалье. Веками славяне считали этот день особенным.

Молитвенные ритуалы у рек, костров и полей должны были обеспечить славянам хорошее здоровье, брак, раннее материнство или обильный урожай в этом году. В Купальскую ночь со-

бирали травы, поскольку верили, что во время солнцестояния они наделяются магической силой. Их использовали для лечения болезней, любовных гаданий, наложения заклинаний или для защиты семьи. Знание этих славянских практик сохранилось в народных легендах.

Огонь и вода - два элемента, символизирующие очищение. Наши предки ассоциировали пламя со страстной любовью. А обычай разжигать костры сохранился до наших дней.

6+ «ТАЁЖНЫЙ МЕРИДИАН»

Гл. редактор Лариса Владимировна Кириленко.

Адрес редакции: 636900, Томская область, Тегульдетский район, с. Тегульдет, ул. Ленина, 156.
Телефоны: гл. редактор - (8-38-246) 2-19-81, корреспонденты, бухгалтерия и прием рекламы - (8-38-246) 2-18-85.

E-mail: tmeridian@mail.ru

Подписной индекс П5161

Учредитель, издатель: ООО «Таёжный меридиан».
Юридический адрес: 636900, Томская область, Тегульдетский район, с. Тегульдет, ул. Комсомольская, 32-1.

Мнение редакции не всегда совпадает с позицией автора. Рукописи не возвращаются.
Автор несет ответственность за достоверность публикуемых сведений.
За содержание рекламы, объявлений ответственность несет рекламодатель.
Дата выхода: 19.06.2026 г. Время подписания в печать: 17.06.2026 г., 18.00, фактически: 18.00.

Компьютерный набор и верстка редакции газеты «Таёжный меридиан».

Печать офсетная. Тираж 1429. Заказ 1284. Цена свободная.



Выходит еженедельно.
Газета зарегистрирована Управлением Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций по Томской области (Управление Роскомнадзора по Томской области). Свидетельство ПИ № ТУ 70-00255 от 17 мая 2012 г.

Газета отпечатана Филиалом ООО «Пресса» - Томская городская типография. Адрес: 634003, Томская область, г. Томск, ул. Дальне-Ключевская, 62.