

19 июля, четверг

## АДВОКАТ

Ведение арбитражных, уголовных, гражданских, жилищных, семейных дел.

реклама

Тел. 8-902-63-355-70. Ул. Веры Засулич, 42а

**08:05** «Доктор и...» (16+)  
**08:35** Х/ф «Испытательный срок». (16+)  
**10:35** «Короли эпизода. Борис Новиков». (12+)  
**11:30, 14:30, 19:40, 22:00, 00:00** «События».  
**11:50** Х/ф «Преступления страсти». (16+)  
**13:35, 04:25** «Мой герой. Сергей Горобченко». (12+)  
**14:50** «Город новостей».  
**15:05, 02:35** Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)  
**16:55, 05:10** «Естественный отбор». (12+)

**17:45** Т/с «Так не бывает». (16+)  
**20:00** «Право голоса». (16+)  
**22:30** «10 самых... Несчастливые судьбы детей-актеров». (16+)  
**23:05** Д/ф «Наследство советских миллионеров». (12+)  
**00:35** «90-е. Чумак против Кашпировского». (16+)  
**01:25** Д/ф «Любимые женщины Владимира Ульянова». (12+)

РОССИЯ **К** КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

**06:30** «Пленницы судьбы». «Маргарита Тучкова».  
**07:05, 17:55** Т/с «В лесах и на горах». (16+)  
**07:50** «Петербург: время и место». «Русский Фауст». Ведущий В. Дегтярь.  
**08:20** Х/ф «Последнее лето детства». (12+)  
**09:30** Д/с «Маленькие капитаны». (12+)  
**10:00, 19:30, 23:20** Новости культуры.  
**10:15** «Наблюдатель».  
**11:15** Х/ф «Следствие ведут знатоки. Побег». (12+)  
**12:45** Д/ф «Николай Федоренко. Человек, который знал...» (12+)  
**13:30, 02:40** Д/ф «Национальный парк Дурмитор. Горы и водоёмы Черногории». (12+)  
**13:50** «Искусственный отбор».  
**14:30** Д/с «Романовы. Личные хроники века». «Жизнь в изгнании». (12+)  
**15:00** Новости культуры. Пермь.  
**15:10** «Эрмитаж». Авторская программа Михаила Пиотровского.  
**15:45, 23:40** Д/ф «В поисках Жозефины». (12+)  
**16:40, 01:30** Туган Сохиев и Национальный оркестр Капитолия Тулузы.  
**18:35** «Цвет времени». «Михаил Лермонтов».  
**18:45** Д/с «Холод». «Психология». (12+)  
**19:45** Д/ф «Служебный роман» с кинокамерой». (12+)

**20:25** «Цвет времени». «Тициан».  
**20:40** «Спокойной ночи, малыши!»  
**20:55** Д/с «Романовы. Личные хроники века». «Обретение России». (12+)  
**21:20** Т/с «Баязет». (12+)  
**22:50** К 80-летию со дня рождения Алексея Германа. «Герман, сын Германа». Фильм 4-й.  
**00:35** Д/ф «Алексей Ляпунов. Лицо дворянского происхождения». (12+)  
**01:15** «Цвет времени». «Леонид Пастернак».

МАТЧ! МАТЧ ТВ

**06:45** Х/ф «Человек внутри». (16+)  
**08:30** «По России с футболом». (12+)  
**09:00, 10:55, 13:35, 15:55, 17:25, 21:40, 23:15** Новости.  
**09:05, 13:40, 16:00, 20:55, 01:05** «Все на «Матч!»»  
**11:00** «Город футбола: Екатеринбург». (12+)  
**11:20, 01:35** «ЧМ. Live». Специальный репортаж. (12+)  
**11:50** Смешанные единоборства. Bellator. Патрисио Фрейре — Даниэль Вайхель. Андрей Корешков — Васо Бакочевич. Трансляция из Италии. (16+)  
**14:10** Смешанные единоборства. Bellator. Джулия Бадд — Талита Ногейра. Эдуардо Дантас — Майкл Макдональд. Трансляция из США. (16+)  
**16:55** «Россия. Как появляется надежда». Специальный репортаж. (12+)  
**17:30** «Футбольные каникулы. ФК «Крылья Советов». (12+)  
**18:00** Т/ф «Обещание». (16+)  
**19:55** «Наш ЧМ. Тенденции». Специальный репортаж. (12+)  
**21:45** Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. 1/2 финала. Мурат Гассиев — Юниер Дортикос. Трансляция из Сочи. (16+)  
**22:50** «Гассиев vs Усик». Специальный репортаж. (16+)  
**23:25** Водное поло. ЧЕ. Женщины. Россия — Венгрия. Трансляция из Испании.  
**00:35** «Мурат Гассиев с Алексеем Ягудиным». (12+)  
**02:05** Х/ф «Новая полицейская история». (16+)  
**04:25** Смешанные единоборства. UFC. Благой Иванов — Джуниор дос Сантос. Трансляция из США. (16+)  
**06:10** Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. 1/2 финала. Майрис Бриедис — Александр Усик. Трансляция из Латвии. (16+)

