№ 2 (6320)
8 января 2021 года
пятница

общественно-политическая газета
муниципального образования
Надымский район
Ямало-Ненецкого автономного округа

РАБОЧИЙ НАДЫМА

газета выходит еженедельно по пятницам | распространяется по подписке и в розницу | издаётся с 1 марта 1975 года

Наш календарь. 13 января – профессиональный праздник работников периодической печати, типографий и издательств

С Днём российской печати!

Д. А. АРТЮХОВ,
губернатор ЯНАО:

Дорогие друзья! Поздравляю ветеранов и сотрудников печатных СМИ Ямала с профессиональным праздником!

Благодарю вас за весомый вклад в развитие медиапространства Ямала, высокий профессионализм и гражданскую ответственность при освещении жизни северян и ключевых событий, происходящих сегодня в Арктике.

Ваши информационные и просветительские проекты, живое слово и аналитика, объективность и достоверность содействуют популяризации богатого историко-культурного и духовного наследия, позитивных социально-экономических преобразований региона.

Уверен, ваша плодотворная работа, преданность делу и Северу будут залогом дальнейшего развития ямальской журналистики, позволят сохранить доверие читательской аудитории и соответствовать её современным запросам. Желаю всем здоровья, творческих успехов и осуществления намеченных планов!

Д. Г. ЖАРОМСКИХ,
глава Надымского района:

Уважаемые работники средств массовой информации, издательств, типографий, от души поздравляю вас с Днём российской печати!

Этот праздник объединяет людей многих профессий: журналистов, редакторов, издателей, полиграфистов, распространителей печатной продукции. Их труд создаёт единое информационное пространство, вносит большой вклад в обеспечение одного из основных прав граждан — на свободу слова. Вместе с вами мы решаем важнейшие задачи, связанные с перспективами развития Надымского района и Ямало-Ненецкого автономного округа.

Благодарю вас за плодотворное сотрудничество, объективное освещение событий социально-экономической, общественно-политической, культурной и спортивной жизни Надымского района! Желаю вам вдохновения, успешной реализации новых идей и творческих проектов! Счастья и благополучия вам и вашим близким!

С. М. ЯМКИН,
председатель Заксобрания ЯНАО:

Уважаемые журналисты, издатели, работники полиграфии и ветераны отрасли, поздравляю вас с Днём российской печати!

В век современных цифровых технологий печатные издания по-прежнему остаются популярны и востребованы. Благодаря вашему подвижническому труду и чёткому механизму обратной связи ямальцы всегда в курсе актуальных новостей и значимых событий, происходящих в округе, стране и мире.

Спасибо за ваш профессионализм и творческий подход к делу. Особая благодарность ветеранам отрасли за многолетний добросовестный труд, вклад в развитие и становление региональной журналистики.

Уверен, ваш патриотизм, любовь к малой Родине, преданность профессии будут и впредь служить во благо Ямала и его жителей. Желаю вам вдохновения и успешной реализации новых идей и творческих проектов! Счастья и благополучия вам и вашим близким!

А. А. ПИСАРЕНКО,
председатель думы Надымского района:

Уважаемые журналисты, работники издательств! От имени депутатов думы Надымского района искренне поздравляю вас с Днём российской печати!

Это профессиональный праздник представителей СМИ, полиграфической отрасли и других профессий, которые верно служат свободе слова и обеспечивают право населения на информацию.

Надымские журналисты вместе с газовиками, строителями, геологами идут по дорогам Севера. Уже не одно десятилетие они создают летопись нашего края, формируют позитивное общественное мнение о Надыме и Ямале как в России, так и за рубежом.

Благодаря вашему труду люди узнают об уникальной красоте наших земель и их природных богатствах, о работе промышленности и судьбах наших земляков, о суровой романтике полярных широт. Желаю вам вдохновения, новых творческих идей и их талантливого воплощения! Здоровья вам, удачи и счастья!

Знай наших! Творческий коллектив из Надыма стал лауреатом первой степени на областном фестивале

Победу принесла песня «За Кубанью, за рекой!»

■ **Выступления ансамбля «Ямальские казаки» неизменно становятся яркой страницей любого общественного мероприятия или концерта.** ФОТО АВТОРА

■ **1-е место — блестящая победа, которой коллектив закрыл творческий сезон прошлого года и отправился на новогодние каникулы.** ФОТО ИЗ АРХИВА АНСАМБЛЯ «ЯМАЛЬСКИЕ КАЗАКИ»

Влада ЛЕНСКАЯ

Под занавес 2020 года в Тюмени были подведены итоги областного фестиваля-конкурса «Казачья Сибирь». Творческое соревнование проводилось в рамках международного проекта поддержки творчества и талантов DP Golden Talent. С учётом эпидемиологической обстановки организаторы — автономная некоммерческая организация «Культурный проект» — проводили мероприятие онлайн: компетентное жюри просматривало и оценивало творческие номера в видеозаписи.

Всего для участия в фестивале было подано 90 заявок от 36 участников из Тюменской области, Ямала и Югры. От Надымского района в нём выступили три представителя: образцовый коллектив фолк-группа «Морошка» (ДК «Юбилейный» посёлка Пангоды), народный коллектив, ансамбль казачьей песни «Вольница» (ДК «Прометей» УЭВП общества «Газпром добыча Надым») и ансамбль казачьей песни «Ямальские казаки» (управление культуры Надымского района).

Творчество «Морошки» и «Вольницы» жители Надымского района знают и любят давно. И жюри «Казачьей Сибири» не случайно отметило их выступления почётными дипломами участников.

О третьем же коллективе стоит сказать отдельно: он появился сравнительно недавно — 28 января 2018 года как волонтёрское самообразование под крылом районного центра национальных культур. За прошедший короткий промежуток времени его состав около 50 раз принимал участие в городских, районных и окружных праздничных мероприятиях.

Более того, «Ямальские казаки» стали участниками и победителями многочисленных международных, всероссийских, окружных и районных фестивалей и конкурсов.

— Деятельность нашего ансамбля, — рассказывает художественный руководитель ансамбля казачьей песни «Ямальские казаки» Александр Антипов, — направлена на популяризацию музыкальной культуры российского казачества. Мы проводим выступления исключительно на волонтёрской основе. Чтобы содействовать возрождению, развитию и объединению казачества, организуем и проводим концертные программы, мастер-классы и другие информационно-просветительские мероприятия для людей, относящих себя к казакам и для членов их семей. Нашей аудиторией становятся люди самого разного возраста и рода занятий: молодёжь и студенты, дети и подростки, ветераны войны и труда. Несмотря на сложности 2020 года, мы стараемся повышать исполнительское мастерство, а также расширять репертуар и географию выступлений.

Доказательство сказанному — убедительная победа ансамбля «Ямальские казаки» на фестивале-конкурсе, о котором идёт рассказ. Представленные коллективом песенные номера «Эх, земля ты матушка, Россия», «Прощай, мий край, дэ я родывся» и «Казачья песня» были отмечены почётными дипломами участников. А за исполнение песни «За Кубанью, за рекой» ансамбль был удостоен звания лауреата I степени. От души поздравляем творческих надымчан и желаем им новых побед в начавшемся 2021 году и новых поклонников!

Здравоохранение. Ямальская прививочная кампания против COVID-19 набирает обороты

Вакцину получают педагоги

■ **В ближайшие недели поставки вакцины на Ямал будут расширены.** ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ПРЕСС-СЛУЖБОЙ ГУБЕРНАТОРА ЯНАО

В конце декабря на Ямал поступила очередная партия вакцины от коронавируса. Накануне новогодних праздников 600 доз препарата были поставлены на склад окружного СПИД-центра. Они были распределены между муниципалитетами. В январе 2021 года в округе также ожидается очередное поступление вакцины.

Хоть и с перерывом на каникулы, но весьма активно проходит вакцинация сотрудников образовательных учреждений Ноябрьска. Она выполняется на добровольной основе и бесплатно. Перед вакцинацией проводится обязательный осмотр медицинским работником, определяется наличие противопоказаний. После прививки в течение часа вакцинированный находится под присмотром врача. Ежедневно все пациенты ведут дневники самоконтроля в личном кабинете на портале госуслуг. Там они фиксируют данные о своём самочувствии.

В общей сложности, к концу декабря на Ямале были привиты 730 человек, в числе которых работники медицинской, образовательной и социальной сфер, а также жители региона, относящиеся к иным группам повышенного риска заражения коронавирусом. Вакцинация проходит в два этапа с интервалом в 21 день. Первые 52 человека уже получили оба компонента прививки. Все вакцинированные перенесли процедуру хорошо.

С начала прививочной кампании на Ямал поступило 1 442 дозы отечественной вакцины «Гам-КОВИД-Вак».

Пресс-служба губернатора ЯНАО.

▼**Предпринимательский класс.** В число победителей окружного конкурса вошла надымчанка

Любимое дело превратить в бизнес

Екатерина АЛЕКСЕЕВА

Надымчанка Анастасия Гильмутдинова, выигравшая грант губернатора ЯНАО на развитие бизнес-проекта, уже в ближайшее время займётся расширением своего производства.

■ **Впереди у Анастасии Гильмутдиновой — приятные хлопоты и новые возможности.** ФОТО АВТОРА

Бортики в кроватку и одеяла, нарядные платья и костюмы, верхняя одежда для малышей — в общей сложности, сотни вещей оригинального дизайна были созданы талантом и трудом нашей землячки. Сегодня детский текстиль с логотипом на бирке «Мама Настя» знают многие мамочки, проживающие не только в Надыме, но и за его пределами. Плодами кропотливой работы, которая поначалу была просто хобби и лишь спустя много лет переросла в профессию, стали не только вырученные средства, но также многочисленные слова благодарности и восторженные отзывы заказчиков.

— Мне всегда нравились разные творческие виды деятельности, и я много в чём себя пробовала. Это и выпечка, и роспись пряников, и спортивные танцы, — рассказывает Анастасия. — Но в последние годы я с удовольствием занимаюсь шитьём. Началось с того, что, находясь в декрете, я решила сшить для будущей малышки приданое и поделилась снимками законченной работы в интернете. Кстати, всем своим детишкам многое шью сама: очень удобно отрабатывать разные фасоны и пробовать их на своих же детях. Хорошо, что их шестеро и дома много моделей. Со временем неожиданно для меня пошли заказы, и таким образом любимое хобби превратилось в бизнес. Три с половиной года я занималась шитьём на заказ. А в октябре 2020 года мне попалась реклама окружного конкурса молодёжных бизнес-проектов «Своё дело», и я решила принять в нём участие для расширения уже имеющегося бизнеса.

Организатором конкурса выступил региональный фонд «Агентство инвестиционного развития и поддержки предпринимательства ЯНАО «Мой бизнес». Стоит отметить, что окружной конкурс «Своё дело» проводится для ямальцев в возрастной категории до 30 лет. 2020 год стал для него юбилейным: мероприятие состоялось в десятый раз. Параллельно с ним стартовал конкурс «Время действовать» для представителей возрастной категории от 45 лет. Всего в нынешнем году на участие в этих конкурсах заявилось 86 претендентов: физлица и учредители предприятий — юридических лиц с долей в бизнесе более 50 процентов, а также индивидуальные предприниматели, зарегистрированные на территории Ямала. Важными условиями для ИП и руководителей ЮЛ были статус «вновь созданного» предприятия и указанный выше возрастной ценз руководителя. В финал прошли 39 участников.

Далее в онлайн-формате им предстояло прослушать образовательный курс, подготовить и защитить свои бизнес-проекты. В рамках образовательного этапа преподаватели университета «Синергия» рассказали конкурсантам об основах ведения предпринимательской деятельности, финансовой и маркетинговой составляющих собственного дела, продемонстрировали техники публичных выступлений. Всё это пригодилось финалистам окружных конкурсов на итоговой защите.

По её результатам организаторы определили семерых победителей в конкурсе предпринимательской инициативы среди ямальской молодёжи «Своё дело» и двух победителей в конкурсе бизнес-идей старшей возрастной группы «Время действовать». Проекты оценивались по следующим критериям: наличие и обоснованность бизнес-плана, готовность вкладывать собственные ресурсы в будущее дело, актуальность и перспективность развития идеи в условиях Ямала, а также качество презентации. В конце декабря были названы победители. Со своим проектом «Минцех по производству современного детского текстиля и одежды для детей» в их число вошла и надымчанка Анастасия Гильмутдинова. 30 декабря грант губернатора Ямало-Ненецкого автономного округа Дмитрия Артюхова в размере 960 тысяч рублей ей вручил первый заместитель главы администрации Надымского района Алексей Колесов. От имени руководителя муниципалитета Дмитрия Жаромских он поздравил Анастасию с победой и пожелал больших успехов на новом этапе жизни, осуществления задуманного и дальнейшего развития бизнеса. Сама же творческая надымчанка, по её словам, не ожидала победить.

— Честно признаюсь, было очень сложно, — сказала Анастасия Гильмутдинова. — Порой охватывало желание выйти из конкурса — слишком напряжённая была борьба и, надо сказать, конкуренты тоже были сильными. Но, к счастью, победа осталась за мной. Теперь я получила возможность самореализоваться, расширить имеющееся производство и организовать рабочие места. Сейчас планирую зарегистрировать ИП: по положению конкурса я должна это сделать в течение ближайших двух недель, произвести сертификацию продукции, а это достаточно сложная и дорогостоящая процедура, и хотела бы предложить комбинезоны нашего предприятия в наборы «Малышу Ямала».

▼**Актуально.** В школах и детсадах Ямала — новые правила

Третьей смены не будет

■ **Новые правила касаются и использования игрушек.** ФОТО С САЙТА ISTOCKPHOTO.COM

Новые требования к работе школ, детских садов и других образовательных учреждений утвердил Роспотребнадзор. Санитарные правила начали действовать с 1 января 2021 года.

Теперь занятия в школах должны начинаться не ранее 8 часов утра. Проведение «нулевых» уроков и обучение в три смены не допускается. Занятия второй смены должны заканчиваться не позднее 19 часов. Продолжительность каникул — не менее 7 календарных дней.

Отдельно оговаривается в СанПиН и организация занятий для начальной школы. Прописаны важные для современного обучения нормы использования электронных средств: компьютеров, планшетов и интерактивных досок. Регламентируется документом и кратность мытья игрушек в детсадах.

Прописаны также требования к работникам образовательных учреждений, которые должны регулярно проходить осмотры, иметь медицинскую книжку и проходить вакцинацию, согласно национальному календарю прививок.

— Данные требования уже действуют в школах и детсадах автономного округа, несмотря на изменившийся режим обучения в связи с эпидемиологической ситуацией, — сообщила заместитель директора департамента образования ЯНАО Яна Весова.

В настоящее время в школах округа занятия проводят в соответствии с рекомендациями Роспотребнадзора. Такой режим продолжит действовать и после новогодних каникул. Для ребят организованы несколько входов в школу, обязателен утренний фильтр и дезинфекция рук, посещение столовых по графику для минимизации контактов, отдельные классы переведены на обучение во вторую смену. В окружном департаменте образования отметили, что все эти меры — временное явление, с нормализацией эпидситуации ученики вернутся к привычной жизни.

В ближайшие пять лет на Ямале запланировано строительство 25 школ на 14 340 мест. Создание в школах дополнительных мест позволит организовать обучение для большего количества детей в первую смену.

Пресс-служба губернатора ЯНАО.

▼Пресс-конференция. Руководители «Зелёной Арктики» рассказали о работе волонтёров

Что такое экология в действии

Татьяна ЛЬВОВА

Как написано на сайте greenarctic.ru, экология — это не только наука, но и «культура человека по отношению к природе». Она «определяет состояние биосферы, а вместе с ней и судьбу человечества». Недавно про заботу об окружающей среде, соблюдение экологического равновесия и свою работу в студии информационного агентства «Север-Пресс» рассказали председатель межрегиональной общественной экосоциологической организации «Зелёная Арктика» Евгений Рожковский и руководитель её проектов Георгий Андреев. Встреча проходила в формате пресс-конференции.

■ Евгений Рожковский и Георгий Андреев: «Мы работаем командой и только так можем добиться хороших результатов». ФОТО С САЙТА ИА «СЕВЕР-ПРЕСС»

— Кто такие волонтёры Арктики и чем они занимаются?

Евгений: «Волонтёры Арктики — это ребята, которые занимаются непосредственно очисткой арктических территорий. Это подготовленные на деле добровольцы, которые жаркому курортному отдыху предпочитают труд на Крайнем Севере. Наша основная цель и задача — формирование волонтёрских отрядов для участия в экологических экспедициях. Они необходимы для восстановления экологического баланса, чем мы и занимаемся с 2012 года. За 8 лет работы мы совершили 11 арктических экспедиций силами более 230 добровольцев из 11 стран мира. Организация «Зелёная Арктика» — забота о природе в действии. Это 2 300 тонн металлолома, собранного вручную, серия документальных фильмов, прекрасная книга и один маленький спасённый в 2013 году медведь, который сейчас живёт в зоопарке и прекрасно себя чувствует. Это два очищенных острова: Белый и Вилькицкого. С первого мы вывезли 1 600 тонн металлолома, а со второго закончим вывоз в 2021 году. Кроме того, в 2020 году мы очищали береговую линию Харасавэйского месторождения, благодаря чему популяция обитающих там моржей утроилась. Вообще, 2020 год для волонтёров Арктики был прорывным. Несмотря на эпидемиологическую обстановку, мы не отменили ни одной экспедиции, провели всё по правилам, единственный минус — к нам не смогли присоединиться международные добровольцы. В этом году мы съездили в село Сёяха Ямальского района, где впервые провели экосоциологическую экспедицию. А в начале 2020 запустили программу подготовки эковолонтёров. С её помощью у нас формируется актив общественной организации».

— Что значит «экосоциологическая» экспедиция?

Георгий: «Это значит, что мы перешли от наведения порядка на необитаемых территориях к уборке мест, где живут люди. В таких акциях могут участвовать и мужчины, и женщины, но нужна специальная подготовка. Первый практический опыт экосоциологических экспедиций мы получили в селе Сёяха, где хорошо себя проявила наша образовательная программа. Потому что, расчищая захламлённые населённые земли, мы уже не можем оставаться теми молчаливыми дворниками, какими были на островах. Для такой работы мы отбирали людей, которые овладели несколькими компетенциями, главной из которых была способность к коммуникациям. Во время экосоциологической экспедиции волонтёры налаживали неназидательный, ненасильственный открытый диалог. Они не учили никого жить, но с любовью и интересом к Северу занимались уборкой и делились своими знаниями. Этот навык понадобится им и в 2021 году в селе Салемале, куда нас уже позвали. К этой экспедиции мы готовимся уже сейчас».

— Как проходит подготовка?

Евгений: «С помощью образовательной программы, обязательной для всех, кто хочет войти в состав экспедиции «Зелёной Арктики». Это наш фильтр. В ней уже участвовали более 250 человек, но сертификаты об окончании обучения получили только 116 ребят из восьми стран: Беларуси, Казахстана, Кыргызстана, Армении, Болгарии, Польши, Израиля и России. Все они хотят приехать сюда и бескорыстно помочь. Потому что зарплата волонтёра — это впечатления и эмоции».

— На вашей карте ещё остались наиболее загрязнённые точки региона?

Евгений: «Такие места есть. Мы сотрудничаем с департаментом природно-ресурсного регулирования Ямало-Ненецкого автономного округа, который нам помогает в определении этих точек. Это несанкционированные свалки или захламлённые территории, оставшиеся со времён советского освоения Севера. Расчистить их — это не просто перетаскать мусор из точки А в точку Б, но и вывезти хлам. А значит, нужен комплексный подход».

Георгий: «Это не только наша задача. Такой работой занимается целый комплекс разных организаций. Например, мы как общественники проводим отбор и подготовку волонтёров. Российский центр освоения Арктики работает с логистикой, техникой, персональными рабочими. Научный центр изучения Арктики подготавливает научное обоснование для всех этих процессов и выбирает место, куда мы направимся. Кроме того, есть администрации регионов и районов со своей позицией по поводу мест, которые следует расчистить в первую очередь».

— Зачем в следующем году волонтёры вновь отправятся в село Сёяха?

Евгений: «В прошлый раз мы там очистили три гектара береговой линии, вывезли 144 кубометра различного мусора и собрали 65 тонн металла. Это была несанкционированная свалка. В 2021 году мы перейдём на другую территорию и будем работать там вместе с местными жителями. При этом мы их не учим и не заставляем, а создаём прецедент».

Георгий: «Вместе с нами в Сёяхе добровольно убирались несколько десятков местных жителей, была задействована сельская техника. А в нашем деле пять человек, которые пришли сами, ценнее, чем 50, которых заставили. И, кстати, такая работа там проводилась до нашего приезда».

