

№04
(625)

ТВ-программа с 29 января по 4 февраля 2024 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**ГОТОВИМСЯ
К НОВОМУ
ДАЧНОМУ
СЕЗОНУ**

стр. 12

**5 ПРАВИЛ
ДЛЯ КРЕПКИХ
НЕРВОВ**

стр. 14

**ПАВЕЛ
ТРУБИНЕР**

**ТРУДНЫЕ СИТУАЦИИ –
ЭТО УРОКИ** стр. 2

**«МУВЕР» –
лечит боль
и воспаление**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 5

**ВАЛЕНКИ:
ОТ УЛИЦЫ
ДО ПОДИУМА**

стр. 11

**ЧТО ЗА
ПРЕЛЕСТЬ
ЭТИ СОЛЯНКИ!**

стр. 10

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

ISSN 2226-6380

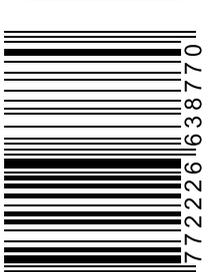


Фото Вадима Тараканова

24004
9 772226 638770

На телеканале РЕН ТВ 28 января состоится премьера – сериал «Банда «ЗИГ ЗАГ». Сюжет основан на реальных событиях, происшедших зимой 1942 года в блокадном Ленинграде.

Павел ТРУБИНЕР:

Трудные ситуации – это уроки

К тому времени запасы продовольствия в городе иссякли, поставки были заблокированы. Осажденный город умирал от голода. Именно тогда в Ленинграде появилась банда «ЗИГ ЗАГ», промышленная мафия, занимавшаяся грабежами. Преступники в основном занимались подделкой продовольственных карточек. Один из бандитов – Фёдор Кириллов, завербованный немцами уголовник по кличке Федя-полкопейки. Его в этой картине играет харизматичный Павел Трубинер, который рассказал нашему корреспонденту, что никогда прежде не играл хладнокровного убийцу, у которого не осталось ничего человеческого...

«Звездность переживают все актеры, но в разной степени. Я через это тоже прошел, были какие-то всплески, но не сильные. Наверное, потому, что у меня не было ситуации, когда в одно прекрасное утро я проснулся знаменитым».

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю, чтобы люди были добрее друг к другу. Время сейчас непростое, очень быстрое, и если люди перестанут замечать друг друга, поддерживать, ни к чему хорошему это не приведет.

чаемся редко, зато за площадкой общались достаточно. Игорь – замечательный актер, я его очень люблю. В этой картине он, как всегда, потрясающий. Очень тонкая и серьезная получилась работа.

Что касается Кати Вилковой, она потрясающая артистка. Мы с ней не единожды работали вместе и как партнеры понимаем друг друга с полуслова. Поэтому всегда рад с ней работать, встречаться.

Снег возили машинами

– «Банда «ЗИГ ЗАГ» снималась в прошлом феврале, когда снега было немного. А зима 42 года в Ленинграде была снежной, лютой. Как выходишь из положения?

– Малоснежная зима добавила сложностей съемочной группе. Приходилось свозить снег со всех окрестностей Петербурга, из Ленинградской области. А вот холода было не занимать. Некоторые дни были очень суровые, мерзлы основательно.

– В Петербурге всегда много интересных локаций. Какая из них на этом проекте была самой запоминающейся?



– Когда снимали в шпале Петропавловской крепости. Просто так туда не попасть. Так что спасибо нашей профессии.

Звёздная болезнь

– Вы рано стали популярным. Удалось избежать звёздной болезни?

– Звездность переживают все актеры, но в разной степени. У кого-то эта «болезнь» проходит в сильной форме, у кого-то в слабой. Я через это тоже прошел, были какие-то всплески, но не сильные. Наверное, потому, что у меня не было ситуации, когда в одно прекрасное утро я проснулся знаменитым. Мой карьерный рост шел постепенно, по ступенькам, поэтому громкой популярности, которая бы шаркнула по голове, не случилось. Все вышло как-то органично. Возможно, мне в этом повезло.

– Некоторые артисты признаются, что их раздражает популярность,

хотя когда-то о ней мечтали.

– Не верьте. Это лукавство. Актеры – люди тщеславные, амбициозные. Популярность любят все, она притягательна, такова человеческая натура. А у актеров она – еще часть профессии, и надо с популярностью обходиться очень осторожно. Для зрителя ты – персонаж с экрана, он не знает твоей личной жизни, внутренних переживаний. И это правильно. Артист должен оставаться артистом. Когда на улице подходят к тебе и просят сфотографироваться, надо идти навстречу. Потому что ты даришь дополнительное счастье человеку. Не только с экрана, но и в жизни.

– Был в вашей жизни ценный урок, который стал определяющим?

– Их было много. Все пережитые трудные ситуации – это все уроки. Иногда понимаешь это не сразу, лишь через какое-то время приходит осознание того, что все это было тебе во благо.

Наталья АНОХИНА

Не всё нужно показывать

– Павел, насколько документальны события, освещённые в фильме?

– Они основаны на реальных фактах. Сценаристы много работали в архивах Петербурга, изучали документы по делу банды «ЗИГ ЗАГ» и на основе полученной информации писали сценарий. Режиссер Виталий Воробьев снял по нему остросюжетный исторический детектив. Но поскольку это все-таки художественное кино, а не документальный фильм, в картине достаточно вымысла, как это почти всегда бывает в кино. Если зрителю в реальных показателях, чем занималась банда «ЗИГ ЗАГ», он может посидеть у экранов телевизоров. Все-таки не все можно показывать и рассказывать...

– На съёмочной площадке была очень профессиональная актёрская команда: Александр Устюгов, Игорь Петренко, Екатерина Вилкова... Можно было позавидовать...

– Я сам себе завидовал (смеется). С Сашей Устюговым мы не часто работали раньше, а вот с Игорем Петренко довольно много пересекались. В этом проекте с ним в кадре встре-

ПОДРОБНОСТИ

Без работы скучать не приходится

– Вы очень востребованный артист.

Как правило, вас снимают в главных ролях. Но бывают паузы в работе и у известных персон. Что делаете в такие моменты?

– Если телефон молчит и актер не получает новых предложений, это всегда не просто. Когда у меня возникает перерывы в работе, начинаю думать: вдруг телефон больше не зазвонит? Мягко говоря, моменты неприятные.

– Как выходите из положения?

– У меня много хобби: охота, рыбалка, хоккей, они наполняют мою жизнь, делают ее более интересной. Плюс любимая семья, которой нужно уделять достаточно внимания, а это требует времени. Так что скучать точно не приходится.



Кстати «Остров ненужных людей»

– Вы снялись более чем в 100 картинах. Можете выделить какую-то одну?

– Пожалуй, «Остров ненужных людей», очень ее люблю. Снимали эту картину давно, но она получилась очень запоминающейся. 24 серии, которые мы долго снимали в Таиланде, остались в памяти на всю жизнь. Столь-

ко перипетий было связано с этими съемками, но зато результат получился хороший. Все актерские работы в этом сериале на пять с плюсом.

– Над чем сегодня работаете?

– Закончил сниматься в картине «Столыпин» опять же с Сашей Устюговым. Он играет Столыпина, я – министра юстиции. Это масштабная историческая работа, очень интересная. Есть еще один проект, о котором говорить преждевременно. Зато весной начну сниматься в продолжении проекта «Чёрное море» и «Баренцево море», третий фильм будет называться «Балтийское море».

«Лидия и Ландыш» расскажут о поиске любви

На телеканале Домашний завершили съемки восьмисерийной мелодрамы «Лидия и Ландыш» (производство «2В МЕДИА»). Роли в фильме исполнили Алина Резвякова, Анфиса Хрусталёва, Дарья Грачёва, Олег Каменщиков, Никита Абдулов, Сергей Подольный, Татьяна Аугшкап, Иван Матвеевко и другие артисты.

Ландыш (Анфиса Хрусталёва) росла под особой опекой, окруженная заботой и любовью обеспеченных родителей Альбины и Руслана Абдуловых. Однажды вертолет, на котором Руслан летел с друзьями на охоту, потерпел крушение, найти его не могут. Конкуренты Абдулова начинают бороться за его бизнес. Ландыш так переживает, что у нее резко ухудшается здоровье. Врач советует Альбине на-



нять сиделку и рекомендует Лиду Звонареву (Алина Резвякова). Со временем Лидия и Ландыш становятся близкими подругами, но они даже не подозревают, что их связывает многолетняя тайна...

– Лидия – она удивительна для меня своим упорством и верой, своей жертвенностью, силой своего характера, – рассказывает актриса Алина Резвякова. – Но все-таки самое главное в ней – упорство. Она готова помочь, даже когда ей самой очень плохо. Это не может не восхищать. Главное в ней – поиск любви. Именно этого ей не доставало всю жизнь. И я очень рада, что ей удалось ее обрести.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



Ренат Агзамов ищет лучшего кондитера

В эфире телеканала «Пятница!» новое шоу: «Мастер Кондитер». Ведущим и вдохновителем проекта стал кондитер Ренат Агзамов. В качестве участников соберутся 14 лучших пекарей в возрасте от 17 до 54 лет со всей страны: из Сочи, Иркутска, Челябинска, Курска, Оренбурга и других городов. Каждый день они будут проходить испытания. Помогать оценивать мастерство участников Ренату Агзамову будет кондитер Ольга Вашурина. В каждом выпуске участникам предстоит пройти два этапа: первый – на технику и знание классических рецептов, а второй – на креативность в готовке и кондитерский дизайн. По правилам проекта каждую неделю будет выбывающий игрок. Победителю получит не только официальное звание мастера-кондитера, но и денежный приз.

Фото телеканала «Пятница!»

Анна Семенович вернулась на лёд

На катке «Мечтатели» в Лужниках прошёл мастер-класс по фигурному катанию, организованный музыкальным телеканалом RU.TV. Его провела известная артистка, а в юные годы спортсменка-фигуристка Анна Семенович. Компанию ей составила ее давняя подруга – в прошлом известная фигуристка, а ныне тренер по фигурному катанию Анастасия Гребёнкина.

Несмотря на весьма прохладную погоду (в столице было минус 18 градусов) мастер-класс от Анны Семенович посетил большое количество любителей фигурного катания и поклонников артистки. А она подбадривала начинающих: «Молодцы! У вас отлично получается! Вы настоящие спортсмены! Не бойтесь упасть – без падений фигурного катания не бывает!»

У Филиппа Янковского – новая роль

В Москве в кинотеатре «Художественный» состоялась светская премьера сериала «Прелесть». Остросюжетную драму представили Филипп Янковский, Фёдор Федотов, Максим Коновалов, Олег Васильков, Равиль Батыров и другие артисты. Также одну из главных ролей в этой истории исполнил Олег Меньшиков.

Сюжет сериала «Прелесть» разворачивается в провинциальном городке, центром которого является завод по переработке драгоценных металлов. Молодой парень по прозвищу Цыган (Фёдор Федотов) зарабатывает автоугоном и пытается раскрыть тайну смерти своего отца. Он погиб на том самом заводе при загадочных

обстоятельствах 20 лет назад... Неожиданно в городе появляется бывший глава завода Леонид Максимович (Олег Меньшиков), которого Цыган считает виновным в случившемся. Однако вместо выяснения отношений герои объединяются против нового главы завода Осинского (Филипп Янковский). Режиссером-постановщиком сериала выступил Динар Гарипов.

– Я получил огромное удовольствие от работы с талантливыми, великолепными, квалифицированными, техничными артистами, – рассказал о своей работе Филипп Янковский. – Кино – это очень сложное дело, но, тем не менее, эти моменты удовольствия присутствуют...

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

24 ФИЛИАЛА В МОСКВЕ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

585-я проба – 4 500 р. за 1 г. 750-я проба – 6 500 р. за 1 г. Монеты, серебро, стоматологические коронки – дорого

Компания по скупке золота и ювелирных изделий «Аурум» – одна из крупнейших столичных компаний в этом сегменте, принимающая ювелирную продукцию по государственному образцу. Ориентир на цену золотовалютной биржи, современный и точный процесс оценки.

1. Разбираем, чем это лучше ломбарда? Насколько удобнее и выгоднее?

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственному образцу, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего

золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

24 филиала по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровка, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них. А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу,

встретится в кафе, в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



Выездная скупка, насколько это удобно? Спросим у читателя, Расторгуевой Валентины Ивановны.

Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артем (на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73 000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА

8 (800) 551-84-34

ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной наценки

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Смоленская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Китай-город», Б. Спасоглинищевский пер., 1 • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, 1/2 • м. «Беляево», ул. Профсоюзная, 104 • м. «Улица 1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Павелецкая», ул. Валовая, 2-4/44, стр. 1 • м. «Славянский бульвар», Славянский бул., 5, корп. 1 • м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, 22-24 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Дмитровская», Бутырская ул., 97 • м. «Котельники», Новорязанское шоссе, 1А • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4 • м. «Полянка», ул. Большая Полянка, 30 • м. «Ломоносовский проспект», Мичуринский пр-т 3 • м. «Беляево», ул. Миклухо-Маклая, 47А • м. «Коньково», ул. Профсоюзная, 109, корп. 2 • м. «Улица Академика Янгеля», ул. Академика Янгеля, 2 • м. «Теплый Стан», Новоясеневский пр-т, 2Б, стр. 2 • м. «Кантемировская», Пролетарский пр-т, 23А • м. «Щелковская», ул. Уральская, вл. 4Г

ПОКАЖИТЕ ЭТО ОБЪЯВЛЕНИЕ И ПОЛУЧИТЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНО 500 руб. К ОЦЕНКЕ!