1 Первый Канал

**05:00** «Доброе утро».  
**09:00, 12:00, 15:00** Новости.  
**09:15, 05:30** «Контрольная закупка».  
**09:50** «Жить здорово!» (16+)  
**10:55, 03:35** «Модный приговор».  
**12:15, 17:00, 01:00** «Время покажет». (16+)  
**15:15** «Давай поженимся!» (16+)  
**16:00, 04:35** «Мужское/Женское». (16+)  
**18:00** Вечерние новости.  
**18:15** «Видели видео?»  
**19:00** «Человек и закон» с Алексеем Пимановым». (16+)  
**19:55** «Поле чудес». (16+)  
**21:00** «Время».  
**21:30** «Три аккорда». (16+)  
**23:25** Х/ф «Однажды вечером в поездке». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ / ГТРК «Пермь»

**05:00, 09:15** «Утро России».  
**05:07, 05:35, 07:07, 08:07, 08:35** «Местное время». «Вести — Пермь. Утро».  
**09:00, 11:00, 14:00, 17:00, 20:00** «Вести».  
**09:55** «О самом главном». (12+)  
**11:40, 14:40, 17:40, 20:45** «Местное время». «Вести — Пермь».  
**12:00** «Судьба человека» с Борисом Корчевниковым». (12+)  
**13:00, 19:00** «60 минут». (12+)  
**15:00** Т/с «Склифосовский». (12+)  
**18:00** «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)  
**21:00** «Петросян-шоу». (16+)  
**23:25** Х/ф «Когда наступит рассвет». (12+)  
**03:25** Х/ф «Жених». (12+)

НТВ НТВ

**04:50** «Подозреваются все». (16+)  
**05:20, 06:05, 00:25** «Суд присяжных». (16+)  
**06:00, 10:00, 13:00, 16:00, 19:00** «Сегодня».  
**06:30** «Деловое утро НТВ». (12+)  
**08:30, 10:25** Т/с «Возвращение Мухтара — 2». (16+)  
**13:25** «Обзор. Чрезвычайное происшествие».  
**14:00** Т/с «Ментовские войны — 5». (16+)  
**16:25** «Скелет в шкафу». (16+)  
**17:00** «ДНК». (16+)  
**18:00, 19:40** Т/с «Морские дьяволы — 3». (16+)  
**20:40** Т/с «Лесник. Своя земля». (16+)  
**22:30** «Неожиданный Задорнов». (12+)  
**01:25** «И снова здравствуйте!» (0+)  
**02:05** Т/с «Стервы». (18+)  
**03:55** Т/с «Дорожный патруль — 4». (16+)

ТНТ ТНТ

**07:00, 07:30, 08:00, 08:30, 06:00, 06:30** «ТНТ. Best». (16+)  
**09:00, 23:00** «Дом-2». (16+)  
**11:30** Т/с «Улицы». (16+)  
**12:30** «Битва экстрасенсов». (16+)

20 июля, пятница

**13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 16:00, 21:00** «Комеди Клуб. Дайджест». (16+)  
**17:00** «Комеди Клуб». (16+)  
**20:00** «Comedy Woman». (16+)  
**22:00** «Не спать!» (16+)  
**01:00** «Такое кино!» (16+)  
**01:35** Х/ф «Зубная фея». (12+)  
**03:35** «Импровизация». (16+)  
**05:00** «Где логика?» (16+)