Евгений: «Местные ребята до нас очистили часть этого берега, был организован общий сельский субботник. И нам в работе помогала администрация села, в том числе лично глава, за что всем большое спасибо. Вообще в посёлках такая работа проходит».

— Каковы ваши планы на 2021 год?

Евгений: «Мы полны планов на следующий сезон! В марте у нас стартует немного видоизменённая образовательная программа. Следующий этап работы пройдёт в экспедиционном формате. На острове Вилькицкого нужна наша помощь по складированию и погрузке металлолома, планируется совместная экспедиция в район Полярного Урала с нашими коллегами из научного центра, также две экосоциологических поездки в сёла Сёяха и Салемал. Кроме того, мы ведём переговоры по поводу расхламления одного брошенного посёлка. Пользуясь возможностью, благодарю правительство Ямало-Ненецкого автономного округа и топливно-энергетические компании за помощь и крепкое плечо, а также наших партнёров: Российский центр освоения Арктики, Научный центр изучения Арктики и всех ребят, которые с нами. Мы работаем командой и только так можем добиться хороших результатов. Я считаю, что в этом наша сила.

— Куда обращаться тем, кто хочет пройти обучение и участвовать в экспедициях «Зелёной Арктики»?

Георгий: «Как у любой другой организации, у нас есть аккаунты в социальных сетях «ВКонтакте» и «Инстаграм». Те, кто хочет с нами работать, легко нас найдут и установят контакт. Это самый первый фильтр для претендентов. Потому что наши волонтёры — это не бесплатная рабочая сила, а компетентные в своём деле люди. Они несут в себе внутренний и профессиональный заряд. Они — большая ценность».

■ ФОТО С САЙТА VERNADSKY.RU

▼13 января — День российской печати. Печатные СМИ вчера и сегодня — что изменилось

Журналисты бывшими не бывают

Лариса БАГУМЯН

Есть такая традиция: в профессиональные праздники рассказывать о ветеранах отрасли. Редакции газеты «Рабочий Надыма» тоже есть кем гордиться. Сегодня мы беседуем с заслуженным работником культуры РФ Ниной Затолочиной, руководившей нашим изданием с 1982 по 2000 год.

■ **Нина Затолочина: «Всех тех, кто сегодня занят выпуском газеты, поздравляю с профессиональным праздником!».** ФОТО ИЗ ЛИЧНОГО АРХИВА НИНЫ ЗАТОЛОЧИНОЙ

■ **Снимки, вошедшие в летопись Надыма, когда-то были сделаны журналистами в служебных командировках.** ФОТО С САЙТА T-I.RU

В течение восемнадцати лет она стояла у руля «РН», а когда переехала в Москву, тоже не осталась без дела. В столице работала заместителем редактора крупного журнала «Элита России», стала автором книг «Память сердца», «Звёзды Ямала», «Ромашки на снегу», «Вкус маранги» и других.

Свою жизненную позицию Нина Алексеевна объясняет просто: бывших журналистов не бывает. Мы разговариваем с ней накануне профессионального праздника российских газетчиков, позвонив специально, чтобы поздравить и поговорить о тех временах, когда она трудилась в Надыме. И первый вопрос, который хочется задать:

— Есть ли свои особенности у северной журналистики?

— Думаю, профессионализм не зависит от географии, — рассуждает собеседница. — Если уж ты овладеваешь какими-то знаниями и навыками, это остаётся с тобой всегда, куда бы ты ни поехал. Но на Севере, плюс ко всему, ещё требуются крепкое здоровье и хорошая выдержка, чтобы стойко, без депрессий переносить полярные ночи и годами жить в непростом климате.

Впрочем, Нина Алексеевна признаётся, что лично у неё времени на уныние и депрессии из-за зимнего недостатка солнечного света попросту не находилось. Было слишком много работы, важных, неотложных дел. Газетное производство — процесс сложный, непрерывный и очень динамичный. Кто был к нему причастен, тот хорошо это понимает. Планёрки, задания, поездки, сбор и написание материалов, редактирование, вёрстка, выпуск очередного номера, а потом всё снова и в том же темпе.

Все — и большие, и маленькие — новости спешили донести до своих земляков журналисты, причём не одного поколения районной газеты. Талантливые, интересные и главное — неравнодушные. Они словно «соль земли» были причастны ко всем событиям, которые происходили в те годы на стартовой площадке газовой отрасли страны — месторождении Медвежьем, знали сотни имен и судеб первопроходцев.

— Наиболее интенсивное развитие газовой промышленности и строительства пришлось именно на восьмидесятые годы, — вспоминает ветеран журналистики. — Производственные темпы тогда были просто сумасшедшие. Сейчас роль корреспондента в обществе несколько изменилась, и статус СМИ слегка сместился. Это связано с переходом к другому информационному формату. А в те годы мы плотно работали с предприятиями Надыма и района, постоянно обращались к трудовым коллективам и именно там искали героев для своих публикаций. Мы были в курсе всех производственных дел. Теперь наши СМИ более ориентированы социально или политически. И, к великому сожалению, общая тенденция такова, что человека рабочего, человека труда на страницах печатных изданий и в лентах информационных агентств можно увидеть редко. То же самое в новостных программах любых телеканалов. Вряд ли они вам расскажут о производственных делах. Там есть политика, экономика, социальная тема тоже, но, чтобы рассказывали о людях труда, редкий случай. Мы же тогда ставили во главу угла именно трудящегося человека, на котором, собственно, всё до сих пор и держится. Разумеется, сейчас материалы о производстве тоже есть, но такое впечатление, что журналист остановился где-то у порога, на проходной, а внутрь производственного предприятия он как будто и не вхож. Странно это.

— А какие детали работы ещё отличали прежние надымские СМИ?

— Что касается моей работы в Надыме, то сегодня с теплотой и особым ностальгическим чувством вспоминаются 70–80-е годы теперь уже прошлого столетия. На бурлящей событиями, некогда пустовавшей тундре, не было места застою, которым так любят характеризовать тот период. И совсем молодые, и уже достаточно опытные журналисты трудились в атмосфере высокого рабочего, жизненного настроя и всегда успешно справлялись. Участвовали во всероссийских конкурсах, завоёвывали награды, призы, премии. И, уж поверьте, наше слово отзывалось. К нашему слову не просто прислушивались, но по публикациям принимались вполне конкретные решения. Однажды в разговоре со мной первый секретарь горкома Евгений Фёдорович Козлов сказал простую и очень много значащую для нас журналистов вещь. Это врезалось в память и звучит так: «Одно дело, если мы какой-то случай на бюро рассмотрим. И совсем другое, если вся «деревня» узнает, когда вы напишете».

Нина Алексеевна с удовольствием вспоминает время, когда рядом с нею трудились другие её надымские коллеги.

— Не сочту пафосным, сказав, что в газете свою «горячую» строку навсегда отлили, а ведь тогда, действительно, строчки отливали из металла на линотипах, — отмечает журналист, — её первый редактор Василий Пономарёв, редактор Александр Аксёнов, ныне здравствующие ветераны Галина Перчик, Тамара Кадырова, Юрий Иванчук. Приумножали традиции работавшие в районке опытные журналисты Валерий Камитов, Олег Вахрушев, Вениамин Солодянников, Юрий Головинов. Школу «Рабочего Надыма» прошли Анатолий Стожаров, Анатолий Витковский. Постоянно печатались на страницах нашей газеты собкоры окружной, областных газет Валерий Миролевич, Татьяна Смагина, Евгений Михайлов, Фёдор Сизый, Александр Швирикас. Свои лучшие поэтические строчки здесь публиковали поэты Альфред Гольд, Анатолий Алексеев, ежемесячно выходила литературная страница со стихами молодых авторов, её формировала руководитель НЛО Людмила Ефремова. Смена творческого поколения в газете — это закономерный процесс. Уходили талантливые, приходили не менее одарённые профессионалы. В их числе заслуживает особой благодарности Геннадий Гришков, блестяще владевший словом, много и кропотливо работавший с начинающими свой путь в журналистике. Среди тех, кто многие годы оставался «за кадром», специалисты, без которых не может функционировать ни одно учреждение. Это Галина Ушанова, проработавшая двадцать лет бухгалтером, Татьяна Варлакова, Николай Портнов, Анжелика Васильева. Низкий поклон всем, кто выпускал вместе с нами газету: полиграфистам, дизайнерам высокого класса Надежде Смоленской, Алевтине Тарабриной, Любови Амелиной, Валентине Васильевой, Виктору Студилину и другим, с кем уже не довелось поработать. С огромным сожалением вспоминаю о тех, кого уже нет с нами. Светлая им память. А всех тех, кто сегодня занят этим важным и интересным делом — выпуском газеты, поздравляю с профессиональным праздником! Лёгкого вам пера и крепкого здоровья!

Стоит сказать, что творческие планы Нины Затолочиной не иссякли. Сейчас она работает над следующей книгой, и пандемия, которая заставляет жителей столицы оставаться дома, в чём-то даже способствует написанию каждой очередной главы. Профессиональное долголетие тоже отличительная черта журналистики, чему пример — наша коллега, ветеран Ямала Нина Затолочина.

▼ **Твои люди, Север!** Ученики третьей городской школы взяли интервью у известных артистов

Давайте сделаем Надым танцующим!

С 1 по 5 декабря в Надыме проходил районный слёт-фестиваль «Волонтёрское мастерство», посвящённый 90-летию со дня образования Ямало-Ненецкого автономного округа. Выполняя творческое задание «Ямал в лицах» мы, команда «Ритм» третьей городской школы, взяли интервью у семейной пары очень талантливых и известных в нашем городе танцоров и хореографов Игоря и Ирины Семёновых. Артисты рассказали нам о масштабных проектах, в которых приняли участие, и поделились своими планами на будущее.

■ **За короткое время «Вальс Победы» стал одним из самых красивых подарков городу в честь Дня Победы.** ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО АВТОРАМИ

— Как так получилось, что вы, Игорь, по образованию юрист, и вы, Ирина, по образованию учитель истории и педагог дошкольного образования, стали известными в городе и районе танцорами и хореографами? Что вас привело в эту профессию?

— Самое главное — заниматься любимым делом. Насмотревшись на парные танцы, мы вдохновились и решили попробовать. Парный танец — это произведение искусства, которое рождается из единства музыки, ритма и эмоций, которые ощущают партнёры. Мы рассказываем истории любви, которые рождаются в танце, и это просто потрясающе!

— Нам известно, что вы являетесь организаторами ежегодного «Вальса Победы» в нашем городе. Это очень зрелищное действо. Расскажите, пожалуйста, что вас вдохновило?

— В первую очередь, нас вдохновил сам праздник, его величие. Это память о героях, их жизни, их подвиге. В те страшные времена в моменты радости люди пели и танцевали, выражая своё счастье. И нам захотелось сделать что-то особенное, яркое, сказать им своеобразное «спасибо». Именно так родилась идея организовать масштабный танцевальный проект, который мы и осуществили. И первый «Вальс Победы» в нашем городе станцевали в 2015 году.

— Как готовились к «Вальсу Победы» тогда в 2015 году?

— Было одновременно легко и трудно. Легко, потому что идея организации находила моментальную поддержку у всех, к кому мы обращались. А трудно, потому что участниками «Вальса Победы» стали не профессиональные танцоры, а в большинстве своём школьники. И нам приходилось делать всё и даже чуть-чуть больше, чтобы они чувствовали себя в танце раскрепощёнными и свободными.

— Все желающие могут принимать участие в этой акции или есть какие-то возрастные ограничения?

— Вообще, это могут быть все желающие ученики старших классов общеобразовательных школ города. Мы надеемся, что с каждым годом участников «Вальса Победы» будет становиться всё больше и больше.

— В этом году вы были участниками большого севастопольского благотворительного офицерского бала «Победа», который состоялся 27 сентября 2020 года в честь 75-летия Победы в Великой Отечественной войне и 180-летия со дня рождения Чайковского. Расскажите, пожалуйста, об этом событии.

— Севастопольский бал — это огромный потрясающий проект, который развивается с каждым годом. Это единение военного и гражданского населения. Это удивительный праздник красоты, культуры, благородства, изящества и мастерства. Мы получили приглашение и сразу же начали подготовку к этому грандиозному событию. Это огромная честь для нас! Бал начался в самом сердце города-героя, а на другой берег мы отправились с морскими экипажами: прямо с корабля на бал! Мы просто попали в сказку: свечи, костюмы, оркестр, сотни взмывающих в небо воздушных шариков, красочный салют над акваторией и танцы, танцы, танцы, которые продолжались до рассвета! Венский вальс сменяет мазурка, фокстрот, танго, «Яблочко», русская кадриль, греческий сиртаки, неаполитанская тарантелла…

— Языком танца вы хотите что-то до нас зрителей донести. Что именно?

— В первую очередь мы хотим рассказать о своей любви к танцам. Жизнь быстротечна, и нам хочется познать все её нюансы, краски, оттенки… Ведь с помощью танца человек может познать мир с какой-то другой новой её стороны, не так, как он видит глазами или узнаёт из книг. Своими танцами мы хотим воспитывать личность в человеке, личность творческую, талантливую, уверенную в себе. Ну и стремимся, конечно же, как и все люди, к счастью…

— Думали ли вы когда-нибудь, что выбрали не тот путь?

— Были периоды в нашей жизни, когда каждый из нас уходил в другие сферы деятельности, развивался в других направлениях, но мы всегда возвращались к танцам. Танцевать с любимым человеком — это невероятно! Энергия танца, которой мы заряжаемся, соединяется и умножается, она не только не даёт нам погаснуть, но и с каждым годом разгорается всё ярче и ярче, можно сказать, полыхает. И это здорово!

— Какие у вас главные ценности в жизни?

— Доброта. Это, на наш взгляд, самое важное качество в человеке. Всегда что-либо делая, мы спрашиваем себя: а достаточно ли доброты мы вложили в тот или иной поступок? Ну и, конечно же, любовь и семья. Без них жизнь теряет свой смысл.

— Какой совет вы можете дать тем нашим читателям, которые тоже мечтают посвятить свою жизнь танцам?

— Мы хотим сказать, что ждём каждого из вас. Наши ученики — наши друзья, с каждым мы делимся своей любовью и опытом. Мы учим детей погружаться в танец, читать его, словно книгу. Это неописуемые ощущения! А совет такой: если вы любите танец, сделайте свою жизнь танцем! Не думайте о верных движениях, думайте о ритме, слушайте музыку душой! Ну или приходите к нам, и мы вам в этом обязательно поможем!

— Можете рассказать нам о своих планах на будущее?

— Мы стараемся активно развиваться с каждым днём. У нас масса идей, которые мы хотим воплотить в реальность в ближайшее время. Одной из них является устроить бал в Надыме и сделать его ежегодной традицией. Ещё одна — собрать всех хореографов города и вместе подумать над воплощением идеи развития единого танцевального движения в Надыме. Давайте сделаем город танцующим! Вместе мы сможем!

— Спасибо за интересный разговор. Мы желаем вам удачи и скорейшего воплощения всех ваших творческих задумок и идей!

Интервью подготовили
Камилла АМИРХАНОВА,
Екатерина МИХАЙЛЕНКО,
учащиеся школы № 3, участники школьного волонтёрского отряда «Ритм».

▼ **Посёлки.** Чем запомнился 2020 год жителям Надымского района

В Пангодах расписали фасады и обустроили дворы

Лариса БАГУМЯН

В Надымском районе подвели итоги прошедшего года и строят планы на начавшийся. Посёлок Пангоды — самый крупный в нашем муниципальном округе. Он всегда отличался хорошо развитой инфраструктурой и достойным социально-экономическим уровнем, который стабильно поддерживает градообразующее предприятие «Газпром добыча Надым», а также общество «Тюмень трансгаз Югорск». Мы попросили главу посёлка Игоря Яроша рассказать о том, каковы результаты 2020 года, который по известным причинам выдался для всех нас отнюдь не самым простым. Тем не менее, несмотря на режим повышенной готовности, многое удалось осуществить и посёлок продолжает двигаться вперёд.

■ Игорь Ярош: «На 2021 год у нас немало планов по благоустройству»

— На этот год в рамках проекта «Комфортная городская среда» у нас была запланирована реконструкция четырёх уже существующих и строительство ещё одного нового объекта на общую сумму 19 миллионов 452 тысячи рублей, — отмечает Игорь Михайлович. — Если говорить конкретнее, то в парке имени Ремизова в 2020 году провели озеленение и начали ремонт ограждения. В районе домов № 6 и 8 по улице Полярников, которые недавно сданы в эксплуатацию, осуществили обустройство территории — там построили новую площадку. И ещё на трёх объектах начали масштабную реконструкцию. На Звёздной, 14 привели в соответствие с современными стандартами баскетбольную площадку, где уложили резиновое покрытие, также установили необходимое ограждение. Ещё на двух объектах из-за пандемии у подрядчиков произошла некоторая задержка с полным производством работ, поэтому завершение цикла планируем уже на будущий год. Кроме того, по просьбе жителей посёлка в районе улицы Береговой, где расположены коттеджи, также возвели новую детскую площадку.

■ Пангоды — самый большой посёлок Надымского района — в последние годы активно преображается. ФОТО АВТОРА

Главная забота — поселковое хозяйство: улицы, дороги, дома, дворы и так далее. Всё это требует ухода. В течение строительного сезона в Пангодах удалось обустроить 26 придомовых территорий. Теперь в этих дворах установлены лавочки, урны, а на подъездах имеются светильники. Кстати сказать, и уличному освещению в посёлке уделено достаточно хозяйского внимания. По улицам Ленина, Звёздной и Иванникова все светильники заменены на светодиодные. Во дворе домов 20 и 22 по улице Звёздной запланировано строительство новой детской площадки, поле для мини-футбола, тренажёры. Там же будет организована и стоянка для автомобилей. Обустройство этого дворового пространства планируют провести за счёт средств округа. Проектная документация уже готова и в данное время находится на экспертизе. Работы должны начаться с приходом следующего строительного сезона. Кроме перечисленного, в планах на 2021 год обустройство двух километров поселковых дорог, которые не успели отремонтировать в прошлом году. Речь идёт об улицах Полярников, Набережной и о части проездов. Они давно нуждаются в ремонте и в строительном сезоне начавшегося года это должно обязательно свершиться. Также планируют пангодинцы продолжить работы по благоустройству в рамках проекта «Комфортная городская среда». В частности, глава считает важным установить в двух местах уличные тренажёры, о чём уже давно просят жители посёлка.

Те, кто впервые попадает в Пангоды, частенько с восторгом разглядывают фасады многоквартирных жилых домов, художественно расписанные цветными красками. К удовольствию жителей посёлка это сделали местные волонтёры-граффити, стремясь придать любимому месту, где порой по девять месяцев в году лежит белый снег, ярких красок, чтобы порадовать земляков. Где-то во всю стену раскинулся северный белый медведь, на другом здании можно увидеть собаку, на третьем — кота. Оригинальные изображения, безусловно, поднимают настроение людям, живущим в суровом северном климате, особенно когда приходит полярная ночь. Проект с участием талантливых молодых художников планируют продолжить. Кстати, в прошлом, 2020 году по проекту «Бюджетная инициатива граждан» («Уютный Ямал»), в рамках предложений посельчан в парке имени Ремизова была обустроена экспозиция «Ордена воинской славы России». Это сооружение, установленное в честь 75-й годовщины Победы в память о ратном подвиге нашего народа в годы Великой Отечественной, по задумке авторов должно способствовать патриотическому воспитанию молодёжи. За проект проголосовало большинство, и за счёт консолидированных средств его удалось реализовать. Инициативу оценили в округе, отдав пангодинцам первое место в региональном конкурсе и выделив грант в размере одного миллиона рублей.

— Эти средства мы планируем вложить в новые подобные проекты, которые также будут способствовать патриотическому воспитанию подрастающего поколения, — подчёркивает Игорь Ярош.

Идея уже есть и даже имеется чёткий план её реализации. В посёлке должно быть ещё одно место, где будут проходить различные мероприятия для юных патриотов. Вблизи одного из перекрёстков на пьедестале будет установлен настоящий танк, вокруг которого оборудуют специальную площадку. Там установят лавочки, высадят клумбы, сделают соответствующее освещение.

К Новому году Пангоды традиционно готовились загодя. Здания предприятий, учреждений и организаций украсили разноцветными гирляндами, рядом установили фигурки сказочных героев, Дедов Морозов и Снегурочек, нарядили ёлочки. Словом, сделали всё для праздничного настроения. Самая большая ёлка уже красуется на своём месте у ДК «Юбилейный», а рядом с ней, как и в прежние годы, радуют посельчан трёхметровые фигуры Деда Мороза, Снегурочки и снеговиков. Там же соорудили большую горку, а вторая подобная горка, что привлекает детей и взрослых, построена возле лыжной базы. Нынче из-за пандемии все массовые мероприятия отменили, но это не помешало в новогоднюю ночь поздравить пангодинцев праздничным салютом. И, конечно же, все детишки по традиции получают в эти дни свои сладкие подарки.