СЕКРЕТ УСПЕХА

Работа на пробу

Пробный рабочий день – это возможность примерить на себя новую должность и задачи, с которыми соискатель должен будет справиться в процессе новой трудовой деятельности. И работодатели и соискатели признаются в том, что благодаря пробному рабочему дню, чаще всего, можно быстро, без потери времени, денег и лишней записи в трудовой книжке понять, подходят ли они друг другу.



УДОБНЫЙ МОМЕНТ

Соискателю пробный рабочий день позволит оценить, будет ли новая работа лучше и насколько, принять более взвешенное решение, не увольняясь при этом с нынешнего места работы. Найти возможность для выхода на тестовый рабочий день можно в период отпуска, взяв отгул или благодаря сменному графику работы.

ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

Протяженность пробной работы может быть от 3-4 часов до двух недель в зависимости от должности и специфики деятельности. Однако чаще всего этот период составляет от 1 до 3 дней.

А ЧТО С ОПЛАТОЙ?

По этому вопросу существуют разные мнения. Одни работодатели уверены, что оплата обязательна в том случае, если соискатель старательно отработал оговоренный период. Другие считают, что платить за пробный день не стоит, ведь соискатель пришел, чтобы определиться, подходит ли ему вакансия, и не успеваешь сделать ничего особо полезного для компании. Правда, такое мнение сложилось лишь у трети работодателей. Если признаться честно, то и у них самих есть выгоды от пробного рабочего дня соискателя.

И низкая, и высокая самооценка одинаково вредны для человека.

Даже есть мнение, что завышенная самооценка на самом деле – одна из разновидностей заниженной, когда человек прячется за внешней бравадой и маскирует таким образом недостаток внимания и любви. Поэтому сегодня поговорим о том, как повысить свою ценность в собственных глазах и почему это очень важно.

Обозначим цель

В начале каждого пути должна быть ясная и правильно сформулированная цель. Это будет залогом успеха. В нашем случае целью должна стать адекватная самооценка. Что это такое?

- Честное признание как своих достоинств, так и недостатков.
- Понимание своего места в мире, без принижения себя на фоне других и без чувства превосходства над окружающими.
- Здоровые амбиции, основанные на понимании своих сильных и слабых сторон.
- Готовность развиваться, работать над собой, но не наказывать себя за ошибки и неудачи.
- Отсутствие чувства вины по отношению к себе.

Проблема родом из детства

Чаще всего проблема низкой самооценки берет начало в детстве. Слишком авторитарные родители (учителя, тренеры и другие значимые взрослые) или, наоборот, родители, безразличные к судьбе своих детей, закладывают в них чувство недооцененности. Позже, став взрослыми, такие люди либо остаются слишком инфантильными и ждут поддержку от окружающих, либо начинают винить во всех неудачах именно себя.

Впрочем, низкую самооценку можно «заполучить» и во взрослом возрасте – благодаря равнодушию супруга или супруги, строгому начальнику или неудачному стечению обстоятельств.

5 СПОСОБОВ ПОВЫСИТЬ САМООЦЕНКУ



– Какая у тебя самооценка?
– Да так себе. Мы, цари, вообще народ простой...

СПОСОБ 1 Берите паузу для обдумывания

Низкая самооценка заставляет нас соглашаться на то, что нам не нравится и не подходит: низкооплачиваемую работу, унижительные отношения и так далее. Толкает на это мысль: «А вдруг ничего другого не предложат?»

ЧТО ДЕЛАТЬ? Взять паузу и подумать. У вас объективно не будет другого шанса или вами движет боязнь остаться не у дел? Если второй вариант, используйте паузу для поиска альтернативных предложений. Практически наверняка появится более выгодное.

СПОСОБ 2 Работайте с плохими мыслями

Проанализируйте мысли о самом себе. Что приходит вам в голову, когда вы видите привлекательного человека противоположного пола? Если «Ох, этот красавчик точно не для меня!» – налицо заниженная самооценка. То же самое касается интересной вакансии или нового хобби.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Сознательно выгонять такие мысли из головы! Почему это не для вас? Может быть, именно вы способны ослепить этого человека или выполнить эту работу? Надо сначала попробовать, а затем уже делать выводы.

СПОСОБ 3 Замечайте себя сами

Быть «невидимкой» не очень приятно. Например, если вы тащите на себе работу половины отдела, а бонусы и премии получают все, легко почувствовать себя пустым местом. Или если после работы вы тратите уйму времени на уборку, а домашние это не ценят.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Прежде всего – похвалить себя за достижения. А затем уже обратить на них внимание окружающих. Поговорить с начальством о прибавке к зарплате или распределить работу по дому между всеми домочадцами. Если вы начнете ценить свой труд, свои способности, свое время, то не будете так легко ими разбрасываться.

СПОСОБ 4 Окружите себя позитивом

Что бы вы ни делали, мама всегда недовольна и найдет, к чему придраться. Или начальник выискивает все новые недостатки, как бы вы ни бились над их исправлением.

ЧТО ДЕЛАТЬ? Свести общение с токсичными людьми к минимуму. Окружить себя теми, кто ценит вашу индивидуальность – например, людьми, у которых такое же хобби. Слушайте их мнение о себе и своих достижениях, а не тех, кто вас без конца критикует.

СПОСОБ 5 Прекратите сравнивать себя с другими

«Ну конечно, соседке с внешностью повезло, не то что мне!» или «Мне бы такие способности, как у коллеги, я бы вмиг карьеру сделал!» Знакомые мысли?

ЧТО ДЕЛАТЬ? Сравнить себя только с собой вчерашним. Если вы сегодня умеете делать что-то такое, что еще месяц/год назад не умели, это уже достойно восхищения.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Мчатся сани расписные

Сани на Руси были не только самым древним, но и самым почётным видом повозок. Устройство первых саней гениально просто. А самое удивительное то, что за тысячи лет его принцип практически не изменился. Давайте вспомним про это древнее средство передвижения и передвижки.

1 Наиболее древние сани, найденные археологами, датируют II тысячелетием до нашей эры. Каждый вид имел своё название. Так, сани для катания с крытым верхом, куда впрягали знаменитую тройку лошадей, назывались кибитками. Розвальни – низкие сани без сиденья с высокой спинкой. А как назывались крестьянские сани, например, для поездов в лес по дровам?

- а) Волокуши. б) Дровни.
в) Салазки.

2 Самый зимний вид транспорта – сани – остался запечатлён на картинах русских художников. Например, Борис Кустодиев создал целую серию полотен, посвящённых масленичным гуляниям, где запечатлены тройки и единичные лошади, впряжённые в сани. Вспомните, изобразил ли сани в своей картине «Взятие снежного городка» Василий Суриков?

- а) Да. б) Нет. в) На картине изображено несколько видов саней.

3 «Не в свои сани не садись» – русская поговорка, которая означает «не бери чужого», «не занимай чужого места», «не берись не за своё дело», была использована А.С. Пушкиным в «Сказке о рыбаке и рыбке», где народ насмеялся над стариком: «Поделом тебе, старый невежа! / Впредь тебе, невежа, наука: / Не садися не в свои сани!». А какой русский писатель написал пьесу с похожим названием?

- а) А.Н. Островский.
б) А.П. Чехов.
в) Д.И. Фонвизин.

ОТВЕТЫ

1-б. Дровни. У Александра Пушкина в поэме «Евгений Онегин» встречаем: «...Зима!.. / Крестьянин, торжествуя, / На дровнях обновляет путь...». **2-а.** **в.** На картине Василия Сурикова «Взятие снежного городка» (1891 г.), ГРМ, на переднем плане справа изображены сани «кошева», в которых сидят две женщины и мужчина в меховых шапке и шубе, а слева – дровни с мужиком в собачьей дохе; рядом с «кошейвой», у самого правого края полотна, видна желтая спинка легких городских саней (так называемых «козырьков»), в которых находится мужчина в меховой шубе и бобровой шапке. **3-а.** «Не в свои сани не садись» (первоначально «От добра добра не ищут») – комедия в трех действиях Александра Островского, написанная в 1852 году.

АПТЕЧНАЯ ЗАВИСИМОСТЬ ЧТО БУДЕТ, ЕСЛИ ПИТЬ ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ КАЖДЫЙ ДЕНЬ?

ЧУДОВИЩНЫЙ ЭКСПЕРИМЕНТ НАД ЛЮДЬМИ

Недавно резонансное дело врача-убийцы прогремело на весь мир. Он отправил на тот свет 25 человек, всего лишь увеличив дозу обезболивающего. К счастью, этот случай произошёл не в нашей стране. Но тем не менее многие из нас до сих пор относятся беспечно к приёму обезболивающих. И даже не представляют, что этим сами копают себе могилу.

Представим обычную домашнюю аптечку. Наверняка у каждого из нас в ней обязательно найдутся таблетки для снятия боли.

Это и понятно. Болит — выпил таблетку, и дело с концом! Казалось бы, очень удобно, правда? Тем более часто такие препараты продаются в аптеке без рецепта.

Но в этом-то и подвох. Мы настолько бываем рады избавиться от боли, что даже не хотим думать о возможных последствиях. Хотя на деле такие средства не так безобидны, как кажутся.

ОПАСНАЯ АНЕСТЕЗИЯ. ДЛЯ КОГО ОБЕЗБОЛИВАЮЩИЕ МОГУТ БЫТЬ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНЫ?

Особенно, как показывает практика, обезболивающие страшны для людей старше 65 лет.

Ведь, согласитесь, те побочные эффекты, которые выдерживает молодой организм, человек в возрасте уже пережить не может. У него просто на это нет сил. Мы все измотаны болезнями. А из-за того, что одни и те же обезболивающие продаются под разными названиями, часто возникает путаница. Например, когда пожилые люди не помнят, что именно им выписывал доктор и что они уже принимают. Некоторые даже умудряются принимать до трёх различных препаратов одновременно, считая, что пьют разные лекарства.

Конечно, люди не виноваты. Они же не врачи, чтобы помнить и понимать все назначения!

К сожалению, есть и те, кто просто не выкидывает старые препараты. И пьют их все, как говорят, до кучи. И этому тоже есть объяснение. Ведь как разглядеть срок годности, когда зрение уже не то? А цифры, как будто нарочно, пишут таким мелким шрифтом? Таких потом привозят с желудочно-кишечным кровотечением в результате бесконтрольного приёма обезболивающих!

Часто кровотечение бывает настолько сильным, что его нельзя остановить без серьёзной операции. Клясть такого больного на операционный стол срочно, без подготовки?

В этом случае смертность может достигать 30%! Вот и возникает вопрос: как не убить себя, убивая боль? Но если всё так плохо с побочными эффектами, то как же быть с болью?

ГЛАВНЫЙ ПРИНЦИП МЕДИЦИНЫ: НЕ НАВРЕДИ!

Как известно, отличие между ядом и лекарством — лишь в дозе. Поэтому медики предупреждают: «Не более 10 таблеток в месяц». Да-да, Вы не ослышались, в месяц! С мазями и уколами — та же история! Не стоит думать, что их можно бесконтрольно принимать на постоянной основе. Но что делать, если боли хронические, не отпускающие годами? Когда, чтобы просто уснуть, приходится глотать таблетки одну за другой? И ведь таких людей много! Согласитесь, мало кто может похвастаться богатырским здоровьем после выхода на пенсию.

Поэтому специалисты долгое время искали спасительное средство для борьбы с болью. Причём универсальное, которое бы помогало при любой боли, независимо от её происхождения. А главное — безопасное. Ведь главный принцип медицины — не навреди! И нашли его. И это стало настоящей сенсацией! Зная лечебные свойства электрических импульсов, учёные задумались: а почему бы не создать новый, современный аппарат, который сможет снимать боль. Лёгкий, компактный. Да ещё и чтобы каждый смог пользоваться им в домашних условиях. Так появился «Мувер» — бриллиант отечественной медицины! Суперсовременный противоболевой чрескожный электростимулятор. И это не просто аппарат, а настоящий персональный эксперт по снятию ЛЮБОЙ боли! Его создание можно назвать настоящим прорывом, который смог изменить жизнь миллионам людей. И помог избавиться боли. Так впервые в России боль стали не заглушать, а лечить!

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

Сейчас на рынке огромное количество медицинских аппаратов широкого спектра. Практически от всех болезней одновременно. Как говорят в народе, и швец, и жнец, и на дуде игрец... Эффективен ли такой подход? Мы не берёмся судить. В отличие от всех вышеперечисленных, у аппарата «Мувер» только два показания:

5 ПРИЧИН СДЕЛАТЬ ВЫБОР В ПОЛЬЗУ «МУВЕР»:

1. Эффективен при снятии боли любого происхождения, действует быстрее таблетки.
2. В отличие от обезболивающих, не имеет побочных действий. Т.к. воздействует напрямую на источник боли, не затрагивая здоровые органы.
3. Можно сочетать с любыми лекарственными препаратами.
4. Не вызывает привыкания.
5. Полностью исключён риск передозировки. Программа автоматически заканчивается по истечении установленного времени. А окончание программы сопровождается звуковым сигналом.

- острая и хроническая боль, связанная с патологией внутренних органов;
- острая и хроническая боль, связанная с заболеваниями и травмами опорно-двигательного аппарата.

Зато с этими задачами он справляется виртуозно! Лёгкий, компактный, удобный... Идеальный для домашнего применения!

И главное — никаких лишних деталей. Всего две кнопки: «Боль» и «Сильная боль». Ошибиться невозможно. Даже человеку, далёкому от техники. Как видите, всё гениальное просто! Как он работает?

КОЖЕЙ ЧУВСТВУЮ!

В основе работы аппарата — чрескожная электростимуляция (ЧЭНС-терапия). Т.е. действует он лечебными электрическими импульсами особой частоты. Которые через кожу способны проникать очень глубоко. В самый очаг воспаления.