РЕН ТВ / Рифей

**06:00** «Новый день». (16+)  
**08:30, 12:30, 16:30** Новости «24». (16+)  
**09:00, 14:00** «Документальный проект». (16+)  
**12:00, 16:00** «Информационная программа 112». (16+)  
**13:00** «Загадки человечества» с Олегом Шишкиным». (16+)  
**17:00** «Тайны Чапман». (16+)  
**18:00** «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
**19:00** «Вечер на «Рифее». (16+)  
**20:00** Документальный спецпроект «Засекреченные списки. Самые худшие!» (16+)  
**22:00** ТСН. (16+)  
**22:30** Документальный спецпроект «Засекреченные списки. Не повторять — убьёт!» (16+)  
**00:30** Документальный спецпроект «Неудачники». (16+)  
**01:20** Х/ф «Области тьмы». (16+)  
**03:20** «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко». (16+)

24 ВЕТТА ВЕТТА 24

**06:00** «Утренний вестник».  
**11:45, 18:10, 23:05** «Молодое поколение выбирает».  
**11:55, 18:45** «Экология пространства».  
**12:00** Т/с «Саша добрый, Саша злой». (16+)  
**13:00, 17:00** «Эх, дороги!»  
**13:05, 23:30** «Лобби-холл».  
**13:25, 17:30, 00:35** «Цена вопроса».  
**13:45, 19:00, 23:15** «Новости экономики и политики».  
**14:00, 16:00** «Дневной вестник».  
**15:00** «Золотой час хозяйки дома».  
**17:05** «Дружить с деньгами».  
**17:15** «Научиться лечиться».  
**17:50** «Доступный Урал».  
**18:05, 20:45** «Ворчун».  
**18:20, 22:00** «Тот самый вкус».  
**18:25** «Здоровье для».  
**18:30, 22:10** «Чтоб я так жил». (6+)  
**18:40, 21:35, 00:55** «Астропрогноз». (0+)  
**18:50, 20:50, 23:50** «На самом деле».  
**19:15** «Белая студия».  
**19:45** «Специальный репортаж».  
**20:00** «Свободное время».  
**20:05** «Книжная полка».  
**20:10** «Здоровые дети».  
**20:15** «Краев не видишь?»  
**20:30, 22:05** «Пудра».  
**20:35** «Хорошие люди».  
**21:00, 22:30, 00:00** «Вечерний вестник».  
**21:40** «Витрины».  
**22:20** «Дачные истории».  
**01:00** «Легкого сна».

СТС СТС

**06:00** М/с «Смешарики». (0+)  
**06:35** М/с «Команда Турбо». (0+)  
**07:00** М/с «Шоу мистера Пибоди и Шермана». (0+)  
**07:25** М/с «Три кота». (0+)  
**07:40** М/с «Том и Джерри». (0+)  
**08:30** М/с «Кухня». (12+)  
**09:30, 01:20** Х/ф «Заложник». (16+)  
**11:45** Х/ф «Хаос». (16+)  
**14:00, 03:30** Т/с «Улётный экипаж». (16+)  
**19:00, 19:30** Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
**21:00** Х/ф «РЭД-2». (12+)  
**23:15** Х/ф «Воздушный маршал». (12+)

ДОМАШНИЙ

**06:30, 07:30, 18:00, 23:35, 05:15** «6 кадров». Скетч-шоу. (16+)  
**07:00** Т/с «Понять. Простить». (16+)  
**07:55** «По делам несовершеннолетних». Судебное шоу. (16+)  
**10:00** Т/с «Подари мне жизнь». (16+)  
**19:00** Х/ф «Метель». (16+)  
**22:35** Т/с «Глухарь. Возвращение». (16+)  
**01:25** Х/ф «Смятение сердец». (16+)  
**03:15** Д/ф «Измены». (16+)  
**06:00** «Жить вкусно с Джейми Оливером». (16+)