Первый канал

05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 03:00 Новости
09:40 Жить здорово! [16+]
10:50 Модный приговор [6+]
12:10 «Сегодня вечером» [16+]
15:00 Новости (субтитры)
15:15 Давай поженимся! [16+]
16:00, 03:40 Мужское / Женское [16+]
18:00 Вечерние новости (субтитры)
18:40, 00:25 На самом деле [16+]
19:40 Пусть говорят [16+]
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» [16+]
22:30 «Док-ток» [16+]
23:30 Д/с «Япония. Обратная сторона кимоно» [18+]
01:20, 03:05 Время покажет [16+]

Россия 1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека» [12+]
12:40, 18:40 «60 минут» [12+]
14:55 Т/с «Морозова» [12+]
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» [16+]
21:20 Т/с «Склифосовский» [12+]
00:40 Т/с «Рая знает» [12+]
02:25 Т/с «Путешествие к центру души» [12+]

ТНТ

07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 12:00, 20:00 Т/с «Саша-Таня» [16+]
10:00 Т/с «Ольга» [16+]
16:00 «Однажды в России. Спецдайджест» [16+]
21:00 Т/с «Гусар» [16+]
22:00 «Где логика?» [16+]
23:00 «Stand up» [16+]
00:00 «ХБ» [16+]
01:00 «Такое кино!» [16+]
01:30 «Импровизация» [16+]
02:25 «Comedy Woman» [16+]
03:20 «Comedy Баттл» [16+]
04:15 «Открытый микрофон. Дайджест» [16+]

Ямал-Регион

06:00 «Бодрое утро» [12+]
09:00, 15:20 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 Д/ф «Заповедники РФ» [12+]
10:00, 11:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:45, 19:30, 22:00 «Время Ямала» [16+]
10:10 Х/ф «Последний из Магикян» [12+]
11:10, 16:10 «Волонтёры» [12+]
► Нет более благородного дела, чем помощь ближнему! Но кто готов ради этого бросить всё и отправиться на край света на свой страх и риск? Это наши волонтёры, спасающие животных по всему миру! Они берутся за любую работу не ради карьеры или награды. Каждое спасённое от гибели животное — это и есть высшая награда для настоящего волонтёра. Наши добровольцы вовсе не супергерои, это простые люди со своими проблемами, радостями и печалями. Они не говорят заученных текстов в камеру — им просто не до этого. Каждый день, каждую минуту пребывания в волонтёрском лагере они отдают своим подопечным. Ежедневный труд, порой в тяжёлых условиях — нелёгкое испытание. Кто справится легко, а кому придётся пойти на попятную?
12:00 «Открытый мир: неожиданная Россия. Музей под открытым небом» [12+]
► Старинный городок Кострома, уютный и по-своему трогательный, восхищает гостей обилием интересных памятников и исторических уголков, где любознательному путешественнику открывается удивительный мир русской старины. Одно из таких мест — этнографический и ландшафтный музей-заповедник «Костромская слобода», что неподалеку от Ипатьевского монастыря. Любителям средневекового деревянного зодчества будет небезынтересно узнать, каким образом доставляли в слободу десятки строений вековой давности, как выглядели в прошлом, например, избы зажиточных крестьян.
12:30 «На высоте» [12+]
13:15, 17:15, 23:00 «Актуальное интервью» [16+]
13:30, 15:10 Х/ф «Вьюга» [12+]
17:30, 19:00 «Маршрут построен» [16+]
17:45, 19:15 «С полем!» [16+]
18:00, 22:15 «Ямал сегодня» [12+]
19:45 Новости [12+]
20:15 Т/с «Беспокойный участок» [16+]
23:15, 03:40 Т/с «Жгучая месть» [16+]
01:05 Д/ф «Плохие девчонки» [16+]
► Документальный цикл о самых отчаянных представительницах женского пола. Они могут украсть миллион, обвести вокруг пальца опытного следователя и избежать наказания за страшные преступления. Шпионки, воровки, авантюристки, серийные убийцы и жестокие соблазнительницы. Сонька Золотая Ручка, Софья Перовская, Фанни Каплан, Мария Тарновская и другие яркие и необыкновенные женщины. Авторитетные историки и криминалисты раскроют детали громких преступлений, их мотивы и поводы. Писатели и журналисты расскажут, кого злодейки любили и за что погубили. А известные актрисы объяснят, почему боятся играть преступниц.
01:55 «Королева красоты» [16+]
02:45 «Заповедники РФ» [12+]

СТС

06:00 «Ералаш» [0+]
06:10 М/с «Спирит. Дух свободы» [6+]
07:00 М/с «М/с «Том и Джерри» [0+]
07:15 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» [6+]
07:45 Х/ф «Копы в глубоком запасе» [16+]
09:55 М/ф «Смолфут» [12+]
11:45 Х/ф «Рождённый стать королём» [6+]
14:10 Х/ф «Фантастические твари: преступления Грин-де-Вальда» [12+]
16:55 Т/с «Родком» [12+]
19:00 Т/с «Миша портит всё» [16+]
19:45 Х/ф «Мумия» [16+]
21:50 Х/ф «Стукач» [12+]
00:05 «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком [18+]
01:05 Х/ф «Селфи» [16+]
03:05 Т/с «Улётный экипаж» [12+]
04:15 Сезоны любви [16+]

РЕН-ТВ

05:00, 04:30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко [16+]
06:00, 15:00 «Документальный проект» [16+]
07:00 «С бодрым утром!» [16+]
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 «Новости» [16+]
09:00 Засекреченные списки [16+]
11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым [16+]
12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112 [16+]
13:00 «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным [16+]
14:00 «Невероятно интересные истории» [16+]
17:00, 03:40 «Тайны Чапман» [16+]
18:00 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
20:00 Х/ф «Снегоуборщик» [16+]
22:15 «Водить по-русски» [16+]
23:30 «Неизвестная история» [16+]
00:30 Т/с «Падение ордена» [18+]
02:15 Х/ф «Аполлон-11» [16+]

НТВ

04:40 Т/с «Пасечник» [16+]
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» [16+]
13:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» [16+]
22:50 Секрет на миллион. Самые громкие секреты [16+]
23:50 Д/ф «Живая легенда. Раймонд Паулс» [12+]
00:45 Т/с «Агентство скрытых камер» [16+]
01:20 Т/с «Перевозчик» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
07:30 Орёл и решка. Чудеса света [16+]
09:00 Орёл и решка. Ивлеева vs Бедняков [16+]
10:00 Т/с «Планета Земля» [16+]
11:00 Мир наизнанку. Китай [16+]
16:30, 20:00 Битва шефов [16+]
18:30 Племя [16+]
22:00 Т/с «Шерлок» [16+]
00:00 Т/с «Фантом» [16+]
02:00 Орёл и решка. Рай и ад [16+]

Звезда

06:00 «Сегодня утром» [12+]
08:00, 21:15 Новости дня
08:55, 12:05, 16:05 Т/с «Гаишники» [16+]
12:00, 16:00 Военные новости
18:10 Д/с «Хроника Победы» [12+]
18:30 «Специальный репортаж» [12+]
18:50 Д/с «История военной разведки» [12+]
19:40 «Скрытые угрозы» [12+]
20:25 Д/с «Загадки века» с Сергеем Медведевым [12+]
21:25 «Открытый эфир» [12+]
23:05 «Между тем» [12+]
23:40 Х/ф «Побег» [16+]
01:50 Х/ф «Нежный возраст» [6+]
03:10 Х/ф «Поп» [16+]
04:40 Д/с «Военные врачи» [12+]

Матч-ТВ

08:00, 10:55, 14:00, 15:45, 17:20, 19:20, 20:50, 23:55 Новости
08:05, 14:05, 17:25, 00:05, 02:45 Все на Матч!
11:00 «Дакар-2021» [0+]
11:30 Профессиональный бокс. Дж. Дэвис — Л. Санта Крус. Бой за титул чемпиона мира по версии WBA. Трансляция из США [16+]
12:30 «Тот самый бой. Денис Лебедев» [12+]
13:00 Зимние виды спорта. Обзор [0+]
14:45 Смешанные единоборства. Д. Омельянчук — Т. Джонсон. Р. Харатык — Н. Дипчиков. ACA. Трансляция из Польши [16+]
15:50 Профессиональный бокс. Лига Ставок Кубок Матч! Боец. Итоги [16+]
18:10, 19:25 Х/ф «Левша» [16+]
20:55 Все на хоккей!
21:25 Хоккей. «Спартак»
00:40 Футбол. «Селтик»
03:30 Профессиональный бокс. Д. Лебедев — Г. Джонс. Трансляция из Москвы [16+]
04:30 Д/ф «Светлана Ромашина. На волне мечты» [12+]

ТВЦ

06:00 «Настроение»
08:10, 14:50, 00:35, 02:55 Петровка, 38 [16+]
08:20 Х/ф «Тайна двух океанов» [12+]
11:30, 14:30, 17:50, 22:00, 00:00 События
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» [12+]
13:40 «Мой герой» [12+]
15:00 Т/с «Чисто московские убийства» [12+]
16:50 Хроники московского быта [12+]
18:10 Х/ф «Убийство на троих» [12+]
22:35 Специальный репортаж [16+]
23:05, 01:35 «Знак качества» [16+]
00:55 Д/ф «На экран — через постель» [16+]
02:15 Д/с «Актёрские судьбы» [12+]
04:40 Д/ф «Ну и ню! Эротика по-советски» [12+]

Домашний

06:30 По делам несовершеннолетних [16+]
08:00 Давай разведёмся! [16+]
09:05, 04:10 Тест на отцовство [16+]
11:15, 03:20 Д/с «Реальная мистика» [16+]
12:25, 02:30 Д/с «Понять. Простить» [16+]
13:30, 01:30 Д/с «Порча» [16+]
14:00, 02:00 Д/с «Знахарка» [16+]
14:35 Х/ф «Верь мне» [16+]
19:00 Х/ф «Мираж» [16+]
23:30 Т/с «Подкидыши» [16+]

Пятый канал

07:00, 11:00, 15:00, 19:30 «Известия»
07:25 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
10:30, 11:25, 15:25 Т/с «Куба. Личное дело» [16+]
19:45 Т/с «Такая работа» [16+]
21:20, 02:30 Т/с «След» [16+]
01:10 Т/с «Великолепная пятёрка — 3» [16+]
02:00 «Известия. Итоговый выпуск»
03:15 Т/с «Детективы» [16+]

Культура

06:30, 07:00, 10:00, 15:00, 19:30, 23:40 Новости культуры
06:35 «Пешком...»
07:05, 20:05 «Правила жизни»
07:30, 18:35, 00:00 Д/с «Таинственные города Майя»
08:25 Х/ф «За спичками»
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 00:50 XX век
12:15 Д/с «Репортажи из будущего»
13:00, 22:10 Т/с «Джонатан Стрендж и мистер Норрелл»
15:05 Новости. Подробно
15:20 Д/ф «Наука Шерлока Холмса»
15:50 Д/ф «Кастуся и Виталий»
17:30, 01:55 Дирижёры мира. Зубин Мета и израильский филармонический оркестр
19:45 Главная роль
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:45 Д/ф «Модная старость. Возраст в голове»
21:25 «Сати. Нескучная классика...»
23:10 Д/с «Дом архитектора»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 08:00, 09:00 «Дайте слово» [12+]
06:25, 07:25, 08:25, 09:25 «Утро на Вестнике» [12+]
10:25 М/ф «Тайный мир Анны» [12+]
11:35 Телеверсия новогодней сказки «Спасти Деда Мороза» [12+]
12:30 Х/ф «Рыжик в зазеркалье» [6+]
14:35 Х/ф «Бальное платье» [12+]
16:00, 03:40 Д/ф «Наше кино. История большой любви» [16+]
17:00 Спектакль «Новогодние проделки» [6+]
18:00 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [16+]
19:00, 21:00, 00:00 Новости [12+]
19:25, 21:25, 23:25, 00:25 «Авторский блок» [12+]
19:40, 21:40, 23:40 Собеседник [12+]
20:00 Т/с «Принц Сибири» [12+]
22:00, 04:30 Х/ф «В профиль и анфас» [12+]
00:40 Х/ф «Казино» [16+]

Первый канал

05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 03:00 Новости
09:40 Жить здорово! [16+]
10:50 Модный приговор [6+]
12:10, 01:20, 03:05 Время покажет [16+]
15:00 Новости (субтитры)
15:15 Давай поженимся! [16+]
16:00, 03:40 Мужское / Женское [16+]
18:00 Вечерние новости (субтитры)
18:40, 00:25 На самом деле [16+]
19:40 Пусть говорят [16+]
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» [16+]
22:30 «Док-ток» [16+]
23:30 Д/с «Япония. Обратная сторона кимоно» [18+]

Россия 1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека» [12+]
12:40, 18:40 «60 минут» [12+]
14:55 Т/с «Морозова» [12+]
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» [16+]
21:20 Т/с «Склифосовский» [12+]
00:40 Т/с «Рая знает» [12+]
02:25 Т/с «Путешествие к центру души» [12+]

ТНТ

05:05, 03:45 «Открытый микрофон» [16+]
06:00 «ТНТ. Best» [16+]
07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 12:00, 20:00 Т/с «Саша-Таня» [16+]
10:00 Т/с «Ольга» [16+]
16:00 «Однажды в России. Спецдайджест» [16+]
21:00 Т/с «Гусар» [16+]
22:00, 01:00 «Импровизация» [16+]
23:00 «Женский стендап» [16+]
00:00 «ХБ» [16+]
02:00 «Comedy Woman» [16+]
02:55 «Comedy Баттл» [16+]

Ямал-Регион

05:30 «Открытый мир: неожиданная Россия. Музей под открытым небом» [12+]
06:00 «Бодрое утро» [12+]
09:00, 15:20 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 Д/ф «Заповедники РФ» [12+]
10:00, 11:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:45, 19:30, 22:00 «Время Ямала» [16+]
10:10 Х/ф «Последний из Магикян» [12+]
11:10, 16:10 «Сесиль в стране чудес» [16+]
► Француженку Сесиль Плеже многое связывает с Россией: от места рождения до нежной сердечной привязанности. Поэтому проект «Сесиль в стране чудес» — это занимательный сериал о загадочной русской душе. Сесиль путешествует по самым разным регионам нашей большой страны и в юмористической форме развенчивает сложившиеся в мире стереотипы и мифы о России.
12:00 «Северный колорит» [16+]
12:30 «С полем!» [16+]
12:45 «Маршрут построен» [16+]
13:15, 17:15 «Специальный репортаж» [16+]
13:30, 15:10, 20:15 Т/с «Беспокойный участок» [16+]
17:30, 19:00 «#НАЗДОРОВЬЕ» [16+]
17:45, 19:15 «Ясавэй. Кочевник XXI века» [16+]
18:00, 22:15 «Ямал сегодня» [12+]
19:45 Новости [12+]
23:00 «Актуальное интервью» [16+]
23:15, 03:40 Т/с «Жгучая месть» [16+]
01:05 «Плохие девчонки» [16+]
01:55 «Королева красоты» [16+]
02:45 «Заповедники РФ» [12+]

СТС

05:05, 04:55 «6 кадров» [16+]
05:25 М/ф «Чуня» [0+]
05:35 М/ф «Хитрая ворона» [0+]
05:40 М/ф «Сказка про лень» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы» [6+]
07:00 М/с «М/с «Том и Джерри» [0+]
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» [6+]
08:00, 19:00 Т/с «Миша портит всё» [16+]
09:00 Т/с «Психологини» [16+]
10:00 Уральские пельмени [16+]
10:05 Х/ф «Девять ярдов» [16+]
12:05 Т/с «Т/с «Ивановы-Ивановы» [16+]
15:55 Т/с «Родком» [12+]
20:00 Х/ф «Мумия» [0+]
► На бескрайних просторах египетской пустыни компания сорвиголов разных национальностей рыщет в поисках несметных сокровищ фараона, над которыми тяготеет жуткое древнее проклятие. Рядом с кладом покоится мумия коварного жреца, жестоко казнённого за ужасное убийство могущественного правителя Египта. Золотоискатели потревожили многовековой покой гробницы, и мумия встаёт из могилы, чтобы погрузить мир в царство кошмара.
22:30 Х/ф «Забирая жизни» [16+]
00:30 Русские не смеются [16+]
01:30 Х/ф «Дом» [18+]
02:55 Т/с «Улётный экипаж» [12+]
04:05 Сезоны любви [16+]

РЕН-ТВ

05:00, 04:35 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко [16+]
06:00 «Документальный проект» [16+]
07:00 «С бодрым утром!» [16+]
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 «Новости» [16+]
09:00, 15:00 Засекреченные списки [16+]
► Что скрывают политики и звёзды, оружейные короли и медиамагнаты? Как секты, преступные кланы и кибершпионы делят власть над людьми и целыми странами? Кто победит в решающей схватке за будущее планеты и как дорого эта победа обойдётся вам?
11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым [16+]
12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112 [16+]
13:00, 23:30 «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным [16+]
14:00 «Невероятно интересные истории» [16+]
17:00, 03:00 «Тайны Чапман» [16+]
18:00, 02:15 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
20:00 Х/ф «Геракл» [16+]
► Более тысячи лет назад измученная душа скиталась по земле. Полубог, получеловек Геракл, могучий сын царя богов Зевса, совершив все 12 подвигов, потерял семью и теперь находит утешение только в кровавых битвах.
21:55 «Водить по-русски» [16+]
00:30 Т/с «Падение ордена» [18+]

НТВ

04:40 Т/с «Пасечник» [16+]
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» [16+]
13:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» [16+]
22:50 Секрет на миллион. Самые громкие секреты [16+]
23:40 Концерт
02:20 Т/с «Перевозчик» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
07:30 Орёл и решка. Чудеса света [16+]
09:00 Орёл и решка. Ивлеева vs Бедняков [16+]
10:00 Чёрный список [16+]
16:30, 20:00 Битва шефов [16+]
18:30 Племя [16+]
22:00 Т/с «Шерлок» [16+]
► Происходят необъяснимые убийства. Скотланд-Ярд без понятия, за что хвататься. Существует лишь один человек, который в силах разрешить проблемы и найти ответы на сложные вопросы.
00:00 Т/с «Фантом» [16+]
02:00 Орёл и решка. Рай и ад [16+]

Звезда

06:00 «Сегодня утром» [12+]
08:00, 21:15 Новости дня
08:55, 12:05, 16:05 Т/с «Гаишники» [16+]
12:00, 16:00 Военные новости
18:10 Д/с «Хроника Победы» [12+]
18:30 «Специальный репортаж» [12+]
18:50 Д/с «История военной разведки» [12+]
19:40 «Легенды армии» [12+]
20:25 Д/с «Улика из прошлого» [16+]
21:25 «Открытый эфир» [12+]
23:05 «Между тем» [12+]
23:40 Х/ф «Преферанс по пятницам» [12+]
01:20 Т/с «Кадеты» [12+]
04:55 Д/ф «Не дождётесь!» [12+]

Матч-ТВ

05:30 Волейбол. «Зенит» [0+]
07:30 «Моя история» [12+]
08:00, 10:55, 14:00, 15:45, 17:20, 20:50, 23:55 Новости
08:05, 14:05, 17:25, 20:55, 00:05, 02:45 Все на Матч!
11:00 «Дакар-2021» [0+]
11:30 Профессиональный бокс. А. Гатти — К. Балдомир. Трансляция из США [16+]
13:00 «Тот самый бой. Александр Поветкин» [12+]
13:30 Футбол. Кубок Англии. Обзор [0+]
14:45 Смешанные единоборства. Т. Наито — Д. Хаггерти. Н. Хольцкен — Э. Комптон. One FC. Трансляция из Сингапура [16+]
15:50 Футбол. Чемпионат Германии. Обзор тура [0+]
16:20 «МатчБол»
16:50 Футбол. Чемпионат Франции. Обзор тура [0+]
18:25 Хоккей. «Барыс»
21:40 Баскетбол. «Химки»
00:40 Футбол. «Байер»
03:25 Футбол. «Атлетико» [0+]