Они-то и блокируют болевые сигналы, которые поступают в мозг. Поэтому первое, что вы почувствуете, — снятие боли.

Но и это ещё не всё. У «Мувера» — накопительный эффект. Всё дело в том, что во время боли всё наше тело как будто сжимается. Это спазм мышц и сосудов. После того, как боль отступила, происходит постепенное расслабление всего тела. Просвет в сосудах становится шире. Улучшается кровообращение.

Каждая клетка, даже в самых глубоких тканях, начинает получать питание. Усиливается лимфодренаж. Что это значит? Лимфа подводит к очагу воспаления иммунные клетки для борьбы с инфекцией. И забирает продукты жизнедеятельности клеток. Которые и приводят к воспалению.

Иными словами, «Мувер» не просто снимает боль. Он активизирует механизмы естественного обезболивания.



Т.е. организм сам, без токсического воздействия медицинских препаратов, просыпается и начинает «латать дыры», направляя все свои ресурсы на восстановление.

ВОЗЬМИТЕ БОЛЬ ПОД СВОЙ КОНТРОЛЬ

Держать боль под контролем с аппаратом «Мувер» проще простого. Провести лечебную процедуру не составит труда. Для этого не нужно иметь медицинское образование. Аппарат настолько прост в использовании, что разберётся даже ребёнок.

Достаточно просто включить «Мувер», выбрать программу согласно инструкции («Боль» или «Сильная боль») и нажать кнопку.

У аппарата есть специальный экран, дисплей. На нём отображается программа, которую Вы выбрали. Начало и окончание процедуры сопровождаются звуковым сигналом. Чтобы люди с плохим зрением могли сориентироваться.

Вам даже не нужно засекают время процедуры. Аппарат сам выключится, когда лечебный сеанс будет завершён.

До недавнего времени болевой синдром был большой проблемой. Решить которую могли только обезболивающие. И то не всегда.

Сегодня, когда фундаментальные открытия механизмов боли вышли на новый уровень, пить обезболивающие — это прошлый век.

Будущее за ЧЭНС-терапией. И если раньше её применение было возможно только в условиях стационара, то аппарат «Мувер» даёт уникальную возможность проводить процедуры в домашних условиях.

«Мувер» — это настоящая скорая помощь. Без которой порой хоть на стену лезь.

Не мучайте себя, хватит. Проживите опущенные годы с радостью! Поэтому не тяните. Помогите себе и своей семье справиться с болью. Закажите «Мувер» по телефону бесплатной линии:

8-800-511-55-86. Лучшее время, чтобы сделать свою жизнь счастливой, — это сейчас!

ЧТО ГОВОРЯТ ЛЮДИ?

Татьяна Александровна, 70 лет, г. Ульяновск:
«Уже долгое время страдаю сахарным диабетом. Поэтому не все лекарства мне можно принимать. Раньше приходилось выбирать: либо контролировать уровень сахара, либо терпеть боль. Но когда я начала пользоваться аппаратом «Мувер», такая проблема просто отпала. В любое время я могу снимать боль столько раз, сколько надо. Без вреда для здоровья».

Галина Николаевна, 65 лет, г. Санкт-Петербург:
«В молодости попала в автомобильную аварию. Последствия от неё — пожизненные боли в коленном суставе и позвоночнике. Обезболивающие помогли лишь на время, а дальше началось привыкание. «Мувер» стал просто спасением. Свою жизнь без него больше не представляю».

Олег Евгеньевич, 54 года, г. Уфа:
«Работаю на заводе, весь день на ногах, а годы уже не те. Аппарат «Мувер» всегда ношу с собой. Иначе с болевой поясницей у станка всю смену не простоять. Даже товарищам помогаю. Бывает, и молодые иногда берут».

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

8 (800) 511-55-86 **БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
СПЕЦИАЛИСТА**

ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ДЕШЕВЫХ ПОДДЕЛОК!
Только защитная голограмма на упаковке — это гарантия того, что вы приобрели не подделку, а настоящий медицинский аппарат.

**МИНИМАЛЬНАЯ ЦЕНА
ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ***

ВНИМАНИЕ! КОЛИЧЕСТВО ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ АППАРАТОВ «МУВЕР» ОГРАНИЧЕННО!

WWW.PRODEX.RU

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА

WWW.APTEKA.RU

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Оплата при получении. *Акция действует с 24.01.2024 по 24.02.2024. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. <https://lovelead.com.ua/aleksandr-myasnikov-prizraki-kogda-zdorovya-net-a/page-47.html>. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

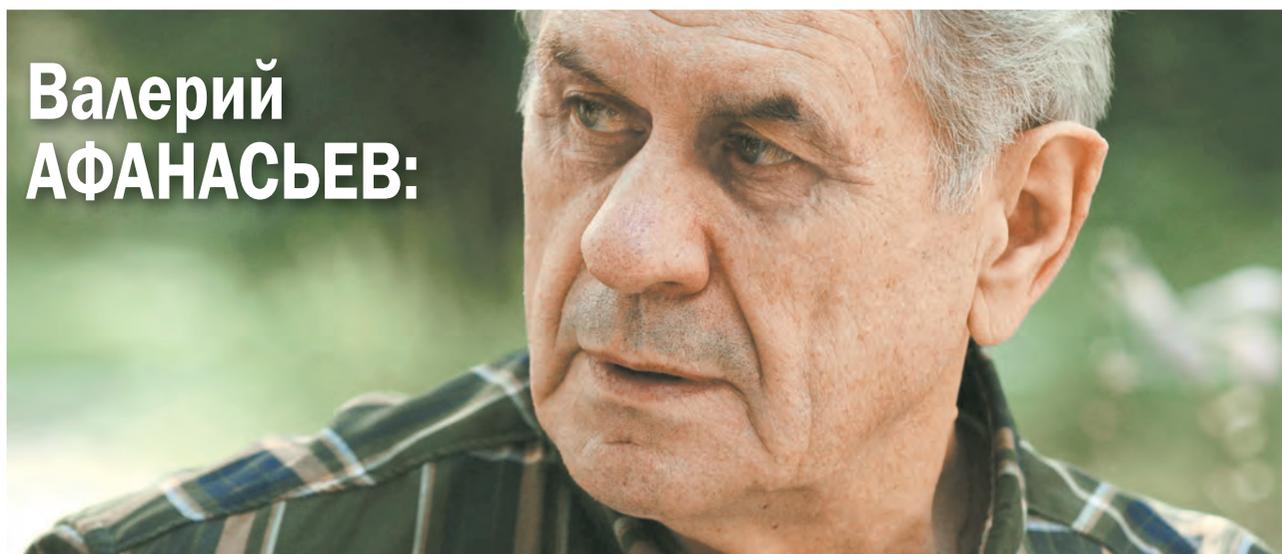
Есть актёры, которые снимаются много, но чаще в эпизодах, и проходят они мимо зрительского внимания.

А есть актёры, снимающиеся в эпизодах, но нам даже и в голову не приходит, что это герой второго плана. Таких запоминающихся персонажей и создает в кино Валерий Афанасьев. Как ему, народному артисту России, без обилия главных киноролей? А у него главные – в театре. За свою жизнь он уже сыграл более чем в 50 спектаклях, и останавливаться не собирается.

«У дедушки уже другая интонация»

– Валерий Алексеевич, имея и сыновей, и уже почти взрослых внуков, можете авторитетно сказать: чем роль дедушки отличается от роли папы?

– Все очень просто. Если ты папа – ты весь на нервах: «Что ты не можешь выучить?! Не можешь сделать?! Не делай так! Иди туда!» А у дедушки уже другая интонация: «Ну что ж ты не смог выучить? Давай, постарайся, подучи маленько – и все получится». Детей ругают, а ты им:



«Роль без слов обожжаю!»

ДЕТАЛИ

– Уже несколько лет вы преподаёте в Московском театральном институте имени Иосифа Кобзона. Приходилось ли вам играть со своими студентами?

– Студентам своего первого набора я предложил сыграть пьесу Джона Бойнтона Пристли «Ракитовая аллея» вместе со мной. Получилось интересно. Это очень полезно для студентов – играть с профессиональными актёрами.

«Не ругайте – соберется, и все сделает. Что пристали к ребенку?» Ты уже рассудительный такой, неспешный. Я когда-то жаловался одному взрослому актёру про детские неуспеваемости, а он мне: «Валера, успокойся. Когда все закончится, ты помотришь на все пройденное и скажешь: «Какая же это была ерунда!» Но руку на пульсе держать надо...»

сколько я знаю, выросли замечательными, у каждого своё дело... Правда, никто не стал актёром. Только Константин близок к этому – он продюсер...

– Я снялся один раз в его проекте «23 августа» для канала «Домашний». Он спросил: «Папа, можешь наговорить текст?» Я почитал сценарий, записал пробы – и меня утвердили на общих основаниях... И я рад очень, что снялся в этом добром кино...

– Смотря какой актер. В том, как кто молчать умеет, проверяется артист. Лично я стараюсь прожить все, что задано драматургией... Вы вспомнили «Предпоследнюю инстанцию», а был еще проект «Ангел мести» – переписанный на сегодняшний день сюжет «Графа Монте-Кристо». Я там играю Фёдора, это достаточно положительный персонаж. Для меня примером был герой Роберта Дюваля из «Крестного отца», который все время молчит, но все вопросы решаются через него.

– Актёры же обычно не любят роли без слов...

– А я роли без слов обожаю! Я столько слов наговорил, такое количество текста в голове переработал, что мне есть о чем помолчать. Молодой артист радуется, когда много

слов – когда и монолог, и диалог, и еще что-то... А актер в возрасте читает и думает: вот это не надо говорить, это лишнее... Помолчать – это, знаете ли, такое благое дело... Мне рассказывали про Щукина Бориса Васильевича, он когда уже был в возрасте, сам попросил роль без слов. Когда мы выпускали «Сон в летнюю ночь» в Театре на Юго-Западе, мне Валера Белякович сказал, извиняясь: «Валера, у тебя там слов не будет». Я в ответ только воскликнул: «Какое счастье!» Помолчать на сцене – милое дело!»

– Да и в жизни иногда не мешает...

– А знаете, как проверяется человек? Если мо-

жешь с этим человеком молчать, значит, тебе с ним комфортно. Иногда даже в поезде бывает ситуация, что говоришь только потому, что неудобно молчать – надо чем-то заполнить паузы...

О «Командире», Чусовом и Островском

– А каких новых проектов ждешь телезрителям в наступающем году?

– Должен выйти фильм «Командир» – о Герое Советского Союза Геннадии Зайцеве, создателе группы «Альфа». Мы с ним встречались несколько раз, слушали его рассказы. Сценарий был написан практически по его биографии. Я играл директора завода, на котором он начинал свою трудовую биографию еще до войны, и мой герой его благословляет на войну. Завод тот под Пермью в городе Чусовой еще сохранился, и мы туда ездили. И еще новый проект – «Свет в окне»...

– А ещё недавно закончилась съёмка фильма «Реальные места вымышленных героев». И там вы в образе драматурга Александра Островского едете в поезде...

– Проект очень интересный. По задумке авторов, героев Александра Островского переносят в реальные места, где происходит действие пьес. А мой герой, сам Островский, в гриме и историческом костюме выходит из театра и направляется в свою усадьбу современным транспортом: поездом, на такси...

– Вы же не всегда в гриме. Узнают?

– Все время узнают, просят автографы, сфотографироваться – почему бы и нет? Но не всегда обстановка располагает...

Светлана МАРГУЛИС

КСТАТИ

– А в театре минута славы приятной бывает?

– Конечно! Единственное – не люблю цветы: мне как-то неудобно их брать. И поклоню не очень люблю – не люблю заигрывать со зрителем. Вроде ты выражаешь благодарность зрителю – а вроде говоришь: вот такой я прекрасный! Однажды режиссер попросил меня специально выйти в одной сцене и вызвать аплодисменты: «Ап – а вот он я!» Жанр спектакля это подразумевал – а все равно было неудобно... А вот другой пример: однажды в Театре на Юго-Западе нам зрители вынесли на сцену и поставили огромный пакет. Там оказалась вобла! Отборная – штук сто! Вот это подарок от души! Когда от души – тогда все хорошо...

«А там оказалась вобла!»

– И дети, на-

«Мне есть о чём помолчать»

– В сериале «Предпоследняя инстанция» ваш герой был «злым» – это чувствовалось, хотя большую часть времени он молчал. А о чём думает актёр, пока молчит?



СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON
ozon.ru¹

WILDBERRIES
wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: **Сканворды КАРДОС**

¹ ООО «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741. 2 ООО «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

Реклама

Любовь Толкалина рассказала о роли

В Москве продолжается работа над сериалом «Престиж». Это история об элитном поселке и его жителях глазами прислуги. Тут есть и детективная составляющая – одно убийство и 11 подозреваемых. В фильме снимаются Ирина Розанова, Юлия Снигирь, Анна Уколова и другие. Режиссером совместного проекта кинокомпании START и телеканала СТС выступил Сергей Сенцов. Одну из ролей в фильме – жительницу элитного поселка «Престиж» – сыграла Любовь Толкалина.



Егор Кончаловский представил «Большой дом»

На Первом канале – премьера сериала «Большой дом» режиссёра Егора Кончаловского. Это исторический детектив. В основу сюжета легли реальные уголовные дела, десятки лет они хранились под грифом «Совершенно секретно». Их расследовали сотрудники Ленинградского управления КГБ в 1940-60-е годы. Авторам сценария Филиппу Фисенко и Миру Станковичу были предоставлены архивные документы, многие из фактов, показанных в фильме, будут опубликованы впервые.

Роли в проекте сыграли Борис Хвошнянский, Илья Коробко, Артур Ваха, Никита Волков, Виталий Кищенко, Карина Разумовская, Сергей Мигицко, Александр Лыков и другие.