ЦЕНТР ТВЦ

**06:00** «Настроение».  
**08:00** Д/ф «Елена Яковлева. Женщина на грани». (12+)  
**08:50, 11:50** Х/ф «Синхронистки». (12+)  
**11:30, 14:30, 22:00** «События».  
**12:55** Ольга Погодина в программе «Жена. История любви». (16+)  
**14:50** «Город новостей».  
**15:05** «Вся правда». (16+)  
**15:40** Х/ф «Любовь со всеми остановками». (12+)  
**17:35** Х/ф «Государственный преступник». (16+)  
**19:30** «В центре событий» с Анной Прохоровой». (16+)  
**20:40** «Красный проект». (16+)  
**22:30** «Задорнов больше чем Задорнов». (12+)  
**00:10** «Дикие деньги. Сергей Полонский». (16+)  
**01:05** «90-е. Вашингтонский обком». (16+)  
**01:55** «Хроники московского быта. Юбилей генсека». (12+)  
**02:50** «Петровка, 38». (16+)  
**03:05** Т/с «Мисс Марпл Агаты Кристи». (12+)  
**04:55** Д/ф «Жанна Прохоренко. Баллада о любви». (12+)

РОССИЯ **К** КУЛЬТУРА / ГТРК «Пермь»

**06:30** «Пленницы судьбы». «Ариадна Тыркова-Вильямс».  
**07:05** Т/с «В лесах и на горах». (16+)  
**07:50** «Петербург: время и место». «Портрет фотографа». Ведущий В. Дегтярь.  
**08:20** Х/ф «Последнее лето детства». (12+)  
**09:30** Д/с «Маленькие капитаны». (12+)

**10:00, 19:30, 23:20** Новости культуры.  
**10:15** «Наблюдатель».  
**11:15** Х/ф «Следствие ведут знатоки. Побег». (12+)  
**12:50** Д/ф «Алексей Ляпунов. Лицо дворянского происхождения». (12+)  
**13:30, 17:30** Д/ф «Сан-Марино. Свободный край в Апеннинах». (12+)  
**13:50** «Искусственный отбор».  
**14:30** Д/с «Романовы. Личные хроники века». «Обретение России». (12+)  
**15:00** Новости культуры. Пермь.  
**15:10** Х/ф «Насреддин в Бухаре». (12+)  
**16:45** Д/ф «Александр Ворошило. Свой голос». (12+)  
**17:50** Х/ф «Одна строка». (12+)  
**19:45** К юбилею Нани Брегвадзе. «Линия жизни».  
**20:35** «Искатели». «Титаник» античного мира».  
**21:20** «Цвет времени». «Ж.-Э. Лиотар. «Прекрасная шоколадница».  
**21:30** Х/ф «Я тебя ненавижу». (12+)  
**22:50** 80 лет со дня рождения Алексея Германа. «Герман, сын Германа». Фильм 5-й. Заключительный.  
**23:40** Х/ф «Трудно быть богом». (18+)  
**02:30** М/с «К югу от севера», «Брэкл» (12+)

МАТЧ! МАТЧ ТВ

**07:10** Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. 1/4 финала. Мурат Гассиев — Кишишtof Влодарчик. Трансляция из США. (16+)  
**07:35** Профессиональный бокс. Всемирная суперсерия. 1/2 финала. Мурат Гассиев — Юниер Дортикос. Трансляция из Сочи. (16+)  
**08:30** «По России с футболом». (12+)  
**09:00, 10:55, 13:50, 15:30, 17:00, 21:05, 22:45** Новости.  
**09:05, 17:05, 19:30, 22:50, 01:00** «Все на «Матч!»»  
**11:00** «Футбольное столетие». (12+)  
**11:30** Х/ф «Уличный боец». (12+)  
**13:20** «Трудности перевода». (12+)  
**13:55, 17:55** «Формула-1». Гран-при Германии. Свободная практика.  
**15:35** Кикбоксинг. «Жара Fight Show». Сергей Харитонов — Фредерик Синистра. Забит Самедов — Фредди Кемайо. (16+)  
**17:25** «Футбольные каникулы. ФК «Оренбург». (12+)  
**19:55** Водное поло. Чемпионат Европы. Мужчины. Россия — Румыния. Трансляция из Испании.  
**21:10** пляжный футбол. Евролига. Россия — Азербайджан. Трансляция из Москвы.  
**22:15** «Путь чемпиона». Специальный репортаж. (12+)  
**23:35** Лучшие поединки Мурата Гассиева. (16+)  
**00:35** Всемирная суперсерия. «Гассиев vs Усик. Перед боем». (16+)  
**01:30** Х/ф «Воин». (16+)  
**04:15** Х/ф «Добейся успеха». (16+)  
**06:00** Футбол. Международный кубок чемпионов. «Манчестер Сити» (Англия) — «Боруссия» (Дортмунд, Германия).