ТВЦ

05:20, 13:40 «Мой герой» [12+]
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» [16+]
08:40 Х/ф «Инспектор уголовного розыска» [0+]
10:40, 04:40 Д/ф «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» [12+]
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» [12+]
► Эркюль мало чем отличается от простых английских граждан. По национальности он бельгиец, очень маленького роста, трепетно относящийся к своей внешности. Страсть к порядку, чистоте и пунктуальности порой приобретает у него почти комические черты. Кроме того, Пуаро отнюдь не страдает скромностью, периодически заявляя при посторонних, что он величайший человек в мире. Каждое расследование он старается закончить пафосным финалом с театральным эффектом драматизма. Трезвый аналитический ум не позволяет Пуаро безумно влюбиться, поэтому на женщин он практически не обращает внимания. Рядом с сыщиком всегда верные друзья капитан Гастингс и инспектор Джепп. Каждая детективная история сериала не похожа на предыдущую, и в каждой после множества сложных поворотов наступает неожиданная развязка.
14:50 Город новостей
15:05 Т/с «Чисто московские убийства» [12+]
16:55 Хроники московского быта [12+]
18:15 Х/ф «Марафон для трёх граций» [12+]
22:35 «Осторожно, мошенники!» [16+]
23:05, 01:35 Д/ф «Евгений Мартынов. Смертельная слава» [16+]
00:00 События. 25-й час
00:35, 02:55 Петровка, 38 [16+]
00:55 «Прощание» [16+]
02:15 Д/ф «Большие деньги советского кино» [12+]

Домашний

05:50 Домашняя кухня [16+]
06:15 «6 кадров» [16+]
06:35 По делам несовершеннолетних [16+]
07:35 Давай разведёмся! [16+]
08:45, 03:55 Тест на отцовство [16+]
10:55, 03:05 Д/с «Реальная мистика» [16+]
12:00, 02:15 Д/с «Понять. Простить» [16+]
13:05, 01:15 Д/с «Порча» [16+]
13:35, 01:45 Д/с «Знахарка» [16+]
14:10 Х/ф «Поделись счастьем своим» [16+]
19:00 Х/ф «Живая вода» [16+]
23:05 Т/с «Подкидыши» [16+]

Пятый канал

05:20, 07:00, 11:00, 15:00, 19:30 «Известия»
05:30, 03:15 Т/с «Детективы» [16+]
07:25 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
10:30, 11:25 Х/ф «Последний шанс» [16+]
12:55, 15:25 Т/с «Куба. Личное дело» [16+]
19:45 Т/с «Такая работа» [16+]
21:20, 02:30 Т/с «След» [16+]
01:10 Т/с «Великолепная пятёрка — 3» [16+]
02:00 «Известия. Итоговый выпуск»

Культура

06:30, 07:00, 10:00, 15:00, 19:30, 23:40 Новости культуры
06:35 «Пешком...»
07:05, 20:05 «Правила жизни»
07:30, 18:35, 00:00 Д/с «Таинственные города Майя»
08:25 Д/с «Первые в мире»
08:40, 16:30 Х/ф «Каникулы Кроша»
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 00:50 XX век
12:35 Д/с «Репортажи из будущего»
13:15, 22:10 Т/с «Джонатан Стрендж и мистер Норрелл»
14:20 Д/ф «Знак вечности»
15:05 Новости. Подробно
15:20 Д/ф «Наука Шерлока Холмса»
15:50 «Сати. Нескучная классика...»
17:45 Дирижёры мира. Валерий Гергиев и фестивальный оркестр Вербье
19:45 Главная роль
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:45 Искусственный отбор
21:25 «Белая студия»
23:10 Д/с «Дом архитектора»
02:15 Д/ф «Георгий Семёнов. Знак вечности»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 12:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 00:00, 03:00 Новости [12+]
06:25, 07:25, 08:25, 09:25 «Утро на Вестнике» [12+]
10:25, 12:25, 13:25, 15:25, 17:25 «Авторский блок» [12+]
10:40, 12:40, 13:40, 15:40, 17:40, 19:25, 21:25, 00:25, 03:25 Собеседник [12+]
11:00, 18:00 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [16+]
14:00, 20:00 Т/с «Принц Сибири» [12+]
16:10, 02:20 Д/ф «Видеть невидимое. Поступь грядущего» [16+]
22:00, 04:00 Х/ф «Полное дыхание» [16+]
01:00 Х/ф «В профиль и анфас» [12+]

Первый канал

05:00, 09:15 «Доброе утро» [16+]
09:00, 12:00, 03:00 Новости
09:40 Жить здорово! [16+]
10:50 Модный приговор [6+]
12:10, 01:20, 03:05 Время покажет [16+]
15:00 Новости (субтитры)
15:15 Давай поженимся! [16+]
16:00, 03:40 Мужское / Женское [16+]
18:00 Вечерние новости (субтитры)
18:40, 00:25 На самом деле [16+]
19:40 Пусть говорят [16+]
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» [16+]
22:30 «Док-ток» [16+]
23:30 Д/с «Япония. Обратная сторона кимоно» [18+]

Россия 1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека» [12+]
12:40, 18:40 «60 минут» [12+]
14:55 Т/с «Морозова» [12+]
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» [16+]
21:20 Т/с «Склифосовский» [12+]
00:40 Т/с «Рая знает» [12+]
02:25 Т/с «Путешествие к центру души» [12+]

ТНТ

05:30 «ТНТ. Best» [16+]
07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 12:00, 20:00 Т/с «Саша-Таня» [16+]
10:00 Т/с «Ольга» [16+]
16:00 «Однажды в России. Спецдайджест» [16+]
21:00 Т/с «Гусар» [16+]
22:00 «Двое на миллион» [16+]
23:00 «Stand up» [16+]
00:00 «ХБ» [16+]
01:00 «Импровизация» [16+]
02:00 «Comedy Woman» [16+]
02:55 «Comedy Баттл» [16+]
03:45 «Открытый микрофон» [16+]

Ямал-Регион

05:30 «Ялэмдад нумгы» [16+]
06:00 «Бодрое утро» [12+]
09:00, 15:20 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 Д/ф «Заповедники РФ» [12+]
► Что сегодня представляют собой заповедники, зачем они необходимы и кто заботится об их сохранности. Перед создателями фильмов стоит сразу несколько задач: показать зрителю многообразие флоры и фауны в разных частях и в разных климатических поясах огромной страны; рассказать о людях, которые трудятся в заповедниках, об их научной и просветительской работе; поднять тему защиты природы и браконьерства; наконец, затронуть национальные и этнические особенности, с тем, чтобы дать зрителям почувствовать колорит этих удивительных мест.
10:00, 11:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:45, 19:30, 22:00 «Время Ямала» [16+]
10:10 Х/ф «Последний из Магикян» [12+]
11:10, 16:10 «Сесиль в стране чудес» [16+]
12:00 «Изьватас олэм» [16+]
12:30 «Ясавэй. Кочевник XXI века» [16+]
12:45 «#НАЗДОРОВЬЕ» [16+]
13:15, 17:15, 23:00 «Актуальное интервью» [16+]
13:30, 15:10, 20:15 Т/с «Беспокойный участок» [16+]
17:30, 19:00 «Время спорта» [16+]
17:45, 19:15 «Северный колорит» [16+]
18:00, 22:15 «Ямал сегодня» [12+]
19:45 Новости [12+]
23:15, 03:45 Т/с «Жгучая месть» [16+]
01:05 «Плохие девчонки» [16+]
01:55 «Свадебный размер» [16+]
► Герои программы — семейные пары, которые за время брака утратили былую страсть, зато совместно нажили десятки лишних килограммов. Вернуть искру в отношения супругам помогут популярная певица Анита Цой, а также известный фитнес-тренер Эдуард Каневский и врач-диетолог, кандидат медицинских наук Ксения Селезнёва. Ведущая шоу Анита Цой, как никто другой, понимает, насколько непростой путь пройдут герои шоу. Когда-то Анита сама весила больше 100 кг, но ради любимого мужа и творчества сумела снова стать стройной. Эксперты «Свадебного размера» — одни из лучших специалистов своего дела. Ксения Селезнёва — врач-диетолог НИИ питания РАМН. Регулярно участвует в ТВ-программах в качестве консультанта по вопросам здорового питания, лечения ожирения и нарушения обмена веществ. Эдуард Каневский — ведущий фитнес-тренер России, член ассоциации профессионального фитнеса FPA, фитнес-консультант на радио и ТВ. Ксения и Эдуард помогут героям прийти в форму, дадут телезрителям полезные советы по диетам и физическим упражнениям, а также развеют самые популярные мифы о похудении.
02:45 «Заповедники РФ» [12+]

СТС

05:15 М/ф «Сказка сказывается» [0+]
05:35 М/ф «Ох и Ах» [0+]
05:40 М/ф «Ох и Ах идут в поход» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы» [6+]
07:00 М/с «М/с «Том и Джерри» [0+]
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» [6+]
08:00, 19:00 Т/с «Миша портит всё» [16+]
09:00 Т/с «Психологини» [16+]
10:00 Х/ф «Напряги извилины» [16+]
12:05 Т/с «Т/с «Ивановы-Ивановы» [16+]
16:55 Т/с «Родком» [12+]
20:00 Х/ф «Мумия возвращается» [12+]
22:35 Х/ф «Ёлки» [12+]
00:20 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
03:05 Х/ф «Тайна четырёх принцесс» [0+]
04:30 Т/с «Улётный экипаж» [12+]

РЕН-ТВ

05:00 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко [16+]
06:00, 04:35 «Документальный проект» [16+]
07:00 «С бодрым утром!» [16+]
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 «Новости» [16+]
09:00 Засекреченные списки [16+]
11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым [16+]
12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112 [16+]
13:00, 23:30 «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным [16+]
14:00 «Невероятно интересные истории» [16+]
15:00 «Неизвестная история» [16+]
17:00, 03:00 «Тайны Чапман» [16+]
18:00, 02:10 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
20:00 Х/ф «S.W.A.T.: спецназ города ангелов» [16+]
22:15 «Смотреть всем!» [16+]
00:30 Т/с «Падение ордена» [18+]

НТВ

05:20 Т/с «Пасечник» [16+]
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» [16+]
13:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» [16+]
22:50 Новогодний квартирник НТВ у Маргулиса [16+]
01:25 Т/с «Перевозчик» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
07:30 Орёл и решка. Чудеса света [16+]
09:00 Орёл и решка. Ивлеева vs Бедняков [16+]
10:00 На ножах [16+]
16:30, 19:30 Битва шефов [16+]
18:30 Племя [16+]
21:30 Т/с «Шерлок» [16+]
23:30 Т/с «Фантом» [16+]
01:30 Орёл и решка. Рай и ад [16+]

Звезда

05:35 Д/с «Сделано в СССР» [6+]
06:00 «Сегодня утром» [12+]
08:00, 21:15 Новости дня
08:15 Д/с «Оружие Победы» [6+]
09:00, 12:05, 16:05 Т/с «Гаишники. Продолжение» [16+]
12:00, 16:00 Военные новости
18:10 Д/с «Хроника Победы» [12+]
18:30 «Специальный репортаж» [12+]
18:50 Д/с «История военной разведки» [12+]
19:40 «Последний день» [12+]
20:25 Д/с «Секретные материалы» [12+]
21:25 «Открытый эфир» [12+]
23:05 «Между тем» [12+]
23:40 Х/ф «Карьера Димы Горина» [0+]
01:30 Х/ф «Новый год в ноябре» [0+]
04:10 Х/ф «Дом, в котором я живу» [6+]

Матч-ТВ

05:25 Футбол. «Палмейрас»
07:30 «Моя история» [12+]
08:00, 10:55, 14:00, 15:45, 17:20, 20:20, 23:55 Новости
08:05, 14:05, 17:25, 20:25, 00:05, 02:55 Все на Матч!
11:00 «Дакар-2021» [0+]
11:30 Профессиональный бокс. П. Уильямс — С. Мартинес. Трансляция из США [16+]
13:00 «Тот самый бой. Руслан Проводников» [12+]
13:30 Футбол. Чемпионат Испании. Обзор тура [0+]
14:45 Смешанные единоборства. Аунг Ла Нсанг против Виталия Бигдаша. One FC [16+]
15:15 Смешанные единоборства. М. Нгуен — Э. Фолаянг. One FC [16+]
15:50 Футбол. Чемпионат Италии. Обзор тура [0+]
16:20 Зимние виды спорта. Обзор [0+]
18:10 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Мужчины. Прямая трансляция из Германии
21:40 Баскетбол. ЦСКА (Россия) — «Жальгирис»
00:55 Футбол. «Реал Сосьедад»
03:10 Футбол. «Сантос»

ТВЦ

05:20, 13:40 «Мой герой» [12+]
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» [16+]
08:50 Х/ф «Мы из джаза» [12+]
10:35, 04:40 Д/ф «Сергей Никоненко. О, счастливчик!» [12+]
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» [12+]
14:50 Город новостей
15:05 Т/с «Чисто московские убийства» [12+]
16:55 Хроники московского быта [12+]
18:15 Х/ф «Погоня за тремя зайцами» [12+]
22:35 Линия защиты [16+]
23:05, 01:35 Д/ф «90-е. Залётные «звёзды» [16+]
00:00 События. 25-й час
00:35, 02:55 Петровка, 38 [16+]
00:55 Д/ф «Людмила Гурченко. Брачный марафон» [16+]
02:15 Д/ф «Последняя передача. Трагедии звёзд голубого экрана» [12+]

Домашний

05:35, 06:30 По делам несовершеннолетних [16+]
06:25 «6 кадров» [16+]
08:00 Давай разведёмся! [16+]
09:05, 04:05 Тест на отцовство [16+]
11:15, 03:10 Д/с «Реальная мистика» [16+]
12:25, 02:20 Д/с «Понять. Простить» [16+]
13:30, 01:20 Д/с «Порча» [16+]
14:00, 01:50 Д/с «Знахарка» [16+]
14:35 Х/ф «Мираж» [16+]
19:00 Х/ф «Кровь ангела» [16+]
23:15 Т/с «Подкидыши» [16+]

Пятый канал

05:20, 07:00, 11:00, 15:00, 19:30 «Известия»
05:30, 03:15 Т/с «Детективы» [16+]
07:35, 11:25, 15:25 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
15:40 Т/с «Легавый» [16+]
19:45 Т/с «Такая работа» [16+]
21:20, 02:30 Т/с «След» [16+]
01:10 Т/с «Великолепная пятёрка — 3» [16+]
02:00 «Известия. Итоговый выпуск»

Культура

06:30, 07:00, 10:00, 15:00, 19:30, 23:40 Новости культуры
06:35 «Пешком...»
07:05 «Правила жизни»
07:30, 18:30 Д/с «Таинственные города Майя»
08:25 Легенды мирового кино
08:55, 16:30 Х/ф «Каникулы Кроша»
10:15 «Наблюдатель»
11:10 XX век
12:10 Цвет времени
12:20 Д/ф «Русский бал»
13:15, 22:10 Т/с «Джонатан Стрендж и мистер Норрелл»
14:20 «Острова»
15:05 Новости. Подробно
15:20 Д/ф «Наука Шерлока Холмса»
15:50 «Белая студия»
17:35 Дирижёры мира. Сэр Джон Элиот Гардинер, Хор Монтеверди и английские барочные солисты
19:45 Главная роль
20:05 Х/ф «Железная дорога»
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:45 Абсолютный слух
21:25 Власть факта
23:10 Д/с «Дом архитектора»
00:00 Новогодний концерт венского филармонического оркестра — 2021. Дирижёр Риккардо Мути
02:30 Д/ф «Роман в камне»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 12:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 00:00, 03:00 Новости [12+]
06:25, 07:25, 08:25, 09:25 «Утро на Вестнике» [12+]
10:25, 12:25, 13:25, 15:25, 17:25 Собеседник [12+]
11:00, 18:00 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [16+]
14:00, 20:10 Т/с «Принц Сибири» [12+]
16:00 Д/ф «Прокуроры-5. Без срока давности. Эшелоны смерти» [16+]
19:25, 21:25, 00:25, 03:25 «Дайте слово» [12+]
19:35, 21:40, 00:35, 03:40 «Новогодний квартирник» [12+]
22:15, 04:25 Х/ф «Дневник карьеристки» [16+]
01:10 Х/ф «Полное дыхание» [16+]

Первый канал

05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00, 03:00 Новости
09:40 Жить здорово! [16+]
10:50 Модный приговор [6+]
12:10, 01:20, 03:05 Время покажет [16+]
15:00 Новости (субтитры)
15:15 Давай поженимся! [16+]
16:00, 03:40 Мужское / Женское [16+]
18:00 Вечерние новости (субтитры)
18:40, 00:25 На самом деле [16+]
19:40 Пусть говорят [16+]
21:00 Время
21:30 Т/с «Солнечный круг» [16+]
22:30 «Док-ток» [16+]
23:30 Д/с «Япония. Обратная сторона кимоно» [18+]

Россия 1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека» [12+]
12:40, 18:40 «60 минут» [12+]
14:55 Т/с «Морозова» [12+]
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» [16+]
21:20 Т/с «Склифосовский» [12+]
00:40 Т/с «Рая знает» [12+]
02:25 Т/с «Путешествие к центру души» [12+]

ТНТ

05:30 «ТНТ. Best» [16+]
07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 12:00, 20:00 Т/с «Саша-Таня» [16+]
10:00 Т/с «Ольга» [16+]
16:00 «Однажды в России. Спецдайджест» [16+]
21:00 Т/с «Гусар» [16+]
22:00 «Студия «Союз» [16+]
23:00 «Концерт «Большой Stand up Павла Воли»
00:00 «ХБ» [16+]
01:00 «Импровизация» [16+]
02:00 «Comedy Woman» [16+]
02:50 «ТНТ-Club» [16+]
02:55 «Comedy Баттл» [16+]
03:45 «Открытый микрофон» [16+]

Ямал-Регион

05:30 «Изьватас олэм» [16+]
06:00 «Бодрое утро» [12+]
09:00, 15:20 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 Д/ф «Заповедники РФ» [12+]
10:00, 11:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:45, 19:30, 22:00 «Время Ямала» [16+]
10:10 Х/ф «Последний из Магикян» [12+]
11:10, 16:10 Познавательная программа «Сесиль в стране чудес» [16+]
12:00 «Тут сул*там» [16+]
12:30 «Северный колорит» [16+]
12:45 «Время спорта» [16+]
13:15, 17:15 «Специальный репортаж» [16+]
13:30, 15:10, 20:15 Т/с «Беспокойный участок» [16+]
17:30, 19:00 «Полярные истории» [16+]
18:00, 22:15 «Ямал сегодня» [12+]
19:45 Новости [12+]
23:00 «Актуальное интервью» [16+]
23:15, 03:40 Т/с «Жгучая месть» [16+]
01:05 «Плохие девчонки» [16+]
01:55 «Муж напрокат» [16+]
02:45 «Заповедники РФ» [12+]

СТС

05:15 М/ф «Подарок для самого слабого» [0+]
05:25 М/ф «Охотничье ружьё» [0+]
05:35 М/ф «Муравьишка-хвастунишка» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы» [6+]
07:00 М/с «М/с «Том и Джерри» [0+]
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» [6+]
08:00, 19:00 Т/с «Миша портит всё» [16+]
09:00 Т/с «Психологини» [16+]
10:00 Х/ф «Ханна» [16+]
12:05 Т/с «Т/с «Ивановы-Ивановы» [16+]
16:55 Т/с «Родком» [12+]
20:00 Х/ф «Мумия: гробница императора драконов» [16+]
► Заколдованный волшебницей безжалостный китайский император-дракон должен провести вечность в забвении. Его 10 000 воинов превратились в терракотовых воинов. Однако когда искатель приключений Алекс О'Коннелл случайно пробуждает властителя от вечной спячки, он вынужден искать помощи у единственных людей, которые знают, как справиться с воскресшими мертвецами: у своих родителей. Монарх возвращается к жизни, и наши герои понимают, что его сила за эту тысячу лет только увеличилась. Мумия готова поднять всю Азию в борьбе за мировое господство… если О'Коннеллы её не остановят.
22:05 Х/ф «Царь скорпионов» [12+]
► Эта история произошла 5 тыс. лет назад в Египте, ещё задолго до постройки первых пирамид. Злой правитель и могущественный воин Мемнон решил поработить все народы, живущие в пустыне. Со своей многочисленной армией Мемнон выигрывает одно сражение за другим. Удача сопутствует жестокому злодею, потому что все злодеяния Мемнон совершает, опираясь на предсказания своего провидца. Осталась только горстка непокорных народов в пустыне, которые ещё противостоят власти Мемнона. Немногие оставшиеся племена нанимают воина акадца Метаеса, человека убивающего за деньги, чтобы тот убил провидца Мемнона. Оказавшись во вражеском лагере, Метаес к своему удивлению обнаруживает, что ясновидец — это красивая молодая женщина Кассандра. Он оставляет её в живых и берёт с собой в пустыню, чтобы выманить Мемнона из его города-крепости Гоморры. Единственное, что может успокоить теперь Метаеса — это смерть Мемнона.
23:55 Русские не смеются [16+]
00:55 Х/ф «Ночные игры» [18+]
► История Макса и Энни, которые вместе с другими парами каждую неделю устраивают так называемые ночные игры. И вот однажды харизматичный брат Макса Брукс организовывает вечер по разгадыванию «убийственного» квеста с «ряжеными» головорезами и агентами ФБР. Получается, похищение Брукса в тот вечер — это розыгрыш… или нет? В итоге, по мере того, как шестеро мега-азартных игроков пытаются решить заготовленные головоломки и выиграть, они начинают осознавать, что и «квест», и Брукс — совсем не такие, как кажутся. В течение всей этой суматошной ночи друзья не раз прыгают выше головы, пытаясь выпутаться из очередной передряги. В игре нет правил, за неё не начисляются очки, а игроки понятия не имеют, кому противостоят. Эта ночь может стать самой зажигательной в их жизни… или последней.
02:40 Т/с «Улётный экипаж» [12+]