– Действие картины происходит одновременно в двух временных плоскостях – в Ленинграде 1942 и 1965 годов, – рассказывает о проекте режиссер Егор Кончаловский. – Блокада Ленинграда – это отдельно взятая трагедия внутри Великой Отечественной войны. Это очень трудная и сложная тема, и вся съемочная группа отнеслась к ней с трепетным уважением. Что касается 1965 года – для меня это символическая веха, время моего появления на свет. Кроме того, 60-е – удивительное время, которое оставило заметный след в культурной жизни России. Я к этому времени отношусь с нежностью и благоговением...

Фото Первого канала

– Такую меня зрители не видели точно, – рассказывает Любовь. – Когда возвращалась после смены домой и рассматривала себя в зеркале лифта, думала: кто эта женщина – женщина-струна, женщина-инквизитор? Не знаю, что она пережила, почему выбрала такую манеру общения с семьей, когда все регламентировано, подписано, завизировано, на все поставлена печать. И любовь по расписанию, и нежность отпускается по унциям. Я не представляла себе, что когда-нибудь в кино у меня будут такие укладки и макияж с черными подведенными глазами...

Фото START

Сериал «Контуженный» ждёт продолжение

Пятый канал начал съемки продолжения сериала «Контуженный» (производство кинокомпании «Трикс Медиа»). Главную роль, майора Чистякова, исполняет Антон Батырев. В фильме также принимают участие Кирилл Полухин, Инна Ярмошук, Андрей Шарков, Сергей Ионкин, Валентина Муравская, Денис Старков и другие артисты. В режиссерском кресле – Павел Мальков.

Главный герой сериала – бывший командир СОБРа Дмитрий Чистяков. Несколько лет назад он получил серьезное ранение головы и контузию. Но вместе с болезнью Чистяков обрел и особенный дар. Прикоснувшись к какой-либо вещи, оставленной преступником, он видит чужие воспоминания. Полученная из них информация дает герою под-

сказку и выводит его на злоумышленников. В заключительной серии первого сезона врачи предложили Чистякову сделать операцию и избавиться от опухоли. Перед майором стоит выбор – даже если операция пройдет успешно, он может потерять свой дар...

Новый сезон сериала начинается с кадров выхода Чистякова из больницы. Информация об операции, который раскрывает самые сложные дела, распространилась по всему городу. Криминальный авторитет по кличке Ацетон решил обратиться к Чистякову: у него похитили дочь. Чтобы заставить упрямого майора работать на себя, Ацетон обещает убить самых близких Дмитрию людей. Авторитет ждет от бывшего собровца чудес, но никто не знает, сохранился ли после операции его чудесный дар, или теперь Чистяков может рассчитывать только на свою смекалку и опыт.

Фото пресс-службы Пятого канала



СУСТАВЫ хотят работать!



Гарпагофитум – многолетнее растение. Главным действующим веществом из корней растения считается гликозид **гарпагозид**. Сравнительно недавно известные французские ученые выявили мощное обезболивающее воздействие данного растения на организм человека. Благодаря уникальным свойствам **гарпагофитум** показан при хроническом артрите. Он значительно уменьшает боли, улучшает подвижность суставов, одновременно оказывая противовоспалительное воздействие.

Именно это растение содержится в нативном растительном комплексе «**Артрофлекс**».

По статистике, заболевания суставов занимают одно из главных мест по распространенности среди населения. Для поддержки ваших суставов и избавления от боли наши технологи разработали уникальный крем и натуральный комплекс в капсулах на основе природных компонентов и витаминов.

Крем «Артрофлекс» – комплекс, оказывающий интенсивное противовоспалительное, ранозаживляющее, болеутоляющее, регенерирующее и тонизирующее действие. Крем не содержит искусственных и химических веществ. Он воздействует на причину боли и сопутствующие осложнения вокруг воспаленной области. В составе крема: панты алтайского марала, концентрат чаги, веселки, сабельника, каменное масло, живица, мускус бобра, витамины E, F.

Компоненты крема «**Артрофлекс**» одновременно воздействуют на все слои кожи, предотвращают сухость кожи, очаги угревой сыпи, демодекоз, псориаз, аллергические дерматиты и экземы. Крем оказывает прямое воздействие при ревматической боли, болях в суставах и мышцах, синяках, ушибах, ожогах, шпорах в пятках, судорогах икроножных мышц, растяжениях сухожилий и связок, пролежнях, переломе костей.

Важно как можно раньше начать пользоваться кремом «**Артрофлекс**». Он обладает накопительным эффектом, может применяться для профилактики проблем с суставами и незаменим для тех, у кого проблемы уже появились.

Капсулы «Артрофлекс» – уникальное сочетание природных компонентов: бобровой струи (кастореум), гарпагофитума лежачего, мумие и перги пчелиной. Бобровая струя обладает мощным и эффективным восстанавливающим и регенерирующим действием на организм. Вместе с мумие, гарпагофитумом и пергой содержит сбалансированный комплекс активных компонентов, которые на 100 процентов усваиваются организмом, способствуя быстрому восстановлению функций суставов и органов, проникая в суставную капсулу помогают восстановлению суставной жидкости, снижению трения суставов, устранению боли, предотвращению роста костных шипов.

Натуральный комплекс «**Артрофлекс**» обладает выраженным восстанавливающим действием при травматических повреждениях суставов и коленных чашечек, мышц, сухожилий, костей, способствует активной эпителизации поврежденных тканей внутренних и наружных органов, оказывает эффективное регулирующее и регенерирующее лечебно-профилактическое действие при повышенных нагрузках на суставы, соединительную ткань при занятиях спортом или специфической профессиональной деятельностью, предотвращает процессы изнашивания, старения суставов и прилегающих тканей с последующими прогрессирующими патологиями.

ПРЕИМУЩЕСТВО ОТЕЧЕСТВЕННОЙ РАЗРАБОТКИ

АРТРОФЛЕКС

СЕГОДНЯ МОГУТ СЕБЕ ПОЗВОЛИТЬ АБСОЛЮТНО ВСЕ

По вопросам приобретения звоните:

+7 800 775 99 75

Звонок бесплатный!



Реклама для жителей РФ

ИП Малыгин Д.В. ИНН 741805438555, ОГРН 319745600091171.

В Москве идёт работа над фильмом «Роднина». Это проект компании «ВайТ Медиа» при поддержке Фонда кино.

В основу фильма легла автобиографическая книга Ирины Родниной «Слеза чемпионки». В центре сюжета – история невероятного жизненного пути великой советской фигуристки, которая оставалась непобежденной на протяжении всей своей спортивной карьеры.

Биографическая история

Напомним, Ирина Роднина – трехкратная олимпийская чемпионка, самая титулованная чемпионка мира (у нее десять золотых медалей) в парном катании (с Алексеем Улановым и Александром Зайцевым).

Заглавную роль в фильме играет молодая актриса Владислава Самохина. Для 20-летней актрисы это первая главная роль. Она студентка ВТУ имени Щепкина. В фильме также снимаются Фёдор Федотов, Евгений Ткачук, Иван Колесников, Мария Миронова, Игорь Петренко, Даниил Воробьев, Марат Башаров, известный спортсмен и телеведущий Алексей Ягудин и многие другие.

Как вы понимаете, сюжет этого фильма основан на реальных событиях. По совету врачей, родители Ирины отдают свою дочь на занятия фигурным катанием для того, чтобы она окрепла и набралась сил, но девочка находит в спорте свою мечту и предназначение. Полностью поглощенная фигурным катанием, благодаря своей невероятной целеустремленности и полной самоотдаче, Ирина попадает в школу фигуристов ЦСКА, где сполна раскрывается то, что позволило ей достичь неповторимых высот в спорте: невероятная сила духа и жажда победы.

Долгий путь к победам

Когда наступает время парных тренировок, перед Ириной встает новая задача. Вместе с партнером они должны сделать невозможное: перевернуть представление о фигурном катании, используя в своих программах сложнейшие элементы, которые до них никто никогда не делал. Пройдя через массу притирок и сложно-

ЖИЗНЬ, ДОСТОЙНАЯ ЭКРАНИЗАЦИИ



Главную роль в фильме исполняет Владислава Самохина.



Одна из ролей досталась Евгению Ткачуку.



Фёдор Федотов для роли необходимо было не только уметь кататься на коньках.

стей – от неприязни при первой встрече к абсолютному доверию и даже романтической симпатии – пара начнет свой путь к первой золотой медали...

– Спортивная карьера Ирины Родниной понастоящему кинематографична и насыщена множеством неожиданных поворотов: три олимпийских золота с двумя разными партнерами, смена тренера, возвращение в спорт после рождения сына, абсолютное лидерство в мировом парном фигурном катании на протяжении целого десятилетия, – говорит Юлия Сумачева, генеральный продюсер «ВайТ Медиа», которая занимается съемками фильма. –

Она навсегда оставила след в истории спорта, так и оставшись непобежденной. Прочитав книгу «Слеза чемпионки», понимаешь, что столь сложный жизненный путь великого человека достоин экранизации. И сейчас самое подходящее время – вспомнить подрастающему поколению об истории этой выдающейся спортсменки.

Роль для актёра-фигуриста

Одну из главных ролей в фильме исполняет Фёдор Федотов. Прообраз его героя – партнер Ирины Родниной Алексей Уланов. Фёдор еще в детстве, в три года, встал на коньки. Он занимался в хоккейном клубе «Спартак» и мечтал стать хоккеистом. И эти занятия ягодились ему и



Герои Владиславы Самохиной и Ивана Колесникова на пьедестале.

Одобрение героини

ДЕТАЛИ

Конечно, этот фильм без одобрения самой Ирины Родниной не был бы возможен. И Ирина Константиновна дала согласие на экранизацию своей биографии.

– Хочу выразить благодарность всей команде, невероятно мужественному творческому коллективу, который взялся за экранизацию моей книги, – делится с нами Ирина Роднина. – Этот фильм – не столько обо мне, сколько о том времени, о поколении людей, которые работали, побеждали себя и обстоятельства ради главного: победы нашей страны. Сегодняшние спортсмены оказались в очень нелегкой ситуации, когда их отстраняют от дела их жизни – не допускают до соревнований. Пусть пример старшего поколения будет для них по-своему поучительным, придаст им сил и уверенности в себе.

в актерской профессии. Сначала артист учился кататься на старинных коньках на съемках фильма «Серебряные коньки», потом была работа в проекте «Последний аксель», а после – приглашение принять участие в шоу Первого канала «Ледниковый период». Вместе с Татьяной Волосожаев он стал победителем. А потом, во второй раз, заменив Даню Милохина, встал в пару к Евгении Медведевой. Так что, как вы понимаете, на льду актер стоит более чем уверенно.

Вот только для роли в фильме «Роднина» эти умения оказались мало...

– Когда пришел на пробы, то думал, что покорю всех своим скольжением на льду, – признается Фёдор. – А оказалось, что надо еще уметь играть на баяне. Я обратился за помощью к друзьям, и петербургский артист Максим Клейменов за десять уроков научил меня играть на баяне «Калинку-малинку» – и так я стал еще более разносторонним артистом! (Улыбается.) Вся эта картина точно будет особенной: фильм сделан с огромной любовью...

Дело в том, что фигурист Алексей Уланов помимо того, что был выдающимся спортсменом, еще и окончил училище имени Гнесиных по классу баяна.

Появится в фильме и Иван Колесников. Прообразом его героя стал другой партнер и супруг Ирины Родниной Александр Зайцев. Иван тоже прекрасно умеет кататься на коньках и также дважды принимал участие в шоу «Ледниковый период».

КСТАТИ

Фильм про любовь

Съемки картины пройдут в Москве и Екатеринбурге. Артистам приходилось даже кататься на открытом катке при температуре минус 36 градусов (съемки этих эпизодов проходили как раз на Урале). Несмотря на умение артистов, играющих фигуристов, отлично двигаться на льду, у них есть дублеры. Кроме того, в фильме будет

использована компьютерная графика.

– Этот фильм – не просто пересказ жизни Ирины Константиновны – величайшей спортсменки

в парном фигурном катании, – говорит режиссер Константин Статский. – Это фильм про любовь: любовь мужчины и женщины, любовь к профессии, любовь к Родине. Никто и никогда не показывал в кино фигурное катание в таком объеме. Это настоящий вызов для нашей творческой группы, который мы приняли, чтобы показать красоту и неповторимость этого вида спорта, граничащего с искусством. Несмотря на кажущуюся легкость в кадре, это высокотехнологичная картина с присутствием компьютерной графики практически в каждой сцене – что, разумеется, будет незаметно для зрителя...

Фильм выйдет в прокат в 2024 году и будет приурочен к 75-летию легендарной спортсменки Ирины Родниной.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Звёзды побегают за шарами в офисе

На телеканале «2x2» – премьера нового спортивно-развлекательного проекта «По шарам». В шоу лицом к лицу сойдутся известные блогеры, спортсмены, актеры и телеведущие. В первом сезоне примут участие певец и борец Торнике Квитатиани, блогеры Алексей Янгер, Саша Кабаева и VA.NO, ведущие шоу «Инспектор» на «2x2» Дина Мар и Лео Канделаки, актеры Анна Глаубэ и Вадим Дубровин, а также футболист Иван Новосельцев.

Условия просты: два участника в замкнутом



пространстве стараются не дать упасть на пол воздушному шару. Соперники поочередно подбивают шарик вверх или в сторону, но отбивать вниз запрещено. Игра проходит на площадке для сквоша, обустроенной в стиле офисного пространства. Так что участникам придется перепрыгивать через столы, диваны, лампы и растения в горшках.