• город и мы

Карина Турбовская

## Плоггинг по-пермски

Новые экологические тенденции Европы в Перми

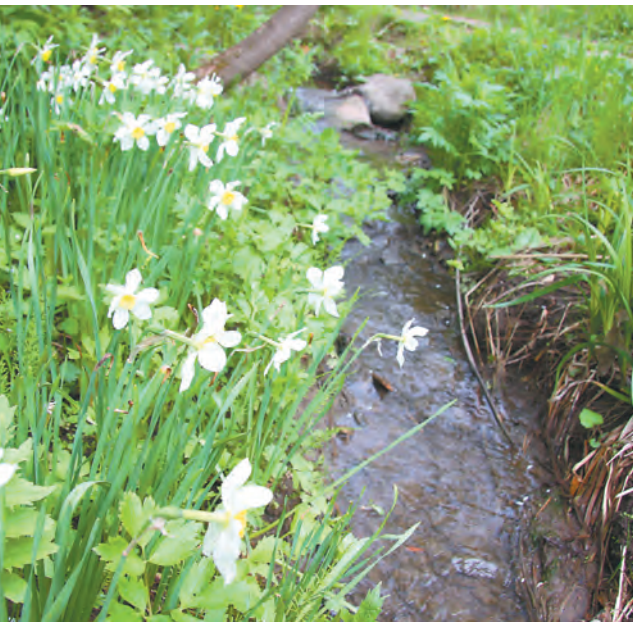
Сегодня в нашем городе можно заняться плоггингом, по-просту — сбором мусора во время пробежек или прогулок. Это сочетание здорового образа жизни и экологического подхода к окружающей среде не так давно появилось в Швеции. Сегодня плоггинг стремительно набирает популярность в самых разных странах. Так что Пермь буквально на пике «зелёной» моды.

Казалось бы, что тут организовывать? Отправился на традиционную пробежку, не забудь захватить пакет для мусора. Однако общественный активист, один из создателей пермского Сада соловьёв Надежда Баглей считает, что было бы хорошо поддержать такую прекрасную инициативу. Для этого вдоль малых рек будут определять маршруты, на финише которых разместят мусорные баки. Так, человек, который решил во время пробежки немного прибраться, будет

иметь возможность выбросить собранный мусор. «Чем хорош плоггинг? Тем, что это не акция. Это то, что может делать любой человек, когда ему удобно. Взял пакет для мусора, перчатки, бежишь или едешь на велике и делаешь город чище. Тем более приближается Пермский марафон и многие давно вышли на тренировки», — напоминает Надежда Баглей.

Тренироваться же лучше там, где чистый воздух, зелёная среда, в частности всё вдоль тех же малых рек.

«Посчитаем бонусы. Ты бежишь по экологически



чистому месту. Нагибаешься или приседаешь, значит, сжигаешь больше калорий.

Прибираешься в родном городе. Да ещё наши активисты предлагают отправлять

этот мусор на переработку, то есть получать за него какую-то небольшую копеечку и отдавать её на благотворительные проекты. Представляете, каким счастливым вернётся домой человек после такой тренировки?!» — говорит Надежда.

Сегодня по разработанным маршрутам уже прошли первые экологические пробежки. Спортсмен-любитель Наталья Костарева говорит, что на необычную тренировку вышли порядка 30 человек: «Здорово, когда совпадают два увлечения: экология и бег. По сути, ты выполняешь предназначение, делаешь мир чище и занимаешься своим хобби — бегом». Сама она решила продолжить заниматься плоггингом и дальше.

Есть отличные новости и для поклонников долгих

пеших прогулок. По словам Надежды Баглей, сегодня готовятся официальные паспорта туристических маршрутов вдоль двух малых рек Перми. Уже в этом сезоне вдоль Ивы и Данилихи можно будет пройти от истока до устья. Зимой Надежда полагает пополнить список «речных» маршрутов. Третьей «прогулочной» рекой, вероятнее всего, станет Егошиха. Так что при хорошем раскладе 2018 год подарит пермякам 20–30 км пешеходных, а местами и велосипедных дорожек по долинам пермских рек.

Все экологические, туристические, спортивные, просветительские мероприятия, которые организуют активисты, сплотившиеся вокруг темы малых рек Перми, можно найти на странице ВКонтакте «Слушай соловья».

Евгений Запискин