РЕН-ТВ

05:00, 09:00, 04:35 «Документальный проект» [16+]
07:00 «С бодрым утром!» [16+]
08:30, 12:30, 16:30, 19:30, 23:00 «Новости» [16+]
11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым [16+]
12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112 [16+]
13:00, 23:30 «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным [16+]
14:00 «Невероятно интересные истории» [16+]
15:00 Засекреченные списки [16+]
17:00, 02:55 «Тайны Чапман» [16+]
18:00, 02:10 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
20:00 Х/ф «Земное ядро: бросок в преисподнюю» [12+]
22:35 «Смотреть всем!» [16+]
00:30 Т/с «Падение ордена» [18+]

НТВ

04:40 Т/с «Пасечник» [16+]
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» [16+]
13:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13:55, 17:20, 19:40 Т/с «Пёс» [16+]
15:00, 16:25 Х/ф «Новогодний пёс» [16+]
22:35 Секрет на миллион. Самые громкие секреты [16+]
23:40 «30 лет в открытом космосе» [12+]
01:25 Т/с «Перевозчик» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
07:30 Орёл и решка. Чудеса света [16+]
09:00 Орёл и решка. Ивлеева vs Бедняков [16+]
10:00 Мир наизнанку. Китай [16+]
16:30, 19:30 Битва шефов [16+]
18:30 Племя [16+]
21:30 Х/ф «Та ещё парочка» [16+]
23:30 Т/с «Фантом» [16+]
01:30 Орёл и решка. Рай и ад [16+]

Звезда

06:00 «Сегодня утром» [12+]
08:00, 21:15 Новости дня
08:15, 18:30 «Специальный репортаж» [12+]
09:20, 12:05, 16:05 Т/с «Гаишники. Продолжение» [16+]
12:00, 16:00 Военные новости
18:10 Д/с «Хроника Победы» [12+]
18:50 Д/с «История военной разведки» [12+]
19:40 «Легенды кино» [6+]
20:25 «Код доступа» [12+]
21:25 «Открытый эфир» [12+]
23:05 «Между тем» [12+]
23:40 Х/ф «Два билета на дневной сеанс» [0+]
01:25 Х/ф «Круг» [0+]
02:55 Х/ф «Джокеръ» [12+]
04:50 Д/ф «Операция «Вайс». Как началась Вторая мировая» [12+]

Матч-ТВ

05:25 Футбол. «Ланус»
07:30 «Моя история» [12+]
08:00, 10:55, 14:00, 16:50, 20:20, 00:30 Новости
08:05, 14:05, 17:50, 20:25, 00:35, 03:00 Все на Матч!
11:00 «Дакар-2021» [0+]
11:30 Профессиональный бокс. Фрэнк Бруно против Оливера Макколла. Трансляция из Великобритании [16+]
13:00 Дзюдо. Мировой тур. «Мастерс» [0+]
13:30 «Большой хоккей» [12+]
14:50 Лыжный спорт. Марафонская серия Ski Classics. Командная гонка. 17 км. Мужчины. Прямая трансляция из Швейцарии
16:55 Лыжный спорт. Марафонская серия Ski Classics. Командная гонка. 17 км. Женщины. Прямая трансляция из Швейцарии
18:10 Биатлон. Кубок мира. Спринт. Женщины. Прямая трансляция из Германии
20:55 Хоккей. «Локомотив»
23:25 Гандбол. Россия — Белоруссия. Чемпионат мира. Мужчины. Трансляция из Египта [0+]
00:55 Футбол. «Реал»
03:30 Баскетбол. «Анадолу Эфес» [0+]

ТВЦ

05:20, 13:40 «Мой герой» [12+]
06:00 «Настроение»
08:10 «Доктор И...» [16+]
08:40 Х/ф «Земля Санникова» [0+]
10:40, 04:40 Д/ф «Владислав Дворжецкий. Роковое везение» [12+]
11:30, 14:30, 17:50, 22:00 События
11:50, 03:10 Т/с «Пуаро Агаты Кристи» [12+]
14:50 Город новостей
15:05 Т/с «Чисто московские убийства» [12+]
16:55 Хроники московского быта [16+]
18:10 Х/ф «Три лани на алмазной тропе» [12+]
22:35 «10 самых...» [16+]
23:05 Д/ф «Чёрная метка для звезды» [12+]
00:00 События. 25-й час
00:35, 02:55 Петровка, 38 [16+]
00:55 Д/ф «Актёрские драмы. Последние роли» [12+]
01:35 Д/ф «Горькие ягоды» советской эстрады» [12+]
02:15 Д/ф «Любовные истории. Сердцу не прикажешь» [12+]

Домашний

05:40, 06:45 По делам несовершеннолетних [16+]
06:30 «6 кадров» [16+]
08:20 Давай разведёмся! [16+]
09:25, 04:00 Тест на отцовство [16+]
11:35, 03:05 Д/с «Реальная мистика» [16+]
12:40, 02:15 Д/с «Понять. Простить» [16+]
13:45, 01:15 Д/с «Порча» [16+]
14:15, 01:45 Д/с «Знахарка» [16+]
14:50 Х/ф «Живая вода» [16+]
19:00 Х/ф «Лабиринт» [16+]
23:10 Т/с «Подкидыши» [16+]

Пятый канал

05:20, 07:00, 11:00, 15:00, 19:30 «Известия»
05:30, 03:15 Т/с «Детективы» [16+]
07:25, 11:25, 15:25 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
10:35 День ангела [0+]
15:40 Т/с «Легавый» [16+]
17:35 Т/с «Легавый-2» [16+]
19:45 Т/с «Такая работа» [16+]
21:20, 02:30 Т/с «След» [16+]
01:10 Т/с «Великолепная пятёрка — 3» [16+]
02:00 «Известия. Итоговый выпуск»

Культура

06:30, 07:00, 10:00, 15:00, 19:30, 23:40 Новости культуры
06:35 «Пешком...»
07:05, 20:05 «Правила жизни»
07:30, 18:35 Д/ф «Петра. Секреты древних строителей»
08:20 Легенды мирового кино
08:45, 16:30 Х/ф «Каникулы Кроша»
10:15 «Наблюдатель»
11:10, 00:55 XX век
13:15, 22:10 Т/с «Джонатан Стрендж и мистер Норрелл»
14:20 Больше, чем любовь
15:05 Новости. Подробно
15:20 Д/ф «Наука Шерлока Холмса»
15:50 «2 Верник 2»
17:45 Дирижёры мира. Пааво Ярви и берлинский филармонический оркестр
18:25 Цвет времени
19:45 Главная роль
20:30 «Спокойной ночи, малыши!»
20:45 Д/ф «Гараж». Вытащите эту бумажку, счастливый Вы наш»
21:25 «Энигма»
23:10 Д/с «Дом архитектора»
00:00 Д/с «Таинственные города Майя»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 12:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 00:00, 03:00 Новости [12+]
06:25, 07:25, 08:25, 09:25 «Утро на Вестнике» [12+]
10:25, 12:25, 13:25, 15:25, 17:25 «Дайте слово» [12+]
10:40, 12:40, 13:40, 15:40, 17:40 Собеседник [12+]
11:00, 18:00 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [16+]
14:00, 20:00 Т/с «Принц Сибири» [12+]
16:00 Д/ф «Прокуроры-5. Без срока давности. Да судимы будете!» [16+]
19:25, 21:25, 00:25, 02:25, 03:25 «Простые рецепты» [12+]
22:00, 04:00 Х/ф «Слова» [16+]
01:00 Х/ф «Дневник карьеристки» [16+]

Первый канал

05:00, 09:15 «Доброе утро»
09:00, 12:00 Новости
09:40 Жить здорово! [16+]
10:50, 02:55 Модный приговор [6+]
12:10 Время покажет [16+]
15:00 Новости (субтитры)
15:15, 03:45 Давай поженимся! [16+]
16:00, 04:25 Мужское / Женское [16+]
18:00 Вечерние новости (субтитры)
18:40 «Человек и закон» [16+]
19:40 Поле чудес [16+]
21:00 Время
21:30 Новогодний маскарад на Первом [16+]
23:10 Новогодняя ночь на Первом [16+]
01:30 Наедине со всеми [16+]

Россия 1

05:00, 09:30 Утро России
09:00, 14:30, 21:05 Вести. Местное время
09:55 О самом главном [12+]
11:00, 14:00, 17:00, 20:00 Вести
11:30 «Судьба человека» [12+]
12:40, 18:40 «60 минут» [12+]
14:55 «Близкие люди» [12+]
17:15 «Андрей Малахов. Прямой эфир» [16+]
21:20 «Аншлаг. Старый Новый год» [16+]
00:40 Т/с «Рая знает» [12+]
02:30 Т/с «Путешествие к центру души» [12+]

ТНТ

05:30 «ТНТ. Best» [16+]
07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 12:00 Т/с «СашаТаня» [16+]
10:00 Т/с «Ольга» [16+]
16:00 «Однажды в России. Спецдайджест» [16+]
20:00 «Однажды в России» [16+]
21:00 «Комеди Клаб» [16+]
22:00, 04:15 «Открытый микрофон» [16+]
23:00 «Импровизация. Команды» [16+]
00:00 «ХБ» [16+]
01:00 «Такое кино!» [16+]
01:30 «Импровизация» [16+]
02:25 «Comedy Woman» [16+]
03:20 «Comedy Баттл» [16+]

Ямал-Регион

05:30 «Тут сул*там» [16+]
06:00 «Бодрое утро» [12+]
09:00, 15:20 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 Д/ф «Заповедники РФ» [12+]
10:00, 11:00, 13:00, 15:00, 16:00, 17:00, 18:45, 19:30, 22:00 «Время Ямала» [16+]
10:10 Х/ф «Последний из Магикян» [12+]
11:10, 16:10 Познавательная программа «Сесиль в стране чудес» [16+]
12:00 «Ялэмдад нумгы» [16+]
12:30 «Полярные истории» [16+]
13:15, 17:15 «Актуальное интервью» [16+]
13:30, 15:10, 20:15 Т/с «Беспокойный участок» [16+]
17:30, 19:00 «На высоте» [12+]
18:00 «Ямал сегодня» [12+]
19:45 Новости [12+]
22:15 «Новогоднее сияние» [12+]
23:15 Х/ф «Паганини: скрипач дьявола» [16+]

► Имя скрипача Никколо Паганини ещё при жизни стало легендой. Что не удивительно, ведь его непревзойдённый талант покорил сначала Париж, потом всю Европу, а затем и весь мир. Сама личность Паганини, окутанная ореолом мистики и таинственности, неизбежно приводила к возникновению самых разнообразных слухов. Среди них была и уверенность в том, что он продал душу дьяволу, чтобы обрести свой талант. Слава и развращает, и мучает музыканта, вино и опиум приносят лишь временное утешение, и всё больше ощущается странная всепоглощающая пустота… Во время гастролей в Лондоне Паганини встречает девушку с ангельским голосом и чистой душой, которую, казалось, ему было суждено повстречать. Но сможет ли человек, играющий на дьявольской скрипке, познать счастье? Или за дар придётся расплачиваться единственной любовью?

01:15 Х/ф «Опасный квартал» [16+]

► Главный герой — молодой полицейский, приписанный к участку в районе, где в основном проживает рабочий класс. Герой вырос в этом районе, и теперь, когда он вернулся сюда стражем закона, на поверхности оказался некий секрет, который может уничтожить как семью копа, так и его самого.

02:50 Х/ф «Экзамен для двоих» [12+]

► Полли Нельсон работает в приёмной комиссии престижного университета, она — вершитель судеб многих подростков. Но как устроить собственную судьбу? Появление идеального мужчины вовсе не обещает мир и покой, но наоборот, приносит в её жизнь множество дурацких ситуаций и не всегда приятных сюрпризов. А тут ещё объявляется сын, которого Полли считала потерянным, и он, увы, далеко не отличник. Что спасать в первую очередь: карьеру или личную жизнь?

04:40 «Заповедники РФ» [12+]

СТС

05:05 «6 кадров» [16+]
05:25 М/ф «По собственному желанию» [0+]
05:35 М/ф «О том, как гном покинул дом и...» [0+]
05:40 М/ф «Это что за птица?» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Спирит. Дух свободы» [6+]
07:00 М/с «Том и Джерри» [0+]
07:35 М/с «Босс-молокосос. Снова в деле» [6+]
08:00 Т/с «Миша портит всё» [16+]
09:00 Х/ф «Тайна четырёх принцесс» [0+]
10:50 Х/ф «Ёлки» [12+]
12:35 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
21:00 Х/ф «Скала» [16+]
23:45 Х/ф «Ромео должен умереть» [16+]

► Между китайской мафией и афроамериканской бандой идёт война. Однажды убивают младшего сына главы китайской мафии. Его старший брат Хан решает найти убийцу, но на своём пути он встречает обворожительную Триш О'Дэй. Несмотря на то, что их семьи ведут жестокую войну за передел участков в Окленде, опасности объединяют влюблённых.

02:00 Х/ф «Ханна» [16+]

► Хрупкая на первый взгляд Ханна — идеальный солдат. Тайна её рождения ревностно охраняется американским правительством. Ее миссия — отомстить бывшим работодателям отца, некогда секретного агента. Спецслужбы всего мира выходят на след девочки-убийцы. Охота начинается.

03:45 Т/с «Улётный экипаж» [12+]

РЕН-ТВ

05:00, 09:00 «Документальный проект» [16+]
07:00 «С бодрым утром!» [16+]
08:30, 12:30, 16:30, 19:30 «Новости» [16+]
11:00 «Как устроен мир» с Тимофеем Баженовым [16+]
12:00, 16:00, 19:00 Информационная программа 112 [16+]
13:00 «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным [16+]
14:00, 03:40 «Невероятно интересные истории» [16+]
15:00 Засекреченные списки [16+]
17:00 «Тайны Чапман» [16+]
18:00 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
20:00 Х/ф «Алита: боевой ангел» [16+]
22:30 Х/ф «Скайлайн» [16+]
00:15 Х/ф «Скайлайн-2» [16+]
02:10 Х/ф «Королева проклятых» [16+]

НТВ

04:40 Т/с «Пасечник» [16+]
08:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00 Сегодня
08:25, 10:25 Т/с «Паутина» [16+]
13:20 Обзор. Чрезвычайное происшествие
13:55, 16:25, 19:40 Т/с «Пёс» [16+]
22:50 Секрет на миллион. Самые громкие секреты [16+]
00:05 Х/ф «Жажда» [16+]
02:05 Т/с «Сёмин» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00, 01:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
07:30 Орёл и решка. Чудеса света [16+]
09:00 Орёл и решка. Ивлеева vs Бедняков [16+]
10:00 Мир наизнанку. Китай [16+]
19:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс против Цезаря» [16+]
20:00 Новости [12+]
20:30 Собеседник [12+]
21:00 Х/ф «Астерикс и Обеликс: миссия «Клеопатра» [16+]
23:00 Х/ф «Схватка» [16+]

Звезда

05:35 Д/с «Москва фронту» [12+]
06:00 Д/с «Легенды госбезопасности» [16+]
07:05, 08:20 Х/ф «Карьера Димы Горина» [0+]
08:00, 21:15 Новости дня
09:40 Х/ф «Добровольцы» [0+]
12:00, 16:00 Военные новости
12:25, 16:05 Т/с «Немец» [16+]
18:05 Д/с «Хроника Победы» [12+]
18:40, 21:25 Т/с «Последний бой» [16+]
22:05 Д/ф «Ким Филби. Моя Прохоровка» [12+]
23:10 «Десять фотографий» [6+]
00:00 Х/ф «Два года над пропастью» [6+]
01:45 Т/с «Не забывай» [12+]
04:35 Д/ф «Группа «А». Охота на шпионов» [12+]

Матч-ТВ

05:25 Футбол. «Дефенса и Хустисия»
07:30 «Моя история» [12+]
08:00, 10:55, 14:00, 16:50, 20:20, 23:30 Новости
08:05, 14:05, 15:35, 16:55, 20:25, 23:40, 02:45 Все на Матч!
11:00 «Дакар-2021» [0+]
11:30 Профессиональный бокс. Э. Спенс — Д. Гарсия. Бой за титулы чемпиона мира по версиям WBC и IBF в полусреднем весе. Трансляция из США [16+]
12:45 Все на футбол! Афиша [12+]
13:15 Д/ф «Спартак, который мы потеряли» [12+]
14:45 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Мужчины. 2-я попытка. Прямая трансляция из Швейцарии
16:00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Женщины. 1-я попытка. Прямая трансляция из Швейцарии
17:30 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Женщины. 2-я попытка. Прямая трансляция из Швейцарии
18:20 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины. Прямая трансляция из Германии
21:10 Волейбол. «Динамо»
00:40 Футбол. «Лацио»
03:30 Баскетбол. ЦСКА (Россия) — «Барселона» [0+]
04:30 Баскетбол. «Зенит» [0+]

ТВЦ

05:20 «Мой герой» [12+]
06:00 «Настроение»
08:10, 11:50 Х/ф «Семейное дело» [12+]
11:30, 14:30, 17:50 События
12:35, 15:05 Х/ф «Моя любимая свекровь. Московские каникулы» [12+]
14:50 Город новостей
16:55 Д/ф «Чёрная метка для звезды» [12+]
18:10 Х/ф «Трое в лифте, не считая собаки» [12+]
20:05 Х/ф «Мышеловка на три персоны» [12+]
22:00 «В центре событий» [16+]
23:10 Д/ф «Актёрские судьбы. Доиграились!» [12+]
00:00 Х/ф «Не валяй дурака...» [12+]
01:50 Петровка, 38 [16+]
02:05 Х/ф «Убийство на троих» [12+]

Домашний

05:40, 06:40, 04:45 По делам несовершеннолетних [16+]
06:30 «6 кадров» [16+]
08:15 Давай разведёмся! [16+]
09:20, 03:05 Тест на отцовство [16+]
11:30 Д/с «Реальная мистика» [16+]
12:35, 02:15 Д/с «Понять. Простить» [16+]
13:40, 01:15 Д/с «Порча» [16+]
14:10, 01:45 Д/с «Знахарка» [16+]
14:45 Х/ф «Кровь ангела» [16+]
19:00 Х/ф «Чужой грех» [16+]
22:55 Х/ф «Трое в лабиринте» [16+]

Пятый канал

05:00, 05:35, 03:30 Т/с «Детективы» [16+]
05:25, 07:00, 11:00, 15:00 «Известия»
07:25, 11:25 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
15:25 Т/с «Легавый-2» [16+]
19:10 Т/с «Такая работа» [16+]
20:55, 02:45 Т/с «След» [16+]
01:45 Светская хроника [16+]

Культура

06:30, 07:00, 07:30, 10:00, 15:00, 19:30, 23:45 Новости культуры
06:35 «Пешком...»
07:05 «Правила жизни»
07:35 Чёрные дыры. Белые пятна
08:20 Легенды мирового кино
08:50, 16:30 Х/ф «Каникулы Кроша»
10:15 Шедевры старого кино
11:35 Д/ф «Музыка жизни»
12:30 Х/ф «Железная дорога»
12:50 Цвет времени
13:00, 21:55 Т/с «Джонатан Стрендж и мистер Норрелл»
15:05 Письма из провинции
15:35 «Энигма»
16:15 Д/с «Первые в мире»
17:40 Дирижёры мира. Иван Фишер и будапештский фестивальный оркестр
18:45 Д/ф «Агриппина Ваганова. Великая и ужасная»
19:45 «Острова»
20:30 Д/ф «Роман в камне»
21:00 Линия жизни
22:55 «2 Верник 2»
00:05 Х/ф «Лотрек»
02:00 Д/с «Искатели»
02:45 М/ф «Путешествие муравья»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 08:00, 09:00, 10:00, 12:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00, 21:00, 00:00, 03:00 Новости [12+]
06:25, 07:25, 08:25, 09:25 «Утро на Вестнике» [12+]
10:25, 12:25, 13:25, 15:25 «Простые рецепты» [12+]
11:00 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [16+]
14:00, 20:00 Т/с «Принц Сибири» [12+]
16:00 Д/ф «Переверни пластинку» [16+]
17:25 Спектакль «Кадриль» [12+]
19:30, 00:30 «ТРК Надым — 30 лет в эфире. «Это было в Надыме» [12+]
21:30, 03:30 Х/ф «Территория» [16+]
01:00 Х/ф «Слова» [16+]