– Мне кажется, что у нас получился очень легкий развлекательный формат, который и посмотреть приятно, и повторить у себя в офисе несложно. Так что я уверен, что «По шарам» обязательно станет народной игрой и народным шоу, – уверен его ведущий Кирилл Кошарин.

Фото телеканала «2x2»



«На работу!» без слов, но с юмором

С 30 января на телеканале ТНТ начнется показ скетчкома «На работу!» производства кинокомпании 1-2-3 Production – оригинального проекта, полностью построенного на визуальном юморе. Автор идеи скетчкома – актриса и комик Анастасия Резник («Капельник», «Непослушная»), режиссер – Илья Аксёнов (первый сезон «Мира! Дружбы! Жвачки!», «Капельник», «Родные»).

Анастасия и Илья в сериале, как и в реальной жизни, – супруги. По сюжету это союз уверенного в себе лоха и неуверенной в себе красавицы. Они живут в крохотной квартирке, но зато в большом городе – Москве, где найти работу так же просто, как и потерять.

– Мы снимали без слов, чтобы скетчи были универсальны и понятны всем зрителям, а не только русскоязычной аудитории, – рассказал нам Илья Аксёнов. – Я фанат Леонида Гайдая, Чарли Чаплина, Бастера Китона; мне нравится жанр эксцентричных комедий, построенных на действиях. Он доступен всем: от маленьких детей до бабушек. Мне кажется, сериал стоит посмотреть, чтобы узнать себя, своих коллег, зарядиться на рабочий ритм. Работа – это очень трудно, для многих людей это обязательство, способ выжить. Нам хотелось, чтобы такая сложная вещь хотя бы в нашем сериале выглядела весело, забавно и легко.

Фото телеканала ТНТ

«Доброта»: что сильнее – любовь или предательство?

На канале Домашний разгораются новые страсти! 27 января состоится премьера турецкой драмы «Доброта». Главные роли исполнили Хатидже Шендиль, Сара Кутлубей и Исмаил Демирджи.

Неслихан и Мурат познакомились на работе. Он – обычный клерк, она – руководитель компании. Их любовь развивалась стремительно и была взаимной. Молодые люди поженились, несмотря на сопротивление матери девушки – Мурат неровня ее дочери. Неслихан казалось, что она очень счастлива: у нее чудесный муж и двое пре-

красных детей. Отстраненность супруга, отсутствие той искры и нежности, которая была в первые годы их брака, списывала на усталость и загруженность мужа, пока не стала свидетельницей сцены предательства. Как выяснилось, он обманывал ее долгие годы. Неслихан не намерена прощать и решила отомстить обидчику. Получится ли у нее забыть о прежних чувствах, или воспоминания о прошлом окажутся сильнее?



Фото телеканала Домашний

Отекают ноги? У Вас застой лимфы!



«У меня целый букет проблем: высокое давление и холестерин, запоры, диабет, лишний вес. Лекарства пью горстями. Появились усталость, отдышка, слабость, головные боли, головокружения. А последнее время стали страшно отекают и болеть ноги! Я практически перестала ходить. Пробую разные средства, но ничего не помогает. Подскажите, почему у меня такие отеки и как мне от них избавиться?»

Нина 69 лет, Ставрополь

Отеки ног или лимфоотеки – это первый признак застоя лимфы! Мало кто знает, что лимфатическая система – это часть сердечно-сосудистой системы. Ее главная задача – очищение организма. Именно лимфа, а не кровь, печень или кишечник, обеззараживает шлаки, яды и токсины и выводит их из организма. Но это если мы здоровы и молоды.



С возрастом, из-за отсутствия движения (а лимфу качают мышцы, а не сердце) лимфа начинает застаиваться, токсины забивают лимфоузлы, замедляют и отравляют лимфоток. В результате начинают отекают ноги, по-

являются язвы, растёт вес, падает иммунитет, мы чаще и тяжелее бодем, сердце и сосуды начинают разрушаться. Знакомая ситуация?

Что же делать? Как избавиться от отеков и застоя? НАДО ОЧИЩАТЬ ЛИМФУ!

Но это не просто! Попасть в лимфатический сосуд можно только через ворсинки кишечника, которые нужно предварительно очистить. Плюс лимфатический сосуд крайне мал, что еще больше усложняет доступ к лимфе. Поэтому до сегодняшнего дня создать эффективное средство для очищения лимфы никому не удавалось.

Однако российские учёные из подмосковного наукограда Пущино совершили невозможное! На основе дикой водоросли ламинарии, используя уникальную технологию кавитации, они создали первый натуральный молекулярный гель для диетического лечеб-

ного питания ЛАМИНОР для очищения и кишечника, и лимфы. «Живые» молекулы-поликлинеры ЛАМИНОРА сначала глубоко очищают кишечник, избавляя от запоров. Затем через ворсинки кишечника проникают в лимфатические сосуды, обеззараживают токсины и выводят их из организма, очищая лимфу и стимулируя лимфоток.

Действие ЛАМИНОРА направлено на:

- ✓ **ОЧИЩЕНИЕ** кишечника и лимфы
- ✓ **АКТИВАЦИЮ** лимфотока
- ✓ **ИЗБАВЛЕНИЕ** от запоров и отеков
- ✓ **ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ** осложнений на ноги, сердце, сосуды, печень, почки

ЛАМИНОР ПОМОЖЕТ ВЕРНУТЬ РАДОСТЬ ДВИЖЕНИЯ И ДОЛГИЕ ГОДЫ АКТИВНОЙ ЖИЗНИ БЕЗ ОТЕКОВ И БОЛИ!



Звоните по бесплатному номеру **8 (800) 100-55-60**
Код Вашего подарка **«ТЕЛЕК»**

* При покупке пяти банок и более. Не является лекарственным средством. Необходима консультация специалиста. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 121770093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение I, комната 28. СРП № RU.77.99.19.004.E.004351.10.18 от 01.10.2018 г. Акция действует с 01.01.2024 по 01.07.2024 г. Информация об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. Реклама.

Солянка – гордость русской кухни. Очень сытная, густая, наваристая солянка, как ни один другой суп, может согреть в стальные зимние дни.

Солянки бывают мясными, рыбными и постными – грибными. Само их название, происходящее от слова «соль», говорит о том, что это рассольные супы, в которые очень желательно добавлять рассол от соленых огурцов (в идеале бочковых) или грибов, квашеной капусты. Маринованные грибы и огурцы, а также маринады от них для солянок не подходят, продукты, содержащие уксус, могут испортить это прекрасное блюдо. Основа солянки – это крепкий мясной, рыбный или грибной бульон, который необходимо сварить заранее. Для мясной солянки предпочтителен бульон на нежирной говяжьей грудинке (на кости), для рыбной – из мелкой речной рыбы, для постной – из сухих белых грибов. Но если именно этих продуктов под рукой нет, а солянки хочется, не беда: говяжий бульон смело можно заменить любым другим мясным бульоном, рыбный – сварить из костей, голов и плавников любой рыбы, грибной – из любых грибов. А если нет времени на бульон, можно сварить солянку на воде, все равно получится вкусно.

Что за прелесть эти СОЛЯНКИ!



Солянка сборная рыбная

На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 87 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 кг мелкой речной рыбы
- 300 г филе морской рыбы
- 300 г филе слабосоленой красной рыбы
- 200 г оливок
- 2 соленых огурца
- 1 стакан огуречного рассола
- 100 г каперсов
- 1 луковица
- 1 лимон
- растительное масло
- 2 лавровых листа
- молотый черный перец
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Речную рыбу выпотрошить, сложить в кастрюлю, залить водой (3,5 л).
- 2 Довести воду до кипения, снять пену, убавить огонь, варить 1 час, периодически снимая пену.
- 3 Готовый бульон процедить, влить в него огуречный рассол, довести до кипения.
- 4 Лук и огурцы нарезать мелкими кубиками, обжарить до прозрачности на растительном масле, добавить в бульон.
- 5 Филе морской рыбы и филе красной рыбы нарезать небольшими кубиками (извлекая кости), положить в бульон; варить 30 минут.
- 6 Добавить в бульон каперсы и оливки (вместе с рассолом), довести до кипения и снять солянку с огня.
- 7 При подаче украсить каждую тарелку тонким ломтиком лимона.



Сборная мясная солянка на скорую руку

На 4 персоны.
Калорийность (на 100 г): 69 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 1 л томатного сока
- 200 г копченостей
- 2 сосиски или сардельки
- 4 соленых огурца
- 1 стакан огуречного рассола
- 2 картофелины
- 15-20 маслин
- 1 луковица
- 1 морковь
- 1-2 зубчика чеснока
- пучок зелени
- 1 лимон
- 4 ст. л. сметаны
- растительное масло
- молотый черный перец

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Лук нарезать мелкими кубиками, картофель – небольшими кубиками, морковь и огурцы натереть на терке, чеснок измельчить, зелень мелко порубить.
- 2 Сосиски нарезать кружочками, копчености – соломкой или небольшими кубиками.
- 3 В кастрюлю (2 л) с толстым дном налить немного растительного масла, обжарить копчености, добавить сосиски и картофель, обжарить все вместе 2-3 минуты, добавить соленые огурцы, залить томатным соком, варить до готовности картофеля (10-15 минут).
- 4 Отдельно на сковороде обжарить лук и морковь, добавить в кастрюлю вместе с чесноком.
- 5 Долить горячей воды до полной кастрюли, довести содержимое до кипения, снять с огня, накрыть кастрюлю крышкой, дать постоять 10-15 минут.
- 6 При подаче в каждую тарелку положить оливки, ломтик лимона, ложку сметаны, поперчить, посыпать зеленью.



Солянка грибная постная

На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 43 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г свежих шампиньонов
- 200 г соленых груздей
- 3 соленых огурца
- 1 стакан огуречного рассола
- 1 банка маслин
- 1 луковица
- 1 морковь
- 50 г сухих белых грибов
- 2 ст. л. томатной пасты
- 1 ст. л. муки
- пучок зелени
- растительное масло
- 2 лавровых листа
- 10 горошин черного перца
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сухие грибы залить кипятком, оставить на 20-30 минут, после чего отварить до готовности.
- 2 Шампиньоны и грузди нарезать тонкими пластинами, обжарить вместе с отварными сушеными грибами в небольшом количестве масла.
- 3 Лук нарезать мелкими кубиками, припустить на растительном масле до прозрачности в кастрюле с толстым дном.
- 4 Морковь натереть на крупной терке, добавить к луку, обжарить до мягкости.
- 5 К луку и моркови добавить томатную пасту и муку, перемешать, жарить 5 минут.
- 6 Добавить нарезанные тонкой соломкой огурцы, жарить еще 5 минут.
- 7 Влить воду, в которой варились сухие грибы, положить все грибы, залить 1,5 л воды, перемешать, посолить, добавить перец горошком, лавровый лист, варить 7-10 минут.
- 8 Влить рассол, проверить на соль, довести до кипения и снять с огня.
- 9 При подаче посыпать рубленой зеленью, добавить в каждую тарелку несколько маслин (по желанию).



Солянка по-татарски

На 6 персон.
Калорийность (на 100 г): 73 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г говядины на кости
- 300 г вареного говяжьего языка
- 2-3 соленых огурца
- 2 луковицы
- 1 морковь
- 1 лимон
- 10 шт. чернослива б/к
- 1 ст. л. томатной пасты
- 8-10 горошин черного перца
- 1 лавровый лист
- 30 г сливочного масла
- пучок свежей зелени
- сметана
- соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Говядину залить холодной водой (1,5 л), довести до кипения, снять пену, добавить 1 луковицу, морковь, черный перец горошком, варить до готовности (1,5-2 часа); готовый бульон процедить.
- 2 Чернослив замочить в горячей воде на 20 минут, затем отжать.
- 3 Лук нарезать тонкими перьями (или полукольцами), половину лимона – тонкими ломтиками, огурцы – тонкой соломкой, зелень мелко порубить.
- 4 Лук припустить на сливочном масле, добавить огурцы, жарить еще 3 минуты, добавить томатную пасту, жарить, постоянно помешивая, еще 2-3 минуты.
- 5 Мясо из бульона и язык нарезать соломкой. Поставить процеженный бульон на огонь, довести до кипения, положить все мясо, чернослив, обжаренные овощи, перемешать, посолить, варить 5-7 минут; добавить лимон, перемешать, через 1 минуту снять с огня.
- 6 Подавать со сметаной, посыпав рубленой зеленью.



Тёплые, лёгкие, нарядные... И это всё про валенки – прекрасную обувь для снежной и холодной зимы. Валенки не подведут в самый сильный мороз, бережно сохраняя тепло наших ног.

Сегодня мы расскажем историю этой удобной, теплой, практичной обуви. Многие думают, что валенки – чисто русское изобретение и что в валенках ходили на Руси все и с самых древних времен. Однако это совсем не так. Первыми валять шерсть для изготовления различных предметов одежды, в том числе головных уборов и обуви, начали кочевые народы. Именно во времена рассвета Золотой Орды в древние русские города и селенья пришли изделия из валяной шерсти, которые впоследствии трансформировались в хорошо знакомые нам валенки. Русичи, ходившие до того в лаптях и онучах, оценили теплую и удобную обувь и начали осваивать валяние. Первые мастера этого дела появились в XVI-XVII веках в некоторых северных областях Европейской части России и в Сибири. И лишь много позже валенки начали валять в других регионах страны.

Пимы, чуни, валенцы...

Обувка как роскошь

Щи и валенки

Именно это требовал Пётр I зимой после бани и купания в проруби. Для своих больных ног Екатерина Великая предпочитала валенки, видя в них спасение. А Анна Иоанновна даже разрешала своим фрейлинам носить короткие валенки-чуни с нарядными платьями.