Первый канал

06:00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09:00 Умницы и умники [12+]
09:45 Слово пастыря [0+]
10:00 Новости
10:15 Д/ф «Анна Самохина. «Запомните меня молодой и красивой» [12+]
11:15, 12:15 Видели видео? [6+]
12:00 Новости (субтитры)
14:00 Угадай мелодию [12+]
15:05 «Кто хочет стать миллионером?» [12+]
16:45 «Честное слово» [12+]
17:30 Д/ф «Миллион алых роз» [12+]
18:25 К 85-летию Раймонда Паулса. Юбилейный вечер [12+]
21:00 Время
21:20 «Сегодня вечером» [16+]
23:00 Х/ф «Спасти или погибнуть» [16+]
01:10 Х/ф «Исчезающая точка» [18+]
02:45 Модный приговор [6+]
03:35 Давай поженимся! [16+]
04:15 Мужское / Женское [16+]

Россия 1

05:00 «Утро России. Суббота»
08:00 Вести. Местное время
08:20 Местное время. Суббота
08:35 «По секрету всему свету»
09:00 «Формула еды» [12+]
09:25 «Пятеро на одного»
10:10 Сто к одному
11:00 Вести
11:15 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» [16+]
12:20 «Доктор Мясников» [12+]
13:20 Т/с «Девять жизней» [12+]
18:00 «Привет, Андрей!» [12+]
20:00 Вести в субботу
21:00 Х/ф «Когда меня не станет» [12+]
01:05 Х/ф «Террор любовью» [12+]

ТНТ

05:05, 04:45 «Открытый микрофон» [16+]
06:00 «ТНТ. Best» [16+]
07:00, 01:45 «ТНТ Music» [16+]
07:30 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00 Т/с «СашаТаня» [16+]
09:30 «Битва дизайнеров» [16+]
10:00 «Битва экстрасенсов» [16+]
11:30 «Наша Russia. Дайджест» [16+]
20:20 Х/ф «Наша Russia: яйца судьбы» [16+]
22:00 «Секрет» [16+]
23:00 «Женский стендап» [16+]
00:00 Х/ф «Верность» [18+]
02:15 «Импровизация» [16+]
03:05 «Comedy Woman» [16+]
03:55 «Comedy Баттл» [16+]

Ямал-Регион

05:10 «Заповедники РФ» [12+]
05:40, 16:45 «Арктический календарь» [12+]
06:00 «Ямал сегодня» [12+]
06:45, 18:00 «Полярные исследования: архангельские ремёсла» [12+]

► Национально-культурные традиции русского Севера нашли своё отражение в декоративно-прикладном творчестве северных мастеров. Архангельская область объединила в себе самые разнообразные виды и направления в этом искусстве, для знакомства с которыми понадобится далеко не один день. Работа с самыми разными природными материалами рождает настоящие произведения искусства. В этой программе мы познакомимся с некоторыми из традиционных ремёсел, которые зародились несколько веков назад и продолжают жить и развиваться благодаря нашим северным умельцам.

07:15 «Время спорта» [16+]
07:30 «Северный колорит» [16+]
07:45, 17:00 «Полярные истории» [16+]
08:15 «Специальный репортаж» [16+]
08:30, 17:45 «С полем!» [16+]
08:45, 17:30 «Маршрут построен» [16+]
09:00 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
09:30 М/с «Лео и Тиг» [0+]
10:25 М/с «Аркадий Паровозов спешит на помощь» [0+]
10:30, 04:30 «Природоведение» с Александром Хабургаевым [6+]
11:00 Гастрономическое расследование «Магия вкуса» [12+]
11:30 Д/ф «Про животных и людей» [12+]

► Константин Бышевой отправляется в разные страны, чтобы на практике понять, как люди на протяжении многих веков сосуществуют с животными — дикими и одомашненными. В следующих сериях проекта Бышевому предстоит попробовать себя в ролях настоящего американского ковбоя в Техасе и краснокожего пастуха-индейца на границе США и Канады. Уже готовится к эфиру передача, где ведущий будет дрессировщиком крокодилов на малайском острове Лангкави и пастухом диких яков на самой границе с Монголией в Республике Тыва.

12:00 Новости [12+]
12:30, 00:15 Т/с «Женщина в беде» [12+]
15:45, 19:30 Д/ф «Мирей Матье. В ожидании любви» [12+]
18:30 Информационная программа «Время Ямала. Итоги» [16+]
19:00 Собеседник [12+]
20:30 Х/ф «Экзамен для двоих» [12+]
22:15 Х/ф «Ромовый дневник» [16+]
03:30 «Магия вкуса» [12+]
04:00 «Про животных и людей» [12+]

СТС

05:15 М/ф «Огневушка-поскакушка» [0+]
05:25 М/ф «Про деда, бабу и курочку Рябу» [0+]
05:35 М/ф «Про бегемота, который боялся прививок» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Тролли. Праздник продолжается!» [6+]
07:00 М/с «Три кота» [0+]
07:30 М/с «М/с «Том и Джерри» [0+]
08:00 М/с «Лекс и Плу. Космические таксисты» [6+]
08:25, 10:00 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
09:00 ПроСТО кухня [12+]
11:20 Х/ф «Богатенький Ричи» [12+]
13:20 Х/ф «Царь скорпионов» [12+]
15:05 Х/ф «Скала» [16+]
18:00 Х/ф «Код да Винчи» [16+]
21:00 Х/ф «Ангелы и демоны» [16+]
23:45 Х/ф «Инферно» [16+]
02:05 Х/ф «Квартирка Джо» [12+]
03:20 Т/с «Улётный экипаж» [12+]
04:55 «6 кадров» [16+]

РЕН-ТВ

05:00 «Невероятно интересные истории» [16+]
07:00 Х/ф «Белоснежка и охотник» [16+]
09:15 «Минтранс» [16+]
10:15 «Самая полезная программа» [16+]
11:15 «Военная тайна» [16+]
13:15 «СОВБЕЗ» [16+]
14:15 Документальный спецпроект [16+]
15:20 Засекреченные списки [16+]
17:20 Х/ф «Послезавтра» [16+]
19:45 Х/ф «Мир Юрского периода — 2» [16+]
22:15 Х/ф «Битва титанов» [16+]
00:10 Х/ф «Гнев титанов» [16+]
01:55 Х/ф «Телефонная будка» [16+]
03:10 «Тайны Чапман» [16+]

НТВ

05:25 Т/с «Пасечник» [16+]
06:15 Х/ф «Мой любимый раздолбай» [16+]
08:00, 10:00, 16:00 Сегодня
08:20 «Готовим» с Алексеем Зиминым [0+]
08:45 Д/ф «Большое путешествие Деда Мороза» [0+]
09:25 Едим дома [0+]
10:20 Главная дорога [16+]
11:00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым [12+]
12:00 Квартирный вопрос [0+]
13:05 Секрет на миллион [16+]
15:00 Своя игра [0+]
16:20 Следствие вели... [16+]
19:00 «Центральное телевидение»
20:00 Т/с «Пёс» [16+]
22:30 Х/ф «Беги!» [16+]
02:20 Т/с «Сёмин» [16+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00, 02:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
10:00 Т/с «Планета Земля: часть 1» [16+]
12:00 Т/с «Идеальная планета» [16+]
13:00 Орёл и решка. Чудеса света — 3 [16+]
15:00 Орёл и решка Девчата [16+]
17:00 Мир наизнанку. Китай [16+]
22:00 Х/ф «Затерянные во льдах» [16+]
00:00 Х/ф «Схватка» [16+]

Звезда

05:20 Д/с «Хроника Победы» [12+]
06:00 Х/ф «Дай лапу, Друг!» [0+]
07:15, 08:10 Х/ф «Попутного ветра, «Синяя птица» [12+]
08:00, 13:00, 18:00 Новости дня
09:00 «Легенды цирка» с Эдгардом Запашным [6+]
09:30 Д/ф «Николай Носков. На меньшее я не согласен» [6+]
10:15 Д/с «Загадки века» с Сергеем Медведевым [12+]
11:05 Д/с «Улика из прошлого» [16+]
11:55 «Не факт!» [6+]
12:30 Круиз-контроль [6+]
13:15 «СССР. Знак качества» с Гариком Сукачёвым» [12+]
14:05 «Морской бой» [6+]
15:05, 18:25 Т/с «Сержант милиции» [6+]
18:10 «Задело!»
19:55 Х/ф «Путь домой» [16+]
21:55 Х/ф «Львиная доля» [12+]
00:00 Т/с «Анакоп» [12+]
03:00 Д/ф «Морской дозор» [6+]
03:50 Д/с «Москва фронту» [12+]
04:10 Д/с «Оружие Победы» [6+]

Матч-ТВ

05:25 Д/с «Боевая профессия» [16+]
05:45 Д/ф «Джек Джонсон. Взлёт и падение» [16+]
08:00 Смешанные единоборства. А. Зикреев — В. Юнгванг. One FC. Трансляция из Сингапура [16+]
09:00, 10:50, 15:30, 17:30, 20:35, 23:45 Новости
09:05, 15:35, 17:35, 20:40, 23:55, 02:45 Все на Матч!
10:55 М/ф «Спортландия» [0+]
11:15 «Неудачники» [0+]
11:25 «Дакар-2021» [0+]
11:55 Лыжный спорт. Марафонская серия Ski Classics. Индивидуальная гонка. 65 км. Прямая трансляция из Швейцарии
15:55 Гандбол. «Ростов-Дон»
18:25 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Женщины. Прямая трансляция из Германии
21:15 Смешанные единоборства. Э. Эльдаров — Л. Мафра. А. Багаутинов — О. Личковаха. Brave CF. Прямая трансляция из Сочи
00:40 Футбол. «Сампдория»
03:30 Лыжный спорт. Фристайл. Кубок мира. Акробатика. Трансляция из Ярославля [0+]
04:00 Гандбол. Россия — Словения. Чемпионат мира. Мужчины. Трансляция из Египта [0+]

ТВЦ

05:05 Д/ф «Людмила Касаткина. Укрощение строптивой» [12+]
05:40 Х/ф «Земля Санникова» [0+]
07:30 Православная энциклопедия [6+]
08:00 Д/с «Короли эпизода» [12+]
08:50 Х/ф «Кем мы не станем» [12+]
10:55 Х/ф «Женатый холостяк» [12+]
11:30, 14:30, 23:45 События
11:45 Х/ф «Женатый холостяк» [0+]
13:00, 14:45 Х/ф «Дети ветра» [12+]
17:15 Х/ф «Заложница» [12+]
21:00 «Постскриптум»
22:15 «Право знать!» [16+]
00:00 Д/ф «Приговор. Шакро Молодой» [16+]
00:50 Д/с «Дикие деньги» [16+]
01:35 Специальный репортаж [16+]
02:00 Линия защиты [16+]
02:30, 04:30 Хроники московского быта [12+]
03:50 Хроники московского быта [16+]

Домашний

05:35 Давай разведёмся! [16+]
06:25 «6 кадров» [16+]
06:30 Д/с «Предсказания: 2021» [16+]
07:30, 04:10 Х/ф «Волшебная лампа Аладдина» [0+]
09:10 Х/ф «Молодая жена» [16+]
11:10, 00:55 Т/с «Самый лучший муж» [16+]
19:00 Т/с «Любовь против судьбы» [16+]
22:55 Х/ф «Воспитание и выгул собак и мужчин» [16+]

Пятый канал

05:05 Т/с «Детективы» [16+]
11:00 Светская хроника [16+]
12:00 Т/с «Такая работа» [16+]
15:25 Т/с «След» [16+]
02:00 «Известия. Главное»
02:55 Т/с «Свои-3» [16+]

Культура

06:30 «Библейский сюжет»
07:05 Мультфильмы
07:55 Х/ф «Дождь в чужом городе»
10:10 Д/с «Неизвестная»
10:40 Х/ф «Старомодная комедия»
12:10 Д/с «Земля людей»
12:40, 01:10 Д/ф «Серенгети»
13:40 Виктор Захарченко и государственный академический кубанский казачий хор
14:55 Д/с «Первые в мире»
15:10 Х/ф «Старый Новый год»
17:25 Д/ф «Русские в океане. Адмирал Лазарев»
18:15 Д/ф «Гараж». Вытащите эту бумажку, счастливый Вы наш»
18:55 Д/ф «Сыграй, маэстро, жизнь свою...»
19:40 Х/ф «Театр»
22:00 «Агора»
23:00 Х/ф «Выбор оружия»
02:10 Д/с «Искатели»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 07:00, 10:00, 13:00 Новости [12+]
06:30, 07:30, 09:30 «ТРК Надым — 30 лет в эфире. «Это было в Надыме» [12+]
08:00 Спектакль «Кадриль» [12+]
10:30 Кулинарное шоу «Здорово есть!» [12+]
11:00, 13:30 Т/с «Найти мужа Дарье Климовой» [12+]
12:55 Обзор «Российской газеты» [12+]
15:15 М/ф «Руби повелитель воды» [6+]
16:30 Музыка на канале [12+]
17:00 «Авторский блок» [12+]
17:15 «Дайте слово» [12+]
17:30 Х/ф «Осенний подарок фей» [12+]
19:00, 00:00 Шоу «Империя иллюзий: братья Сафроновы» [12+]
20:40 Х/ф «Тётя Клава фон Геттен» [16+]
22:20, 04:20 Х/ф «Не бойся темноты» [16+]
01:40 Х/ф «Территория» [16+]

Первый канал

05:10, 06:10 Х/ф «Цирк» [0+]
06:00, 10:00 Новости
06:55 Играй, гармонь любимая! [12+]
07:40 Часовой [12+]
08:10 Здоровье [16+]
09:20 «Непутёвые заметки» [12+]
10:10 Жизнь других [12+]
11:15, 12:15 Видели видео? [6+]
12:00, 15:00 Новости (субтитры)
13:55 Д/ф «Кремль-9. «Гараж особого назначения» [16+]
15:15 Д/ф «Песняры» — молодость моя» [16+]
17:30 Юбилей ансамбля «Ариэль» [12+]
19:25 «Лучше всех!» [0+]
21:00 Время
22:00 Концерт
23:25 Т/с «Метод-2» [18+]
00:25 Наедине со всеми [16+]
01:50 Модный приговор [6+]
02:40 Давай поженимся! [16+]
03:20 Мужское / Женское [16+]

Россия 1

04:30, 01:30 Х/ф «Дорогая моя доченька» [12+]
06:00, 03:15 Х/ф «Улыбнись, когда плачут звёзды» [12+]
08:00 Местное время. Воскресенье
08:35 «Устами младенца»
09:20 «Когда все дома»
10:10 Сто к одному
11:00 «Большая переделка»
12:00 «Парад юмора» [16+]
13:20 Т/с «Девять жизней» [12+]
18:00 «Танцы со Звёздами» [12+]
20:00 Вести недели
22:00 Москва. Кремль. Путин
22:40 «Воскресный вечер» с Владимиром Соловьёвым [12+]

ТНТ

05:35 «ТНТ. Best» [16+]
07:00 «ТНТ. Gold» [16+]
08:00, 10:00 Т/с «СашаТаня» [16+]
09:00 «Новое утро» [16+]
09:30 «Перезагрузка» [16+]
19:00 «Однажды в России» [16+]
22:00 «Stand up» [16+]
23:00 «Talk» [16+]
00:00 Х/ф «Виктор Франкенштейн» [16+]
02:10 «Импровизация» [16+]
03:05 «ТНТ Music» [16+]
03:30 «Comedy Woman» [16+]
04:20 «Comedy Баттл» [16+]

Ямал-Регион

05:00, 09:30 М/с «Лео и Тиг» [0+]
05:55, 10:25 М/с «Аркадий Паровозов спешит на помощь» [0+]
06:00 «Ямал сегодня» [12+]
06:45, 18:00 «Полярные исследования: открывая Северодвинск» [12+]
07:15 «Северный колорит» [16+]
07:45, 18:30 «На высоте» [12+]
08:15 «Специальный репортаж» [16+]
08:30, 17:30 «Ясавэй. Кочевник XXI века» [16+]
08:45, 17:45 «#НАЗДОРОВЬЕ» [16+]
09:00 М/с «Ми-ми-мишки» [0+]
10:30, 04:30 «Пищевая эволюция» [12+]
11:00 Гастрономическое расследование «Магия вкуса» [12+]
11:30 Д/ф «Про животных и людей» [12+]
12:00 Собеседник [12+]
12:30, 00:15 Т/с «Женщина в беде — 4» [12+]
15:45 Д/ф «Мирей Матье. В ожидании любви»
► Она как-то призналась: «Мне исключительно повезло. Я родилась в столь пронзительной бедности, что мне не оставалось ничего, кроме как хорошо и много работать». Она стала певицей с мировым именем только благодаря своему упорству и трудолюбию, согласившись на лишения в личной жизни совершенно сознательно и добровольно — ради любви к музыке и сцене. В этом восхождении к славе и успеху она не смогла обрести простое женское счастье, хотя однажды едва не вышла замуж, но подарила свою любовь миллионам поклонников по всему свету и … чужим детям. Сугубо личные интересы и желания Мирей, сделавшие её мировой звездой, преобразились в желание помогать и отдавать. В основе фильма — эксклюзивное интервью с Мирей Матье. Специально для встречи со съёмочной группой певица приехала в Париж. Зрители будут «сопровождать» певицу в любимый ресторан, где станут свидетелями приготовления её любимого блюда. Также они попадут на примерку нового сценического наряда звезды, и увидят, как она выбирает духи в любимом магазине парфюмерии.
16:45 «Арктический календарь» [12+]
17:00 «Время Ямала. Итоги» [16+]
19:00 Дайте слово [12+]
19:30 Д/ф «Алена Бабенко. Мотылёк со стальными крыльями» [12+]
20:30 Х/ф «Стартап» [12+]
22:10 Х/ф «Уцелевший» [16+]
03:30 «Магия вкуса» [12+]
04:00 «Про животных и людей» [12+]

СТС

05:15 М/ф «Верное средство» [0+]
05:20 М/ф «Верлиока» [0+]
05:30 М/ф «Наш друг Пишичитай» [0+]
05:50 «Ералаш» [0+]
06:15 М/с «Тролли. Праздник продолжается!» [6+]
07:00 М/с «Три кота» [0+]
07:30 М/с «Царевны» [0+]
07:55 Шоу «Уральских пельменей» [16+]
09:00 Х/ф «Мумия» [0+]
11:25 Х/ф «Мумия возвращается» [12+]
► Прошло десять лет. Наш отважный герой, искатель приключений Рик О'Конелл, теперь богат, счастливо женат на прекрасной Эвелин и воспитывает своего восьмилетнего сына Алекса. Но злой рок не даёт очаровательной семье О'Конеллов насладиться спокойной жизнью. Зловещий жрец Имхотеп снова восстал из мёртвых! Теперь у Рика, Эвелин и малютки Алекса есть всего семь дней, чтобы спасти мир.
14:05 Х/ф «Мумия: гробница императора драконов» [16+]
16:10 Х/ф «Мумия» [16+]
18:20 Х/ф «Сокровище нации» [12+]
► Современные охотники за сокровищами во главе с Беном Франклином Гейтсом узнают старинную легенду о сокровище, спрятанном ещё отцами-основателями американского государства Джорджем Вашингтоном, Бенджамином Франклином и Томасом Джефферсоном. Узнать тайну клада можно с помощью Декларации Независимости США, в которой зашифрована разгадка. Но помимо разгадывания изощрённой головоломки нашим героям предстоит сразиться с любителями лёгкой наживы, жаждущим погреть руки на достоянии республики.
21:00 Х/ф «Сокровище нации. Книга тайн» [12+]
► Охотник за сокровищами Бен Гейтс, вооружившись поддержкой любимой женщины, верного друга Райли, а также своих родителей, отправляется на поиски затерянного золотого города. Только пройдя сквозь череду невероятных и увлекательных приключений, Бену удастся очистить имя своего предка от обвинений в убийстве Авраама Линкольна. Но не всё так просто — параллельные поиски города ведёт и некий Митч Уилкинсон, готовый на всё ради достижения цели.
23:30 Х/ф «Лара Крофт. Расхитительница гробниц. Колыбель жизни» [12+]
01:40 Х/ф «Забирая жизни» [16+]
03:20 Т/с «Улётный экипаж» [12+]
04:55 «6 кадров» [16+]

РЕН-ТВ

05:00 «Тайны Чапман» [16+]
09:50 Х/ф «Земное ядро: бросок в преисподнюю» [12+]
12:20 Х/ф «Битва титанов» [16+]
14:20 Х/ф «Гнев титанов» [16+]
16:15 Х/ф «Мир Юрского периода — 2» [16+]
18:45 Х/ф «Я — Четвёртый» [12+]
20:55 Х/ф «Геошторм» [16+]
23:00 Добров в эфире [16+]
00:05 «Военная тайна» [16+]
02:00 «Самые шокирующие гипотезы» [16+]
04:25 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко [16+]

НТВ

05:15 Х/ф «Отцы» [16+]
07:00 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+]
11:50 Дачный ответ [0+]
13:00 НашПотребНадзор [16+]
14:05 Однажды [16+]
15:00 Своя игра [0+]
16:20 Следствие вели... [16+]
19:00 «Итоги недели»
20:10 Новогодняя Маска [12+]
00:45 Т/с «Сёмин» [16+]
04:15 Их нравы [0+]

ТВ-Надым-Пятница

05:00, 02:00 Орёл и решка. Перезагрузка [16+]
08:30 Т/с «Планета Земля: часть 1» [16+]
09:30 Т/с «Идеальная планета» [16+]
10:30, 12:00, 15:00 На ножах [16+]
11:30 Маша и шеф [16+]
14:00 Умный дом [16+]
20:00 Т/с «Шерлок» [16+]

Звезда

04:25 Т/с «Немец» [16+]
09:00 «Новости недели»
09:25 «Служу России» [12+]
09:55 «Военная приёмка» [6+]
10:45 «Скрытые угрозы» [12+]
11:30 Д/с «Секретные материалы» [12+]
12:20 «Код доступа» [12+]
13:15 «Специальный репортаж» [12+]
13:55 Д/с «Оружие Победы» [6+]
14:05 Т/с «След Пираньи» [16+]
18:00 «Главное»
19:20 Д/с «Кремль-9» [12+]
20:25 Д/с «Легенды советского сыска» [16+]
23:00 «Фетисов» [12+]
23:45 Х/ф «Одиножды один» [12+]
01:35 Т/с «Сержант милиции» [6+]
04:45 Д/ф «Другой атом» [6+]

Матч-ТВ

05:50 Д/ф «Джек Джонсон. Взлёт и падение» [16+]
08:00 Смешанные единоборства. М. Халидов — С. Аскхэм. KSW. Реванш. Трансляция из Польши [16+]
09:00, 11:05, 14:00, 15:35, 17:50, 19:50, 23:55 Новости
09:05, 14:05, 15:40, 17:55, 00:05, 03:00 Все на Матч!
11:10 Х/ф «Несломленный» [12+]
14:35 Профессиональный бокс. Ш. Мозли — Л. Коллацо. Трансляция из США [16+]
16:10 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины. Прямая трансляция из Германии
17:20 «Биатлон» с Дмитрием Губерниевым
18:40 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины. Прямая трансляция из Германии
19:55 Хоккей. ЦСКА — СКА (Санкт-Петербург). КХЛ. Прямая трансляция
22:25 Конькобежный спорт. Чемпионат Европы. Трансляция из Нидерландов [0+]
00:55 Футбол. Суперкубок Испании. Финал. Прямая трансляция
03:30 Лыжный спорт. Фристайл. Кубок мира. Акробатика. Трансляция из Ярославля [0+]
04:00 Профилактика на канале

ТВЦ

05:10, 01:25 Петровка, 38 [16+]
05:20 Х/ф «Не валяй дурака...» [12+]
07:15 «Фактор жизни» [12+]
07:40 Х/ф «Золотая парочка» [12+]
09:45 Д/ф «Ростислав Плятт. Интеллигентный хулиган» [12+]
10:40 «Спасите, я не умею готовить!» [12+]
11:30, 00:15 События
11:45 Х/ф «Сумка инкассатора» [12+]
13:40 «Смех с доставкой на дом» [12+]
14:30 Московская неделя
15:05 Д/ф «Женщины Лаврентия Берии» [16+]
15:55 «Прощание» [16+]
16:50 Д/ф «Маргарита Терехова. Всегда одна» [16+]
17:40 Х/ф «Замуж после всех» [12+]
21:30, 00:30 Х/ф «Коготь из Мавритании» [16+]
01:35 Д/ф «Слушай, Ленинград, я тебе спою...» [12+]
02:30 Х/ф «Трое в лифте, не считая собаки» [12+]
04:00 Х/ф «Мышеловка на три персоны» [12+]

Домашний

05:30 Д/с «Знать будущее. Жизнь после Ванги» [16+]
06:20 «6 кадров» [16+]
06:35 Пять ужинов [16+]
06:50 Х/ф «Трое в лабиринте» [16+]
09:05 Х/ф «Воспитание и выгул собак и мужчин» [16+]
11:15 Х/ф «Лабиринт» [16+]
15:15 Х/ф «Чужой грех» [16+]
19:00 Т/с «Любовь против судьбы» [16+]
22:55 Х/ф «Седьмой гость» [16+]
00:55 Т/с «Самый лучший муж» [16+]
04:05 Х/ф «Молодая жена» [16+]

Пятый канал

05:05 Т/с «Свои-3» [16+]
05:40 Т/с «Пятницкий. Глава третья» [16+]
10:15, 02:10 Т/с «Ветеран» [16+]
14:00 Т/с «Выжить любой ценой» [16+]

Культура

06:30 М/ф «Грибок-теремок»
07:05 Х/ф «Старый Новый год»
09:20 «Обыкновенный концерт» с Эдуардом Эфировым
09:50 Х/ф «Театр»
12:10, 01:10 Д/ф «Серенгети»
13:10 Письма из провинции
13:40 Д/ф «Другие Романовы»
14:10, 23:35 Х/ф «Девушка на борту»
15:45 Д/ф «Одна ночь в Лувре»
16:50 «Пешком...»
17:15 «Геликон-гала»
19:30 «Новости культуры» с Владиславом Флярковским
20:10 Д/ф «Апостол Павел»
21:10 Х/ф «Старомодная комедия»
22:40 Д/ф «Драконы с острова Комодо. История любви»
02:10 Д/с «Искатели»
03:00 Перерыв в вещании

Вестник Надыма

06:00, 15:15 «Авторский блок» [12+]
06:15 «ТРК Надым — 30 лет в эфире. «Это было в Надыме» [12+]
06:40, 15:45 «Простые рецепты» [12+]
07:15, 15:30 «Дайте слово» [12+]
07:30 Х/ф «Осенний подарок фей» [12+]
09:00 М/ф «Руби повелитель воды» [6+]
10:15 Обзор мировых событий [12+]
10:30 Кулинарное шоу «Здорово есть!» [12+]
11:00 Т/с «Принц Сибири» [12+]
16:20, 23:40 Концерт «Григорий Лепс — Парус» [6+]
18:40 Собеседник [12+]
19:00 Х/ф «И никто другой» [16+]
20:30 Х/ф «Только не сейчас» [16+]
22:00, 04:10 Х/ф «Цена страсти» [16+]
02:00 Х/ф «Не бойся темноты» [16+]
03:40 Музыка на канале [12+]

▼**Это интересно.** О каких событиях региона чаще всего в минувшем году писали журналисты

Топ-10 по медиаиндексу

Ситуационный центр округа и пресс-служба губернатора ЯНАО провели совместное исследование, которое определило самые заметные события 2020 года, отмеченные в средствах массовой информации. При помощи инструмента аналитической системы «Медиалогия» среди них были выбраны те, которые наиболее часто упоминались в СМИ региона и страны.

В итоге в топ-10 вошли события, как сыгравшие большую роль в частной жизни ямальцев, так и повлиявшие в целом на информационную повестку на Ямале. Многие из тем до сих пор не покидают первые строчки новостных лент.

■ **Чем выше медиаиндекс, тем ярче присутствие события в СМИ.** ИНФОГРАФИКА ПРЕДОСТАВЛЕНА ПРЕСС-СЛУЖБОЙ ГУБЕРНАТОРА ЯНАО

РЕЖИМ ПОВЫШЕННОЙ ГОТОВНОСТИ

На первом месте (медиаиндекс 6086) ожидаемо стоит введение режима повышенной готовности. Губернатор Дмитрий Артюхов объявил о нём в марте 2020 года. На Ямале были введены различные ограничения: обязательная самоизоляция для пожилых и людей с хроническими заболеваниями. Дети ушли на дистанционное обучение. До сих пор постановление губернатора дополняется и изменяется. Уточнены правила проведения утренников, нормы посещения образовательных учреждений, содержание общественных мест. На данный момент режим повышенной готовности подразумевает соблюдение санитарных требований — масочного режима, дистанцирования, самоизоляцию для людей пожилого возраста, тесты при выходе на работу после более чем 10-дневного отсутствия в регионе.

ЧЕСТНЫЙ МАРШРУТ

На втором месте по медиаиндексу (5261) — «Честный маршрут» губернатора. В августе в 10-дневную поездку по региону Дмитрий Артюхов отправился на легковом автомобиле LADA. Он сам вёл машину, заезжая в населённые пункты по пути. Эта поездка отличалась большим количеством незапланированных встреч с ямальцами. Кульминацией путешествия стал проезд по строящейся автодороге Салехард — Надым. Дмитрий Артюхов финишировал поздно вечером на УАЗе. Тогда глава субъекта ещё раз пообещал открытие по дороге сквозного проезда до конца года. В общей сложности, за рулем губернатор провёл более 30 часов, преодолев расстояние почти две тысячи километров.

НОВЫЙ МАМОНТ ЯМАЛА

Третьего места (медиаиндекс 4893) удостоилась очередная историческая находка — новый мамонт Ямала. Его нашли на озере Печевалавато в окрестностях Сеяхи. Огромные кости животного обнаружил местный житель. Ямал снова стал родиной сенсационной находки. Сейчас останки исследуют учёные, чтобы определить, как жило и от чего погибло доисторическое животное.

ПУРОВСКИЙ МОСТ

Четвёртое место (медиаиндекс 4076) — у Пуровского моста. Он связал три отдалённых района с основной сетью региональных дорог и обеспечил круглогодичный проезд через реку. Это первый в стране инфраструктурный объект, возведённый в рамках государственно-частного партнёрства. Округ не потратил на это ни копейки бюджетных средств. Проезд по мосту для легковых автомобилей бесплатный.

Как пояснил директор ситуационного центра ЯНАО Дмитрий Шевченко, исследование показывает, как журналисты различных изданий расценивают запросы своей аудитории относительно событий, происходящих в ЯНАО.

— Давая читателю и зрителю ямальскую повестку, СМИ ориентируются, прежде всего, на социальную значимость описываемых тем. Причём имеется в виду значимость как в инфраструктурном и социальном плане, так и в качестве примера для других регионов. Как, например, это происходило с Пуровским мостом. Это беспрецедентный проект для России, и он закономерно «зацепил» почти все федеральные СМИ, — считает Дмитрий Шевченко.

ДОРОГА НАДЫМ – САЛЕХАРД

На пятом месте с медиаиндексом 2230 — открытие круглогодичного проезда по дороге Надым — Салехард. Время в пути между городами сократилось в три раза — с 15 часов по зимнику до 4–5 часов. Сквозной проезд дал новые возможности для бизнеса в западной части региона. В Салехард уже зашли крупные торговые сети, у местных предпринимателей появилась возможность выходить на южные рынки Ямала, а также поставлять продукцию в другие регионы России.

ЦЕНТР ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА

Шестое место (медиаиндекс 1992) занимает открытие в окружной столице арктического центра добровольчества. Кратно возросла роль добровольцев, которые доставляли продукты и лекарства ямальцам на самоизоляции. Арктический центр добровольчества собрал всех активистов под единым началом. В числе ямальских добровольцев акции #МыВместе — 900 волонтёров. Они выполнили более 21 000 поступивших на горячую линию заявок.

СЕВЕРНЫЕ НАДБАВКИ ПО-НОВОМУ

Седьмое место (медиаиндекс 1863) заняло сообщение об изменении принципа начисления северных надбавок для работников бюджетной сферы, приезжающих на Ямал. Максимальную надбавку в 80 процентов они начали получать с первого дня работы. Эта мера сделала более привлекательным округ для востребованных тут специалистов. Всего за год в округ приехали 236 врачей, более 700 педагогов.

СОЦПОДДЕРЖКА НАСЕЛЕНИЯ

На восьмом месте — новые меры социальной поддержки населения (медиаиндекс 1637). Трудоспособным лицам, ухаживающим за неработающими дееспособными гражданами, достигшими возраста 18 лет и имеющими I группу инвалидности, установлена компенсационная выплата 18 946 рублей. Размер ежемесячного пособия, которое получают опекуны совершеннолетних недееспособных граждан, увеличен в три раза. Ежемесячное пособие для коренных народов Севера, ведущих традиционный образ жизни, увеличилось до пяти тысяч рублей. Размер материнского капитала на третьего ребёнка достиг самой большой в стране цифры — 500 тысяч рублей. И выплачивается также на всех детей после третьего.

РЕГИОНАЛЬНЫЙ МАТКАПИТАЛ

Девятое место (медиаиндекс 1491) занимает появление регионального материнского капитала за рождение второго ребёнка. Его размер составляет 150 тысяч рублей. Эту сумму получают все, кто родил или усыновил второго ребёнка после 1 января 2020 года.

ЗЕМСКИЙ ДОКТОР

Замыкает топ-10 (медиаиндекс 1418) увеличение в два раза выплат по программе «Земский доктор» — с 1 до 2 млн рублей, земским фельдшерам — с 500 тысяч до 1 млн рублей. За прошлый год благодаря программе на Ямал приехали 15 земских врачей и 5 фельдшеров.

По словам руководителя пресс-службы губернатора Олеси Литовских, рейтинг только подтверждает тенденции, которые команда губернатора видит во всех интерактивах с населением — прямых эфирах, общении во время поездок и так далее.

— Повестка губернатора в целом совпадает с глобальными потребностями аудитории средств массовой информации, так как мы видим в десятке самых медийных тем в основном социально чувствительные, ожидаемые людьми решения, — пояснила она.

Медиаиндекс — показатель качественного состояния информационного поля, формируемого СМИ вокруг события. Чем больше значение медиаиндекса, тем более ярким было присутствие события в СМИ. При расчёте медиаиндекса учитывается несколько параметров в рамках каждого сообщения с упоминанием объекта, в том числе влиятельность СМИ.

Пресс-служба губернатора ЯНАО.

▼**Здоровье.** Советы психолога помогут на пути к желанным изменениям

Вперёд, к переменам, или Как не обмануться и достичь цели

В декабре, когда календарный год подходит к концу, многие подводят итоги и строят планы на будущее. Новый год — сродни понедельнику, это всегда некий рубеж, который очень привлекателен для каких-то перемен, новых начинаний. Кто-то мечтает избавиться от вредной привычки, например, от курения, или, наоборот, выработать полезный навык: начать правильно питаться или заниматься спортом. Отговорки, сопротивление, препятствия на пути — сколько таких понедельников и Новых годов уже было? Жажда перемен обычно копится годами, но можно ли вмиг изменить жизнь? «РН» спросил об этом психолога ямальского центра общественного здоровья и медицинской профилактики Маргариту Мажурину.

■ **Психолог Маргарита Мажурина: «Формирование новой привычки — дело непростое, но вполне возможное».** ФОТО ПРЕДОСТАВЛЕНО ЯМАЛЬСКИМ ЦЕНТРОМ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ И МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

— Маргарита Геннадьевна, легко ли при большом желании внести коррективы в привычную жизнь?

— Опыт многих людей показывает, что формирование новой привычки — непростое дело, требующее упорства и последовательности в течение продолжительного времени.

— Какие ловушки и трудности можно встретить на этом пути?

— Есть пять основных факторов, которые сильно противодействуют в выработке новой привычки. Первый — нехватка терпения, пока новое действие станет привычкой. Стартовые шаги по формированию новых навыков обычно делаются в состоянии воодушевления, когда чей-то пример или статья, мотивируют взяться за ум. Но это состояние длится недолго. Мы ведь легко идём на компромисс с самими собой и даём себе слабину. Поэтому развитие новой привычки должно начинаться с твёрдого решения пройти весь путь до конца, какой бы сложный он ни был. И желательно составить чёткий пошаговый план.

Второй фактор: сила негативной привычки. Часто мы хотим приобрести новый навык, чтобы избавиться от вредной привычки. Например, решаем вместо сладкого перекусывать фруктами. Или хотим начать вставать рано, а до этого отсыпались на выходных до обеда. В некоторых случаях вредная привычка настолько сильна, что воспитание новой модели поведения останавливается после 1–2 недель работы над собой. Но для успеха не нужно начинать с места в карьер! Вначале замените один перекус на полезный, а когда привыкнете, общую цель достигните проще. Со вторым примером: начните сдвигать время отхода ко сну и время подъёма на 15 минут каждый день. Постепенно вы придёте к нужным часам подъёма и сна.

Срывы во время перевоспитания себя — ещё один фактор, мешающий достичь успеха. Мы не готовы им противостоять. Несколько дней пропуска опустошают мотивацию, мы теряем фокус внимания на привычке и сдаёмся. Срывы происходят из-за непредвиденных обстоятельств и многозадачности в ежедневной суете, когда мы случайно забываем про работу над привычкой. Такие осечки подрывают нашу веру в конечный результат. Тут стоит осознать, что все мы неидеальны, разработать алгоритм на случай неудачи и пообещать себе продолжить начатую работу.

Не стоит за один раз и менять слишком многое. Держать фокус внимания на массе задач очень сложно. Перед стартом любого дела я вспоминаю фразу: «Люди часто переоценивают то, что могут сделать за год, и часто недооценивают то, что могут сделать за десять лет». Эта цитата в полной мере отображает подход к формированию привычек. Некоторые почему-то считают, что за один месяц могут кардинально изменить жизнь, сформировав уйму полезных привычек. Но практика показывает, что небольшие, но постоянные улучшения и системная работа над собой в итоге приводят к лучшим результатам, чем попытки взяться за всё сразу.

И последний фактор-противодействие — это утрата мотивации на этапе формирования привычки. Мы меняемся благодаря мотивации и воле. Сначала, когда мы воодушевлены, работает мотивация. Когда она слабеет, приходится включать силу воли. Малая мотивация на старте приводит к провалу, если не подключить силу воли. Внешне достаточно простой процесс выработки привычки на деле получается куда более сложным, требующим дисциплины, терпения и кропотливой работы. Кстати, группа поддержки (родные, друзья) будет очень хороша в период работы над собой.

— Существуют ли какие-то методики, которые помогают осуществить задуманное?

— Да, к примеру, японская техника формирования привычки под названием «Принцип одной минуты». Её идея сводится к тому, что человек должен заниматься определённым делом ровно одну минуту, но ежедневно и в одно и то же время. Ведь минута времени — совсем немного, найти её не сложно, и лень не успеет помешать нам. Что же можно сделать за минуту? Прыгать на скакалке, качать пресс, делать гимнастику для глаз, повторять слова на иностранном языке, выполнять упражнения для дикции, — список можно составить огромный. Но заниматься надо регулярно.

■ **Психологи уверены: 66 дней достаточно, чтобы сформировать у себя полезную привычку.** ФОТО С САЙТА YAMALCMP.RU

— Сколько времени нужно в среднем, чтобы мозг привык к новому ритуалу?

— Согласно последним данным, которые получили исследователи психологии здоровья в Университетском колледже Лондона Филиппа Лалли, привычка формируется в среднем 66 дней. То есть именно столько мы должны без перерывов выполнять одно и то же действие, чтобы оно стало привычным.

— Это достаточно долгий срок. Как пройти его до конца и добиться результата?

— Всё не так сложно: 66-дневный период условно можно разделить на три части. Первые 22 дня длится этап разрушения старой модели поведения. Возможно, он один из самых сложных, ведь мы должны преодолеть силу укоренившихся в нас моделей поведения, предложив взамен что-то абсолютно новое. Подобно закону притяжения старые привычки будут всеми силами нас удерживать в привычном состоянии, препятствуя «выходу на новую орбиту». Ещё 22 дня длится инсталляция новой модели поведения. Мы преодолеваем «экватор». В это время уже начинают наблюдаться первые проявления автоматизма. Вместе с тем мы чувствуем накопившуюся усталость из-за постоянной необходимости осуществлять осознанный контроль за выполнением нового действия. На этом этапе очень важно мобилизовать всю свою силу воли, наполниться ещё раз вдохновением и пройти через своеобразный период турбулентности. В оставшиеся 22 дня происходят интеграция и закрепление. Третий этап нужен для того, чтобы отполировать привычку. Часто кажется, что уже вроде привычка сформирована. Но на самом деле ещё нужно провести работу, чтобы полностью довести действие до автоматизма. По завершении этапа интеграции уже не приходится задумываться над выполнением нового привычного действия. Уже легче его сделать, чем не сделать. Как видите, всё не так сложно: начинайте и идите вперёд. Всё получится!