Первые валенки были совсем не похожи на современные. Это была низкая обувь, без голенищ и со швом. Называли такую обувь в разных регионах по-разному: «валенцы», «чуни», «коты», «пимы» – и носили круглый год. Позже к пимам начали пришивать свальщенное голенище. Валенные же вкруговую, бесшовные валенки появились лишь в XVIII веке.

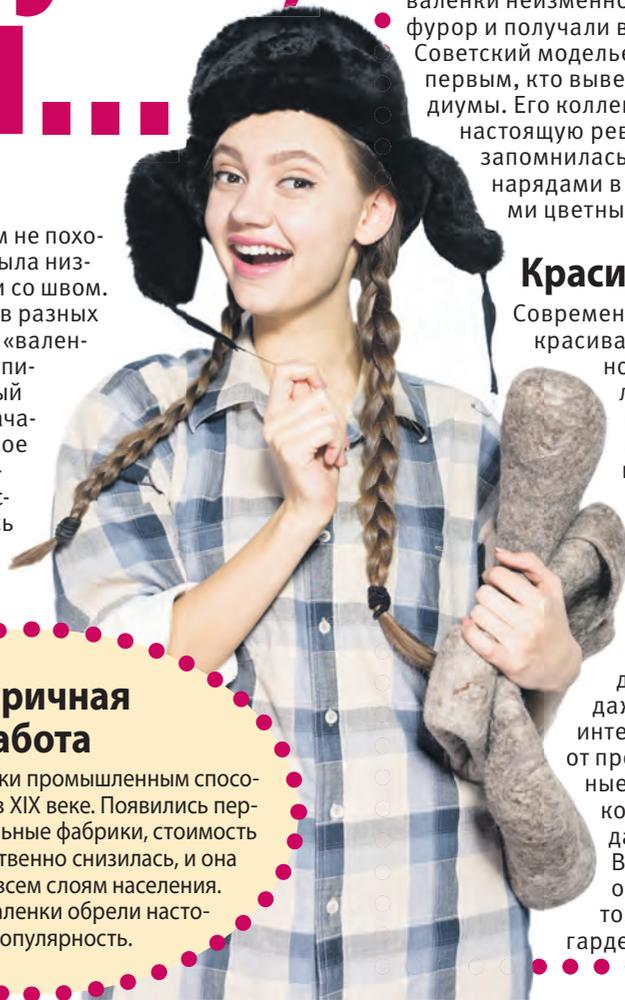
Валяние валенок вручную было процессом кропотливым.

Тонкости и хитрости мастерства

изготовители хранили в секрете. Поэтому валенки были по карману далеко не всем, а в крестьянских семьях и вовсе считались предметом роскоши. Валенки передавались из поколения в поколение, и часто их носили по очереди, так как на одну семью нередко была только одна пара. Невеста, в приданом которой были валенки, могла рассчитывать на самую лучшую партию. Соответственно, и жених, имевший валенки, считался завидным.

Фабричная работа

Производить валенки промышленным способом начали только в XIX веке. Появились первые валяльно-катальные фабрики, стоимость этой обуви существенно снизилась, и она стала доступна всем слоям населения. Только тогда валенки обрели настоящую популярность.



На выставки и подиум

На рубеже XIX-XX веков богатые купцы начали вывозить валенки на всемирные выставки. В Париже, Лондоне, Вене, Чикаго русские валенки неизменно производили настоящий фурор и получали высшие награды. Советский модельер Вячеслав Зайцев стал первым, кто вывел валенки на модные подиумы. Его коллекция 1963 года произвела настоящую революцию в мире моды и запомнилась не только эффектными нарядами в русском стиле, но и яркими цветными валенками.

Красиво и стильно

Современные валенки – это очень красивая и стильная обувь с разнообразным декором. Валенки украшают мехом и вышивкой, аппликацией и даже стразами – самая привередливая модница обязательно найдет валенки на свой вкус. Чтобы валенки не промокали, их делают на подошве, которая тоже может быть очень разной – от простой плоской до высокой рифленой и даже на каблучке. Еще один интересный вариант защиты от промокания – галоши. Цветные и прозрачные, с рисунком и без – здесь тоже всегда есть большой выбор. Валенки – идеальная обувь для русской зимы. И то, что валенки вернулись в гардероб, – большая удача.

Светлана ИВАНОВА

ЛЕКАРСТВОМ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ

Суставы любят ГЕЛАДРИНК!

8 (800) 30-20-561
www.geladrink.ru



Геладринок ФАСТ

Когда ни согнуться, ни разогнуться. Экстракт босвеллии серрата в сочетании с коллагеном продлит долголетие и придаст легкость движениям.

Порошок, капсулы (30 суточных доз).



Геладринок ФОРТЕ ЛЮКС

Препятствует разрушению тканей суставов и позвоночника, интенсивно их питает. Помогает суставам при активных движениях. Удобные саше на каждый день в трех вкусах.

Саше-пакеты (14 суточных доз).

Продается в аптеках:

eapteka.ru
apteka.ru
[здравсити](http://zdravсити)

БД, СОГР: RU.77.99.19.003.E.000002.01.15; RU.77.99.11.003.E.004151.09.18; RU.77.99.11.003.E.000003.01.15. ООО «АПТЕКА» ОГРН1147746631988. г. Москва, Фрунзенская наб., д. 42, цок. эт., пом. 1, ком. 2. Лиц.: ЛО-82-02-000978 от 09.12.2020 г. ООО «Здравсити» 1127282, г. Москва, Чермянская ул., д. 2 стр. 1, эт. 8, пом. 1, ком. 9. ОГРН: 1217700264561 ЛО42-01148-78/00140062 от 06.04.2022 г. АО НПК «Катрен» 630559, Новосибирская обл., р.п. Кольцово, пр-кт Ак. Сандахчиева, 11. ОГРН 1025403638875 Лиц. № ФС-99-02-007598 от 26.12.19 г. ООО «СОГЕР», 115280, г. Москва, ул. Ленинская Слобода, д. 9, эт. 1, пом. 37, оф. 37-2, ОГРН 5137746095966. Реклама.



ГАЗЕТА В ПРОДАЖЕ С 26 ЯНВАРЯ!

КАЖДОМУ КУПИВШЕМУ ГАЗЕТУ «ДАЧА» №2 – СЕМЕНА В ПОДАРОК!

ВНИМАНИЕ! ПАКЕТИК С СЕМЕНАМИ ПРИКРЕПЛЕН НА ОБЛОЖКУ ГАЗЕТЫ «ДАЧА» №02



ГАЗЕТА ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ.
ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2940

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>

Реклама. 12+

Сегодня мы подготовили для вас чек-лист минимального набора предметов и приспособлений, которые обязательно понадобятся вам в новом сезоне в саду и на огороде.

Позаботьтесь о необходимом заранее, чтобы не тратить время на поиски в разгар сезона.



Чек-лист для садоводов и огородников к новому сезону

Плоскорез

Инструмент, который помогает подрезать сорняки, рыхлить, делать рядки, обрабатывать тяжелые грунты. Стоит недорого, пользоваться удобно, легко точить точилками для ножей. Во время использования не надо напрягать спину, наклоняясь низко над грядкой. Обязательно ознакомьтесь с техникой использования — есть нюансы!

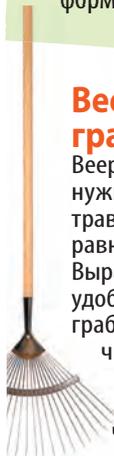


Лопата

Обратите внимание на современные эргономичные модели с металлической ручкой от известных производителей. Они тяжелее, чем привычный дедовский инструмент, зато разгружают спину во время садовых работ. У них один существенный минус — высокая цена.

Вилы

Сторонники органического земледелия и выкапывать урожай, и совершать другие «копательные» операции предпочитают вилами, а не лопатой, чтобы сохранить плодородный слой. Вилы пригодятся и для распределения на грядках мульчи из травы или соломы. Присмотритесь к современным моделям вил, которые также бывают эргономичной формы.



На грабли можно наступить, на вилы можно напороться, и лишь лопата никогда не навредит.

Веерные грабли

Веерные грабли нужны для уборки травы и листвы, и еще для выравнивания поверхности грядки. Выравнивать поверхность почвы удобно обратной стороной веерных граблей (это нужно, чтобы получить одновременные дружные всходы, чтобы всем растениям доставалось одинаковое количество влаги и т.п.).



Сапоги садовые

Современные садовые сапожки из ЭВА (этиленвинилацетата) практически невесомые, водоотталкивающие, теплоизолирующие, износоустойчивые, помогут не покидать любимый сад в любую погоду. Проверьте, в строю ли любимые садовые сабо (с подвижным фиксатором пятки): легкие, защищающие пальчики от травм, не намокающие при поливе, удобно снимаемые-надеваемые.



Фартук садовый

Выбирайте модели из водоотталкивающей ткани «оксфорд» (она обработана ПВХ-покрытием) с большим количеством разного размера кармашков. Это прекрасная защита и от грязи при пересадке растений, и от влаги при поливе. А кармашки помогут всегда иметь под рукой перчатки, секатор, семена и т.п.

Измеритель кислотности почвы

Этот прибор стоит недорого, а прослужит долго. Изменение уровня pH поможет вовремя предпринять меры, которые напрямую повлияют на количество будущего урожая.



Перчатки садовые

Позаботьтесь о том, чтобы к сезону у вас были перчатки, прорезиненные в области пальцев. Они удобны тем, что в них не прет рука, а усиленные резиновые пальчики повышают их износоустойчивость. Они незаменимы для работы на грядках. Еще нужно иметь перчатки для работы с колючими растениями: розами, ежевикой, малиной. Для этой цели советуем приобрести толстые перчатки с кожаными вставками (они есть в любом строительном магазине, где продается оборудование для сварки). Такие перчатки защитят руки от травм и прослужат не один сезон.



Секатор

Минимальный набор — два секатора. Один из них должен быть мощным — для резки толстых веток (обратите внимание на надежность конструкции — никакие элементы не должны быть разболтанными или хлипкими). В комплект к мощному секатору нужно иметь секатор с тонкими лезвиями (своего рода садовые ножницы) для удаления тонких веток, усов и пасынков растений.

Нетканые материалы

Для создания благоприятных условий для растений в открытом грунте, для защиты от холода, солнечных лучей, вредителей нужно обязательно иметь такой материал. Изучите вопросы о его плотности и выбирайте согласно потребностям.

Опрыскиватели

Опрыскивателей также в идеале должно быть два: один маленький ручной (до 2 л для точечной обработки растений) и большой ранцевый (10-15 л для полной обработки сада весной, осенью и в моменты неблагоприятной обстановки в летнее время). Очень удобны аккумуляторные опрыскиватели: подзарядил один раз и не нужно ничего накачивать вручную.

Термометр

Отдавайте предпочтение спиртовым термометрам — они безопасны. Термометр необходим весной, чтобы определить температуру почвы. Именно он подскажет вам, когда высаживать рассаду. Возьмите любой уличный термометр и закопайте его в грядку на глубине 10 см (а лучше два — один в теплице, другой на улице). Когда температура будет выше 12 градусов, можно высаживать рассаду томатов, перцев, огурцов. Летом термометров также должно быть несколько: в каждой теплице, чтобы убедиться, что там не жарко и будет нормальная завязываемость плодов.

КАК САДОВОД САДОВОДУ

Чем обработать семена перед посевом?

Обработка семян перед посевом нужна для профилактики заболеваний, ускорения прорастания, стимуляции иммунитета растений. Какие средства для решения таких задач эффективнее всего?

- «Фитоспорин», «Алирин-Б» и другие препараты на основе сенной палочки помогут решить задачи профилактики широкого спектра заболеваний.
- Химические препараты: «Максим» (на основе фундазола), «Фитолавин» (на

основе фитобактериоцина). Применять по инструкции для обработки семян, если есть подозрение, что семена могут быть заражены.

- Раствор марганцовки (1 г перманганата калия на 100 мл воды). Поместить семена в тряпочке в раствор на 20 ми-

нут, после обработки промыть. Способствует обеззараживанию.

- Перекись водорода. Для обработки используют 3-процентную перекись водорода: нагреть до 40 градусов, поместить в раствор семена на 8 минут. Решает

задачи обеззараживания и стимуляции.

- Контрастный душ. Понадобится две емкости: в одной вода с температурой 50 градусов, другая с холодной водой. Чередуя погружения в течение 15 минут. Это стимулирует иммунитет, ускоряет прорастание.

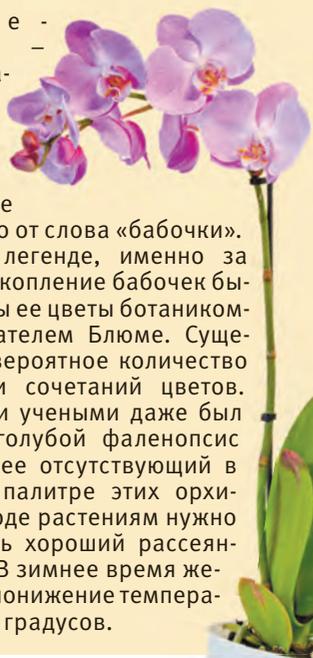
Орхидеи – одни из самых величественных и таинственных растений.

Причем их разнообразие буквально зашкаливает: в природе насчитывается более 25 тысяч видов. А выведенных гибридов – более 100 тысяч. Так что удивляться и восхищаться орхидеями можно бесконечно долго.

Любителям домашнего цветоводства часть орхидей удалось приручить. И они могут точно так же радовать вас, проживая в комнате на подоконнике. Сегодня мы расскажем о некоторых популярных «комнатных» орхидеях.