Подготовила Екатерина АЛЕКСЕЕВА.

▼ **Социум.** Для тех, кто молод душой, проводят обучающие семинары

Добровольцы «серебряного» возраста

ДЕМОГРАФИЯ
НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

Лариса БАГУМЯН

В Надыме создали новую ветвь волонтёрского движения. Его участниками стали люди возраста 50+. Их уже начали обучать основным навыкам оказания помощи нуждающимся. Пока с учётом эпидобстановки занятия проводятся в онлайн-режиме, но пенсионеры с радостью в них участвуют.

■ **Помощь волонтёров пенсионного возраста может быть неоценима в деятельности добровольческих движений.** ФОТО С САЙТА YS.SAKH.COM

В самом первом эфире, который состоялся в конце прошлого года на площадке ZOOM, обучающий семинар «Нескучная пятница» собрал более пятидесяти человек. К нему присоединились жители других городов Ямала, а также Тюменской и Ленинградской областей, Пермского края.

ВОЛОНТЁРАМ ТОЖЕ ПОМОГАЮТ

Президент НКО «Светлые лица» Людмила Куят раскрыла новым добровольцам суть деятельности волонтёрского движения, познакомила их с модераторами и спикерами, которые проводили семинар в рамках программы «Молоды душой». Она с самого начала сумела создать непринуждённую и дружескую атмосферу, чтобы участники сосредоточились на максимальном восприятии информации, которой в этот день было немало. «Серебряные» волонтёры узнали не только о том, чем могут быть полезны обществу в своём возрасте, но и о льготах и поощрениях, которые сегодня полагаются добровольцам в связи с принятием федерального закона «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтёрстве)». Подчеркнула она и то, что законодатели регулярно выступают с различными инициативами по улучшению положения волонтёров. Например, им компенсируют потраченные в ходе деятельности личные средства. Добровольцам выделяются средства не только на спецодежду и индивидуальные средства защиты, но и на проезд до места работы, съём жилья, питание при длительной трудовой деятельности. А ещё им оплачивают медицинские счета, если травмы были получены в процессе выполнения задания благотворительного фонда, также им полагается медицинская страховка от несчастных случаев. Кроме вышеперечисленного, работодатель может вводить и собственные дополнительные льготы для работающих у него добровольцев (обычно это прописывается в уставе предприятия). Ежегодно региональные и федеральные депутаты совершенствуют законы о волонтёрстве, предлагая дополнительные возможности для социально активных граждан.

ОНИ ЕЗДЯТ НА ФОРУМЫ И УНИВЕРСИАДЫ

Руководитель арктического центра добровольчества Ольга Подковыркина рассказала слушателям, что на Ямале сегодня зарегистрировано 231 добровольческое объединение, в составе которых действуют более пятнадцати тысяч волонтёров. Очень многие изъявили желание помогать в нынешних условиях пожилым людям и тем, кто нуждается в постоянной заботе. Именно в Арктическом центре добровольчества могут получить консультационную и финансовую поддержку на реализацию доброго дела, социального проекта или акции как физические лица, так и добровольческие объединения. В округе уже почти год работает программа мобильности для волонтёров. Она позволяет обеспечить участие лучших активистов Ямала в крупных российских и зарубежных проектах. Иностранные добровольцы, в свою очередь, приезжают к нам. Так происходят обмен опытом и распространение лучших практик. Ольга Александровна отдельно подчеркнула важность появления регионального центра поддержки «серебряного» волонтёрства на базе такой опытной некоммерческой организации, как фонд поддержки гражданских инициатив «Светлые Лица».

Онлайн-семинар посетили и надымские депутаты. Заместитель председателя думы Надымского района Ольга Валова приветствовала участников и организаторов мероприятия от депутатского корпуса и выразила надежду на успешное поступательное развитие в районе новой ветви добровольчества. Об истоках «серебряного» волонтёрства в округе рассказала специалист федерального штаба ВОД «Волонтёры-медики» Галина Чувелёва из Санкт-Петербурга, которая поделилась опытом вовлечения граждан старшего поколения в добровольческую деятельность, а также рассказала о своём собственном участии в крупных событиях в качестве добровольца. В её активе — Международный форум молодёжи и студентов, всероссийская акция «Бессмертный полк», чемпионат мира по футболу FIFA, открытие эстафеты огня Зимней универсиады — 2019, Всемирная зимняя универсиада, 45-й мировой чемпионат по профессиональному мастерству WorldSkills Kazan — 2019 и многое другое. Участники с большим интересом слушали спикера. Каждый пытался представить себя на её месте и невольно задавался вопросом «А я смог бы так?». Галина Егоровна уверена, что это многим по плечу.

УЧИТЕСЬ ВДЫХАТЬ СЧАСТЬЕ, А ВЫДЫХАТЬ ДОБРО

Психолог ГБУЗ ЯНАО «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики» Маргарита Мажурина доступно и профессионально объяснила тонкости ряда нюансов, с которыми волонтёр может столкнуться при работе с людьми. Её выступление стало, безусловно, полезным для слушателей не только с точки зрения будущей деятельности, но и личностного роста. С живым интересом слушала аудитория и спортивного врача, рефлексотерапевта и нутрициолога Татьяну Дрямину из Перми, которая дала практические советы, продемонстрировав упражнения для разминки дыхания, что немаловажно в период пандемии. Спикер подчеркнула, что главное для человека — здоровье, положительный настрой и созерцание доброты. «Дышите правильно. Вдыхайте счастье, а выдыхайте добро!» — резюмировала Татьяна Александровна. Ей в унисон генеральный директор АНО «Меридиан творчества» Эльвира Ахметова предложила серию практических упражнений по тренировке дыхания и голоса. Немало интересного участники узнали от директора благотворительного фонда развития города Тюмени, координатора уральской сети ресурсных центров для НКО Веры Баровой.

— Нам нужно не успокоить огонь в душе добровольцев, а наоборот — раздуть! — убеждена Вера Владимировна. — Да, это порой неудобные граждане, которые постоянно чего-то хотят, кого-то теребят, не дают покоя. Но зато за них ничего не надо делать, а всё можно делать вместе с ними. Необходимо и новых людей вдохновить на добрые дела, помочь представителям старшего поколения поверить в собственные силы, ведь именно нашим «старшим» не занимать энергии и желания делать добро ближнему.

Наши добровольцы обладают большим потенциалом и огонь их сердец сумеет согреть множество тех, кому требуется помощь.

— Я уверена, что надымчане через некоторое время тоже попадут на большие мероприятия, — заключила Людмила Куят. — Надо только, чтобы мы победили коронавирус и вернулись к прежней активной жизни. Кстати сказать, в нашем фонде поддержки гражданских инициатив уже действуют шестнадцать волонтёров серебряного возраста. Это люди с большими душами и золотыми руками, готовые всегда прийти на помощь. Они передают свои умения подрастающему поколению, а предметы их рукоделия участвуют в благотворительных акциях, предлагаются на благотворительных ярмарках.

Стоит сказать, что «серебряное» волонтёрство стало развиваться в стране в рамках нацпроекта «Демография» как одна из программ активного долголетия. Оно помогает людям старшего возраста вести активную жизнь после выхода на пенсию, общаться и помогать тем, кому необходима помощь.

▼ **Криминал.** В ОМВД России по Надымскому району расследуются два факта мошенничества

Обманывают и крадут миллионы

Полиция призывает граждан к бдительности: недавние преступления мошенников отличаются особой дерзостью. Так, 14 декабря 2020 года в дежурную часть ОМВД России по Надымскому району обратилась 75-летняя местная жительница и заявила, что неизвестный пообещал ей выплату денежной компенсации, но обманул и похитил принадлежащие ей сбережения в размере 1 млн 156 тыс. рублей.

В ходе проведения проверки полицейские установили, что 8 декабря потерпевшей позвонил неизвестный мужчина, назвавший себя главным куратором следственного комитета, и пояснил, что на основании постановления суда города Москвы женщина признана пострадавшей от деятельности медицинской организации и ей назначена выплата в размере 620 тыс. рублей.

Для получения компенсации незнакомец велел надымчанке оплатить налог в размере 124 тыс. рублей, после чего в течение нескольких дней под разными предлогами звонил ей и требовал перевода денежных средств на предоставленные им реквизиты. В результате с принадлежащего заявительнице счёта произошло списание денежных средств на сумму 1 млн 156 тыс. рублей. Не дождавшись обещанных выплат, женщина обратилась в полицию.

Также в ноябре прошлого года в ОМВД России по Надымскому району был зарегистрирован факт хищения денежных средств в особо крупном размере. Обманутый мошенниками местный житель оформил займы в разных финансовых организациях на сумму 3 млн 400 тысяч рублей и во избежание их несанкционированного списания, по указанию лжесотрудников банка, перевёл на «безопасный счёт».

По данным фактам следственным отделом ОМВД России по Надымскому району возбуждены уголовные дела по признакам преступления, предусмотренного ч. 4 ст.159 УК РФ «Мошенничество, совершённое в особо крупном размере».

Сотрудники полиции предупреждают граждан: не разглашайте неизвестным лицам информацию по вашим банковским продуктам, в ситуациях, требующих немедленного принятия решений, звоните специалистам банка на телефон горячей линии, указанный с оборотной стороны банковской карты, либо обращайтесь в ближайшее отделение банка лично.

Анастасия ШАГАЛОВА,
старший инспектор направления по связям со СМИ ОМВД России по Надымскому району.

▼ **Актуально.** Ответственные службы подводят годовые итоги реализации регионального проекта «Сохранение лесов»

Обеспечить баланс между вырубкой и посадкой

экология
НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОЕКТЫ РОССИИ

В 2018 году указом президента Российской Федерации определён вектор на сохранение лесов, в том числе путём обеспечения 100 % баланса выбытия и воспроизводства лесов к 2024 году.

■ Мероприятия регионального проекта «Сохранение лесов» реализованы в районе на 100 процентов.
ФОТО С САЙТА AVTO.GOODFON.RU

Департаментом природно-ресурсного регулирования, лесных отношений и развития нефтегазового комплекса ЯНАО (ответственный исполнительный орган) на территории автономного округа реализуется региональный проект «Сохранение лесов», направленный на достижение показателей национального проекта «Экология». Его цель — обеспечение баланса выбытия и воспроизводства лесов на землях лесного фонда в автономном округе (100 % к 2024 году).

Основной показатель регионального проекта — отношение площади лесовосстановления и лесоразведения к площади вырубленных и погибших лесных насаждений. Все мероприятия, реализуемые в рамках регионального проекта, направлены на увеличение площади лесовосстановления, уменьшение площади погибших лесов и оснащение подведомственного специализированного учреждения (ОАУ «Леса Ямала») лесопожарной и лесохозяйственной техникой и оборудованием.

В текущем году были приобретены 3 культиватора, 1 лесной плуг, 2 кустореза, 2 трактора, 2 бульдозерных отвала, 2 седельных тягача, 1 МЛПК, прочее снаряжение и оборудование. Было проведено лесопатологическое обследование горельников на площади 3 000 га. Выполнены мероприятия, направленные на увеличение площади лесовосстановления: содействие естественному лесовосстановлению (минерализация почвы) на площади 1 637 гектаров; уходовая рубка в молодняках на площади 50 гектаров. Все плановые показатели, установленные региональным проектом «Сохранение лесов» на 2020 год, выполнены. Реализация регионального проекта на территории округа продолжится до 2024 года.

Игорь ЮМАТОВ,
главный специалист отдела надымского лесничества управления лесных отношений ДПРР ЯНАО.

▼ **Вниманию населения.** Планируется сбор информации о ряде объектов недвижимости

О проведении кадастровой оценки

Департамент имущественных отношений ЯНАО уведомляет, что в 2021 году на территории автономного округа решено провести государственную кадастровую оценку в отношении следующих объектов недвижимости: зданий, сооружений, объектов незавершённого строительства, помещений, машино-мест.

Процедура будет осуществляться во исполнение части 8 статьи 11 федерального закона от 03.07.2016 № 237-ФЗ «О государственной кадастровой оценке» и на основании приказа департамента от 30 ноября 2020 года № 11-О «О внесении изменения в пункт 1 приказа департамента имущественных отношений ЯНАО от 5 марта 2020 года № 1-О». Текст приказа размещён на официальном сайте правительства ЯНАО в разделе «Документы». С ним можно ознакомиться, пройдя по ссылке: yanao.ru/documents/rla/88475/.

В течение 2021 года государственное бюджетное учреждение автономного округа «Государственная кадастровая оценка» будет осуществлять сбор информации об указанных объектах недвижимости. Правообладатели могут уточнить характеристики своего объекта недвижимости путём подачи в учреждение декларации о характеристиках объектов недвижимости. Подача декларации осуществляется в порядке, установленном приказом Минэкономразвития России от 04.06.2019 № 318. Согласно части 1 статьи 12 федерального закона № 237-ФЗ приём деклараций осуществляется учреждением на постоянной основе. Форма декларации и примеры по её заполнению размещены на сайте: gko.yanao.ru в разделе «Подготовка к проведению ГКО».

Направить декларацию можно в учреждение лично, а также почтовым отправлением по адресу: 629008, ЯНАО, г. Салехард, а/я 1/38, ГБУ ЯНАО «Государственная кадастровая оценка», а также через многофункциональный центр предоставления государственных и муниципальных услуг или с использованием информационно-телекоммуникационных сетей общего пользования, в том числе по адресу электронной почты: gko@dio.yanao.ru.

Департамент имущественных отношений ЯНАО.

gismeteo.ru

Погода	9/01	10/01	11/01
	–26…–30° 771 мм рт. ст.	–26…–24° 768 мм рт. ст.	–19…–21° 760 мм рт. ст.

Официально. К сведению иностранных граждан, лиц без гражданства и иностранных юридических лиц

В каких случаях возможна процедура отчуждения

Администрация Надымского района информирует: в силу положений, указанных в ч. 3 ст. 15 Земельного кодекса РФ, на территории муниципального округа Надымский район ЯНАО, иностранные граждане, лица без гражданства и иностранные юридические лица не могут обладать на праве собственности земельными участками, находящимися на приграничных территориях и на иных установленных особо охраняемых территориях Российской Федерации в соответствии с федеральными законами. Речь, в частности, идёт о ч. 2 ст. 28 федерального закона № 261-ФЗ от 08.11.2007 «О морских портах в Российской Федерации и о внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации», ст. 3 федерального закона № 101-ФЗ от 24.07.2002 «Об обороте земель сельскохозяйственного назначения».

Перечень приграничных территорий определён указом президента РФ от 09.01.2011 № 26 «Об утверждении перечня приграничных территорий, на которых иностранные граждане, лица без гражданства и иностранные юридические лица не могут обладать на праве собственности земельными участками» в соответствии с федеральным законодательством о государственной границе Российской Федерации.

Права, возникшие в связи с регистрацией прав собственности иностранными гражданами, лицами без гражданства и иностранными юридическими лицами на объекты недвижимости в силу норм жилищного и гражданского законодательств, а также в силу федерального закона № 93-ФЗ от 30.06.2006 «О внесении изменений в некоторые законодательные акты Российской Федерации по вопросу оформления в упрощённом порядке прав граждан на отдельные объекты недвижимого имущества», применения решения Высшего совета сообщества Беларуси и России от 02.04.1997 № 3 «Об обеспечении равных прав граждан Беларуси и России на приобретение в собственность, владение, пользование и распоряжение имуществом», ст. 6 договора между Российской Федерацией и Республикой Беларусь от 25.12.1998 «О равных правах граждан» и жилищного законодательства, нарушают положения ч. 3 ст. 15 Земельного кодекса Российской Федерации.

В случае выявления указанных нарушений администрация Надымского района будет вынуждена принять меры по их устранению в соответствии со ст. 238 Гражданского кодекса Российской Федерации:

— если по основаниям, допускаемым законом, в собственности лица оказалось имущество, которое в силу закона не может ему принадлежать, это имущество должно быть отчуждено собственником в течение года с момента возникновения права собственности на имущество, если законом не установлен иной срок;

— в случаях, когда имущество не отчуждено собственником в сроки, указанные в пункте 1 настоящей статьи, такое имущество, с учётом его характера и назначения, по решению суда, вынесенному по заявлению государственного органа или органа местного самоуправления, подлежит принудительной продаже с передачей бывшему собственнику вырученной суммы либо передаче в государственную или муниципальную собственность с возмещением бывшему собственнику стоимости имущества, определённой судом. При этом вычитаются затраты на отчуждение имущества.

Телефон для справок: 53-57-11.

Департамент муниципального имущества администрации Надымского района.

Реклама, объявления

Сдаётся 1-комн. квартира в г. Тюмени на длительный срок (ул. Одесская, д. 57). **Тел.: 8 912 435-72-59.**

Администрация Надымского района уведомляет об изменении с 01.01.2021 реквизитов для перечисления арендной платы по договорам аренды земельных участков, муниципального имущества и коммерческого найма. Актуальная информация о реквизитах размещена на официальном сайте администрации Надымского района (nadymregion.ru).

Дополнительная информация по тел.: 53-83-34 или по адресу: г. Надым, ул. Полярная, 5, кабинет № 5.

Управление общей политики администрации Надымского района.

РАБОЧИЙ НАДЫМА ПОДПИСКА 2021

https://podpiska.pochta.ru/press/П5055
https://podpiska.pochta.ru/press/П4619

на 1 месяц
135,74 ₽

на 1 год
1 656,79 ₽

Ответы на сканворд, опубликованный в № 1 от 01.01.2021 г.

По горизонтали: Одиссея. Расследование. Берри. Армяне. Барыкин. Греки. Дачники. Анод. Темпера. Течение. Угри. Каас. Гол. Ритм. Драп. Ткань. Сурик. Аура. Иск. Лемур. Озон. Оплот. Тенге. Харч. Аркип. Сбруя. Дракула. Арфа. Мясо. Грёзы. Саго. Арака. Плот. Верх. Дохляк. Всход. Смыв. Ланца. Кэш. Ниша. Емеля. Дуст. Энди. Говор. Опрос. Унитаз. Цикута. Лавр. Игрек. Люпус. Тесто. Секс. Корд. Дамы. Часики. Клён. Крапины. Лобан.

По вертикали: Драже. Сеятель. Ябеда. Причт. Бирч. Рыбин. Сервер. Локаут. Донор. Африка. Искра. Ингмар. Неясыть. Кедр. Диадро. Мга. Понно. Алина. Секач. Измаил. Раз. Трофимов. Клерк. Охра. Лесс. Тир. Гаага. Риф. Хула. Палас. Босх. Ягоды. Шейх. Дыня. Ролики. Анюша. Рондо. Квас. Единица. Оверлок. Лье. Кляп. Дуэт. Маваси. Цусима. Агути. Лорен. Турки. Нал. Дзюдо. Отёк. Риск. Неон. Икры. Сума. Все. Паб. Сын.

Печатный вариант спецвыпусков газеты «Рабочий Надыма» можно получить в редакции, pdf-версию можно скачать на странице газеты в социальной сети «ВКонтакте».

12+
РАБОЧИЙ НАДЫМА

Учредители: Администрация муниципального образования Надымский район, муниципальное автономное учреждение муниципального образования Надымский район «Редакция газеты «Рабочий Надыма»
И. о. главного редактора **Е. В. Пекка**

Адрес редакции и издательства:
629730, ЯНАО, г. Надым, ул. Зверева, 3/2
e-mail: RED75RN@MAIL.RU
отдел рекламы: REK75RN@MAIL.RU

Подписные индексы:
полугодовой индекс – П5055
Цена подписки на 1 месяц – 128,11 ₽
Цена подписки на 6 месяцев – 768,66 ₽
Розничная цена – свободная

Телефоны редакции:
главный редактор.....50-25-19
корреспонденты.....50-23-91
директор.....50-25-12
бухгалтерия.....50-25-17
реклама, объявления, типография.....50-25-14
отдел спецвыпусков.....50-23-86
Газета зарегистрирована Управлением Роскомнадзора по Тюменской области, Ханты-Мансийскому автономному округу – Югре и Ямало-Ненецкому автономному округу 05.06.2019 г.
Регистр. св-во ПИ № ТУ72-01557
Отпечатано в типографии муниципального автономного учреждения муниципального образования Надымский район «Редакция газеты «Рабочий Надыма»
Адрес: 629730, ЯНАО, Надым, ул. Зверева, 3/2.

Подписание в печать по графику в 14:00, фактически – в 14:00.
Заказ № 2
Тираж номера 424 экземпляра
Мнение редакции может не совпадать с мнением авторов. Письма, рукописи и фотографии не рецензируются и не возвращаются. За достоверность рекламы и объявлений редакция ответственности не несёт.