Фаленопсис

Фаленопсис – одна из самых неприхотливых орхидей. Ее название произошло от слова «бабочки». Согласно легенде, именно за большое скопление бабочек были приняты ее цветы ботаником-мореплавателем Блюме. Существует невероятное количество окрасок и сочетаний цветов. Японскими учеными даже был выведен голубой фаленопсис (цвет, ранее отсутствующий в цветовой палитре этих орхидей). В уходе растениям нужно обеспечить хороший рассеянный свет. В зимнее время желательно понижение температуры до 17 градусов.



Дендробиум

Название этой орхидеи переводится с латинского языка как «живущая на дереве». В естественной среде растет в густых лесах на стволах и ветвях деревьев, закрываясь от ярких лучей солнца. В природе ее рост может составлять более метра, а в домашних условиях, как правило, не более 70 см. Тем не менее главную особенность домашняя красавица взяла от своих вольных родственников – пышное обильное цветение на протяжении полутора месяцев. Цветы буквально покрывают весь цилиндрический стебель. Цветки дендробиума разнообразны по цвету, форме и размеру.

Для дендробиума важны прохладные условия в осенне-зимний период. Летом самая комфортная температура – 25 градусов днем и 20 градусов ночью. При этом достаточное количество света должно быть независимо от времени года. Поэтому зимой можно дополнительно досвечивать растение лампами искусственного освещения.



Мильтония

Нежное и очень трогательное создание с цветами, похожими на анютины глазки. Ее даже так и называют: «орхидея анютины глазки». Цветы имеют приятный запах. Как и для большинства орхидей, для нее важно хорошее рассеянное освещение. При правильно подобранном свете она даже подает вам знак, придав своей листве розоватый оттенок. Помните, мильтония плохо переносит температурные перепады и сквозняки.

Самая комфортная температура для этого цветка – 20 градусов в течение дня. На весь период покоя желательно растение пониженой температурой, около 15 градусов.



Два приятеля.
– Что ты приготовил своей жене на день рождения?
– Я ей приготовил орхидею в горшочке.
– Запек?

КСТАТИ

Самые необычные орхидей

Дракула, или обезьянья орхидея, свое название получила из-за необычной формы цветка, напоминающего мордочку обезьяны.

Летящая утка – австралийская орхидея, цветы которой как две капли воды похожи на малюсенькую фигурку летящей утки с ярко выраженным клювом.

Орхидея-ангел. Цветы этой орхидеи похожи на белых миниатюрных ангелочков с крылышками.

Орхидея-балерина. Ее цветы напоминают танцующую балерину с поднятыми вверх руками.

Белая цапля похожа на летящую воздушную птицу.

Танцующие девочки. Очень редкое растение. Цветок выглядит как две танцующие девушки.

Башмачок Ротшильда – эта орхидея относится к одним из самых дорогостоящих в мире. Кстати, цветет она раз в десять лет.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ПОДПИСКА на 2024 год

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Вы можете подписаться на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru» во всех почтовых отделениях*



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2939**

Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на 1-е полугодие 2024 года*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца
271,07 ₽	542,14 ₽	813,21 ₽	1084,28 ₽

С 1 февраля по 31 марта 2024 года пройдет досрочная подписка на 2-е полугодие 2024 года по цене первого полугодия

Стоимость ПОДПИСКИ на 2-е полугодие 2024 года*

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца	на 5 месяцев	на 6 месяцев
271,07 ₽	542,14 ₽	813,21 ₽	1084,28 ₽	1355,35 ₽	1626,42 ₽

* ВНИМАНИЕ. Подписка на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru» осуществляется ТОЛЬКО ДЛЯ ЖИТЕЛЕЙ г. Москвы и Московской области, а также Брянской, Владимирской, Ивановской, Калужской, Костромской, Рязанской, Смоленской, Тверской, Тульской и Ярославской областей.

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 937-95-77 (доб.237)

ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

как подписаться, сидя дома или на даче, без посещения почтового отделения

Онлайн на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru> или через мобильное приложение «Почта России»



инструкция онлайн-подписки на сайте podpiska.pochta.ru и через мобильное приложение «Почта России»

- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru»



П2939

«ТЕЛЕК Pressa.ru»

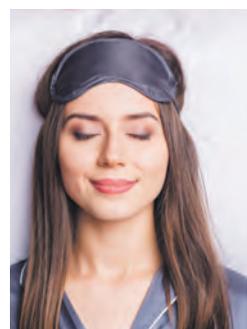
ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

Одна из самых серьёзных проблем современного общества – психоэмоциональное напряжение. Постоянные беспокоящие ситуации, личные проблемы не дают расслабиться, отчего часто и возникает эмоциональный дискомфорт.

Сегодня мы расскажем о ряде несложных правил, выполнение которых поможет справиться со стрессом и беспокойством. Скажем сразу: в одиночку победить постоянный стресс не удастся. Нужна планомерная ежедневная работа, которая обязательно даст отличный результат. Поэтому настраиваться следует не на мгновенный эффект, а на постепенное восстановление и укрепление нервной системы.

Здоровый сон

Первое, что нужно и нашей нервной системе, и нашей психике, это полноценный сон. Чтобы организм полностью восстановился, необходимо ежедневно высыпаться. Неважно, сколько времени вам лично требуется для сна – 6, 8 или 10 часов, это очень индивидуальный показатель. Важно, чтобы вы проспali все эти часы, не вставая с постели. Поэтому стройте свой режим дня так, чтобы на сон оставалось ровно столько времени, сколько требуется вам, чтобы организм постепенно выработал привычку просыпаться в определенное время и не по будильнику. Кстати, для многих будильник – это мощный стрессообразующий фактор. Без особой надобности лучше им не пользоваться.



Бережём нервную систему

5
простых,
но важных
правил



1

2

Забывать о мелких неприятностях

Не заостряйте внимание на мелких неприятностях и неурядицах, старайтесь думать о них как можно меньше, а лучше не думайте вовсе. В конце концов, разбитая чашка, сломанный ноготь или сложный разговор с коллегой или соседом – не те проблемы, которые стоят наших нервов. Здоровье – вот в чем главная ценность, все остальное не заслуживает долгих дум и уж тем более – постоянных воспоминаний. Не давайте мелочам захватить свои мысли и чувства.

3

Гигиена

– Дорогая, не сердись. Мы столько лет вместе! Хочешь, я снова отдам тебе своё сердце?
– Ты лучше мои нервы мне верни!

Как известно, чистота – залог здоровья, в том числе и нервной системы. Уделять внимание не только личной гигиене, но и чистоте одежды, обуви, чистоте в помещениях, где мы проводим долгое время, просто необходимо. Пыль, грязь и спертый воздух мешают нашему организму нормально функционировать, поэтому регулярная влажная уборка, а также частые проветривания помещений, особенно спальни, обязательны.

Настрой на позитив

Позитивный настрой – это очень важная часть здорового образа жизни. Не стоит искать изъяны в окружающей действительности, ищите хорошее, и жизнь заиграет новыми красками. Человек, который видит во всем только недостатки и постоянно все и всех вокруг критикует, иссушает собственную нервную систему (и невривует окружающих). Также очень важно относиться положительно к самому себе. Не пишите сутками себя за мелкие просчеты и ошибки, помните: никто не застрахован от ошибок, никогда не ошибается только тот, кто ничего не делает. Хвалите себя за хорошие поступки, любите себя. Улыбайтесь себе по утрам в зеркале. Старайтесь доставлять себе радость, ищите позитив в каждом дне. Сделайте свой досуг активным, чтобы он вам был по душе. Занимайтесь любимым делом, читайте, ходите в театр, в кино, посещайте выставки, готовьте новые блюда, позволяйте себе внеплановый шопинг... Словом, делайте все то, что доставляет вам положительные эмоции.

4

На приёме у психолога. Дама жалуется на семейную жизнь и обращается за советом:

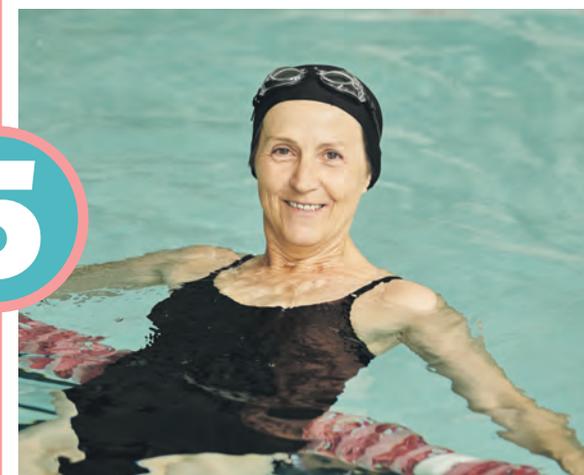
– Доктор, у моего мужа совершенно расшатаны нервы. Куда бы вы нам посоветовали поехать? На море или в горы?

– Вам на море, ему в горы. Или наоборот.



Режим дня и движение

С вредными привычками нужно, конечно, расстаться. А чтобы это получилось как можно скорее и наименее болезненно, заведите привычки полезные: ежедневные прогулки, здоровое питание, полноценный отдых. Планируйте свой день так, чтобы физическая активность перемежалась с отдыхом, умственная деятельность – с движением. Запишитесь в спортзал, купите абонемент в фитнес, посещайте в бассейн или просто делайте утреннюю зарядку. Помните: движение – это жизнь, а режим дня – здоровая жизнь. Привыкая к определенному режиму, наш организм гораздо легче справляется с любыми нагрузками, в том числе психоэмоциональными.



5

Кстати

Решили беречь нервы, не изводите себя пустыми негативными думами, хотите быть всегда на позитиве – ищите единомышленников, которые тоже предпочитают здоровый образ жизни и не желают хандрить. Окружайте себя людьми, с которыми вам легко и приятно общаться, в обществе которых вам тепло и спокойно. Чаще встречайтесь с друзьями, которые способны поддерживать вас в ваших делах и стремлениях. А когда надо – утешить и вселить в вас оптимизм и новые силы.

ВАЖНО!

Старайтесь избегать общения с людьми, которые вас раздражают, в обществе которых вы по каким-либо причинам испытываете дискомфорт.

Что вы знаете о мышцах? В нашем теле их более 650.

Чтобы сделать один шаг, мы задействуем порядка 200 мышц. Что уж говорить про занятия спортом или обычные домашние дела? Но наши мышцы могут находиться в состоянии повышенного тонуса, доставлять дискомфорт и не давать полноценной отдачи при занятиях фитнесом... К счастью, ситуацию легко можно исправить.

Причины перегрузок

Мышечное напряжение может возникать:

- При постоянной неправильной позе, если вы подолгу сидите за столом, работаете за компьютером, носите сумку на одном плече (когда происходит перекос).

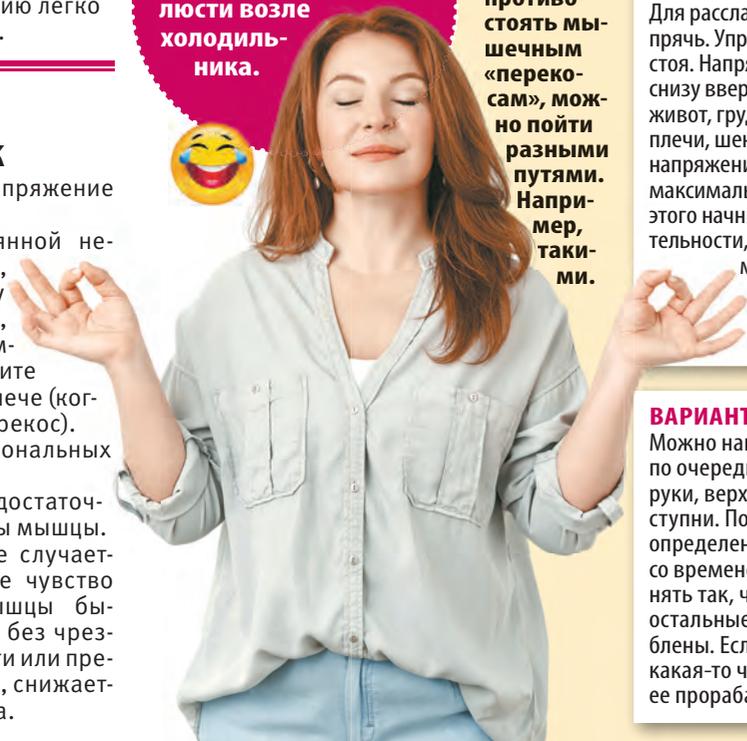
- При эмоциональных стрессах.

- Если у вас недостаточно натренированы мышцы.

Когда подобное случается, вы чувствуете чувство скованности, мышцы быстро устают даже без чрезмерной активности или предельной нагрузки, снижается мышечная сила.

Принимаемся за дело – расслабляем мышцы тела

Ночь. Усиленно качаю мышцы нижней челюсти возле холодильника.



Напрягаем – расслабляем

Чтобы противостоять мышечным «перекосам», можно пойти разными путями. Например, такими.

ВАРИАНТ 1

Для расслабления мышц нужно их сначала напрячь. Упражнение можно выполнять сидя или стоя. Напрягайте постепенно, мысленно двигаясь снизу вверх: пальцы ног, икры, бедра, ягодицы, живот, грудную клетку, пальцы рук, предплечья, плечи, шею, глаза и зубы. Находитесь в таком напряжении несколько секунд, пока не ощутите максимальное напряжение в своем теле. После этого начните расслабляться в той же последовательности, в какой делали зажимы. Вы ощутите максимум расслабления в теле, кровь начнет растекаться по телу. Сделайте глубокий вдох, расправьте плечи, грудную клетку и медленно выдохните.

ВАРИАНТ 2

Можно напрягать и расслаблять не все тело, а по очереди определенные части: шею и плечи, руки, верхнюю часть тела, живот, бедра, голени и ступни. Поначалу может быть нелегко различить определенные группы мышц и части тела, но со временем станет проще. Старайтесь выполнять так, чтобы одна часть тела напряжена, остальные должны быть максимально расслаблены. Если в течение дня вы чувствуете, что какая-то часть тела особенно напряжена, можно ее прорабатывать несколько раз за день.

Дышим

Чтобы понимать, как выполнять упражнение, представьте себе, что в животе у вас находится воздушный шарик. Расположитесь сидя или лежа (важно, чтобы вам было удобно и комфортно), закройте глаза. Сделайте медленный глубокий вдох и почувствуйте, как шарик надувается. Как только поймете, что шарик надулся максимально возможно, медленно выдохните. Ощутите, как шарик сдувается. После чего вновь его надуйте. Выполните 5-7 повторов. Откройте глаза и оставайтесь в этой позе 1-2 минуты (можно дольше), ощущая максимальное спокойствие и расслабленность.

Татьяна МИХАЛЁВА

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

БЕЗ БОЛИ ЛУЧШЕ



На наши вопросы отвечает Мария Иванова, инструктор по адаптивной физической культуре.

– Мария, если после занятий фитнесом ничего не болит и не тянет, означает ли это, что мышечного напряжения было недостаточно?

– Если мышцы не болят, это хороший результат тренировки с точки зрения оздоровления. Это значит, что тело может выдерживать эту нагрузку. Если же мышцы болят на постоянной основе, это очень плохо для здоровья и может привести к травме.

– Можно ли использовать популярные сегодня перкуссионные массажеры, чтобы расслабить мышцы?

– Лучше всего обратиться к специалисту или использовать массажер очень аккуратно. Если мышцы так напряжены, что до них больно дотрагиваться, использовать перкуссионный массажер нежелательно. Не зная правильной техники, можно себе только навредить. Также при использовании массажера нельзя затрагивать позвоночник.

Фото из личного архива Марии Ивановой и www.shutterstock.com

НА ЗАМЕТКУ

Запас прочности у суставов – увы! – ограничен. С возрастом мы понимаем это всё более отчетливо. А это значит, что после 45 лет пора оказывать поддержку своему опорно-двигательному аппарату. Например, вот так.

Когда суставы просят разгрузки

Если вы много ходите

• **Распределять нагрузку правильно.** В этом помогут специальные стельки, которые компенсируют уплощение стоп и заставляют мышцы и суставы сохранять анатомически правильное положение. Пригодятся также различные корсеты, фиксаторы и прочие помощники. Чтобы подобрать то, что нужно именно вам, стоит обратиться за консультацией к ортопеду.

• **Подкачать мышцы.** Когда сустав изношен, часть нагрузки могут взять на себя окружающие его мышцы. А для этого нужно регулярно выполнять предписанные врачом-реабилитологом упражнения.

Если вы неправильно питаетесь

Чтобы запустить активные обменные процессы в суставах, требуется правильный «строительный

материал» – желатин, коллаген и витамин С. Это могут быть либо продукты (жирная морская рыба, грецкие орехи,

брокколи, качественное оливковое масло, свежие ягоды), либо специальные добавки в пищу. Что подойдет вам – должен решить специалист-диетолог.

Если вы много сидите

• **Использовать поддержку.** При сидячем образе жизни сильнее всего страдают различные отделы позвоночника. Чтобы сохранить предус-

мотренные природой изгибы, нужно использовать специальные подушки, валики, а также ортопедические кресла и прочие приспособления.

• **Делать перерывы ежедневно.** Можно поставить себе будильник, который будет в конце каждого часа напоминать, что нужно встать, походить, размяться и заодно попить воды. Такие перерывы помогут избежать проблем из-за застоя крови и лимфы в нижних конечностях.



СОРП № RU.77.99.19.003.E.000022.01.15 от 12.01.2015 г. Рекламa



ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО

Геленк Нарунг – источник коллагена

Здоровье суставов и позвоночника

- Способствует укреплению хрящевой ткани суставов и позвоночника.
- Активизирует выработку внутрисуставной жидкости.
- Укрепляет соединительную ткань (мышцы, связки, сухожилия).

Спрашивайте в аптеках вашего города.

СПРАВКИ И КОНСУЛЬТАЦИИ: 8-800-333-06-07 (ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ), Москва 8 (495) 220-76-76

БАД. Производитель PROVISTA, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ВРЕДИТЕ СЕБЕ ЛЕКАРСТВОМ

1 ПЕРВЫЙ



22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)
- 22.50 «Большая игра». (16+)
- 00.00 ПОДКАСТЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)
- 00.45 ПОДКАСТЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
- 01.30 ПОДКАСТЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
- 02.15 ПОДКАСТЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)
- 03.00 Новости

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 09.00 13.00 17.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «Прототипы. Шарпов. Жеглов». (12+)
- 06.10 09.30 «ЛЕНИНГРАД, 46». (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 13.30 «ЛЕНИНГРАД, 46». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 01.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 02.45 «СЛЕД». (16+)
- 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести.
- 21.20 Местное время «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
- Брагина и Сперанскую привозят в «Склиф». Сперанская не помнит, что произошло. Провалы в памяти у Хромова становятся всё чаще. После вечеринки они едут с Сашей домой в такси, и Хромов забывает, откуда и куда они едут. Захарова целуется с Алексеем.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- Молодой поэт Иван Бездомный и секретарь МАССОЛИТа Михаил Берлиоз встречаются в Москве, на Патриарших прудах, загадочного незнакомца. Он ведёт с литераторами разговоры о Боге и о смерти и внезапно предсказывает Берлиозу его кончину.
- 03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.10 «Забытые войны России». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 00.45 «СЛЕД СОКОЛА». (12+)
- 13.25 15.05 17.15 03.05 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Ищу своих». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.10 «БЕЗ ОСОБОГО РИСКА». (12+)
- 02.30 «Москва - фронту». (16+)

ТВУ ТВЦ



13.40 «Мой герой». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Большое кино». (16+)
- 08.45 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 10.45 «Петровка, 38». (16+)
- 10.55 «Городское собрание». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- На открытии фотовыставки своей жены Валерии Азаровой, модного фотохудожника, погибает успешный бизнесмен Сергей Норский.
- 16.55 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.05 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: РОМАН БЕЗ ПОСЛЕДНЕЙ СТРАНИЦЫ». (16+)
- 22.00 События
- 22.40 Специальный репортаж. (16+)
- 23.10 «Знак качества». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Дорогие товарищи. Девочки для министра». (16+)
- 01.25 «Владимир Толочников. Собачья жизнь». (16+)
- 02.05 «Герои и жертвы холодной войны». (12+)
- 04.15 «Большое кино». (16+)
- 04.40 «Две жизни Майи Булгаковой». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «СЕРЕНАДА СОЛНЕЧНОЙ ДОЛИНЫ». (12+)
- 07.30 20.00 «Календарь»
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 16.45 18.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 02.30 ОТражение
- 10.10 Родительское собрание
- 10.55 «Коллеги». (12+)
- 11.35 «Отчий дом». (12+)
- 11.50 «За дело! Поговорим». (12+)
- 15.10 «МАГИЯ ЛУННОГО СВЕТА». (12+)
- 17.00 «Очень личное». (12+)
- 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
- 20.30 21.20 «ЗОРГЕ». (16+)
- 22.15 «УБИТЬ ДРАКОНА». (16+)
- 00.15 «Море в огне». (12+)

НТВ



20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)

- 04.50 «УГРО». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- Во время игры в пейнтбол от взрыва боевой гранаты погибает один из игроков, Антон Жариков. Выясняется, что перед началом соревнования кто-то подменил игровую гранату на настоящую.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)
- Расторгуев принимает участие в операции по захвату большой партии наркотиков, прибывшей в фуру в Подмосковье. Наркоторговцами руководит замначальника питерского угрозыска Сарматов. В перестрелке Расторгуев убивает Сарматова. Ниточки от него ведут к криминальному авторитету Графу.
- 22.15 00.00 «ЗОЛОТОЕ ДНО». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 01.00 «МЕТЕОРИТ». (16+)
- 02.50 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
- 03.20 «ВЕРСИЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 08.35 09.00 09.30 10.00 10.30 «Утреннее вещание». (16+)
- 06.45 07.45 08.40 09.45 10.45 13.45 16.40 01.50 «Доктор 24». (12+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 «Новости». (16+)
- 11.10 12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.15 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)
- 13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)
- 13.30 16.30 «Сити». (12+)
- 18.30 02.30 «Интервью». (12+)
- 21.20 23.40 04.40 «Безопасный город». (16+)

РОССИЯ К Культура



15.05 Линия жизни

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 Черные дыры. Белые пятна
- 08.10 «Забываемое ремесло»
- 08.25 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 08.55 «ЕГЕРЬ». «УЧИТЕЛЬ СЛОВЕСНОСТИ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.45 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.00 XX век
- 11.55 «Владимир Бехтерев. Взгляд из будущего»
- 12.45 Новости. Подробно. АРТ
- 13.00 «Роман в камне»
- 13.25 «ОЧЕРЕДНОЙ РЕЙС»
- 15.05 Линия жизни Игорь Миркурбанов. На спектакли с его участием зрители идут с удовольствием...
- 15.55 «Агора»
- 17.15 01.40 Симфонические оркестры России
- 18.05 «Рассказы из русской истории»
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Больше, чем любовь
- 21.30 «Сати. Нескучная классика...»
- 22.15 «ВЕДЬМА». «МЕСТЬ»
- 23.15 «Магистр игры»
- 00.00 00.20 00.40 «ПОРУС»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 15.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00 «Вкусно 360». (12+)
- 06.45 08.00 11.40 14.10 17.40 18.15 «Внимание! Еда!»
- 08.20 11.00 18.00 20.00 «Новости 360». (16+)
- 08.25 21.50 «Армагеддон». (12+)
- 09.10 15.10 16.10 «Невероятная наука». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 12.00 «Поездка со вкусом»
- 12.30 13.45 03.20 «Зима в Подмосковье». (12+)
- 13.15 «Атмосферная история». (12+)
- 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
- 17.00 «Викторина 360». (0+)
- 18.30 «Город с историей». (12+)
- 20.15 «Ур - украинский проект». (16+)
- 23.30 «Судьба знаменосца»

СТС СТС



02.05 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (16+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 12.20 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- Дед Захар всю жизнь провёл в деревне - удил рыбу, ходил в лес по грибы и на луг за земляникой. Теперь на месте всего, что было его жизнью, построили современный ЖК. Свой дом дед Захар уберёт и планирует стоять до последнего.
- 21.15 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
- США, 2007 г. Комедия. В ролях: Роб Шнайдер, Дэвид Кэррадайн, Дженнифер Моррисон. Стэн в панике - его ждёт срок за мошенничество. Чтобы обезопасить себя от разного рода неожиданностей, Стэн обращается за помощью к Мастеру боевых искусств...
- 23.20 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
- США, 2016 г. Комедийный боевик. В ролях: Зак Галифианакис, Оуэн Уилсон. Бывший клерк банка вместе со своей любовницей проворачивает дерзкое ограбление инкассаторской машины...
- 01.05 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
- 02.05 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- 04.25 «6 кадров». (16+)
- 05.10 Ералаш. (0+)
- 06.00 «Мультиутро». (0+)
- 06.30 06.55 07.20 07.45 02.20 02.45 03.50 04.35 05.15 05.35 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 08.10 «Звёзды советского экрана». (12+)
- 08.40 15.10 «РАЗРЕШИТЕ ВЗЛЁТ!» (12+)
- 10.15 17.45 19.45 02.05 04.20 05.00 «Мой район. Новости». (16+)
- 10.30 16.55 01.20 «Тайны кино». (12+)
- 11.20 20.00 «КИН-ДЗА-ДЗА!» (12+)
- 13.40 22.15 «РАЗОРВАНЫЙ КРУГ». (12+)
- 18.00 23.45 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕГРЕ». (16+)
- 03.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+)	 16.00 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)	 19.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)	 06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТИЕ». (16+)	 14.55 «Громко».	 14.40 «СОЛОВЕЙКА». (16+)	
05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (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+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.20 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ПАССАЖИРЫ». (16+) 22.10 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Документальный спецпроект». (16+) 00.30 «РЕВОЛЬВЕР». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+) 08.50 «Выжить в Самарканде». (16+) 11.00 «САШАТАНЯ». (16+) 16.00 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+) Премьера. Женщины думают, как решить вопрос, и решают сделать «левое» ООО... 21.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+) В то время, как мэры с Иловой разрабатывают план реабилитации Самсонова в глазах избирателей, семья экскаваторщика отправляется на дачу к адвокату Анисееву. 22.25 «Однажды в России». (16+) 23.30 «Комеди Клуб». (16+) 00.30 «Лига городов». (16+) 01.50 «Импровизация. Команды». (16+) 03.35 «Студия «Союз». (16+) 05.10 «Импровизация». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 07.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 08.15 «Слепая». (16+) 09.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+) 09.30 Гадалка. (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.30 Гадалка. (16+) 17.15 «Слепая». (16+) 19.30 «ГЛУХАРЬ». (16+) Глухарёв и Антошин едут разбираться с очередной жалобой: три пенсионерки написали заявление на соседа-ветерана, который нарушает общественный покой своими пьяными выходками. 23.30 Вы поёте великолепно. (16+) 01.00 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+) 02.30 «ТВОЙ МИР». (16+) 05.30 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТИЕ». (16+) Россия, 2011-2016 гг. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев, Мария Аронова, Леонид Громов, Юлия Сулес. Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок, а ключи от квартиры спокойно оставляли под коврик. 15.00 Охотники. (16+) 19.00 Решала. (16+) 21.00 Охотники. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+) 04.30 Невероятные истории. (16+)	06.00, 14.20 «Лига в лицах». (12+) 06.30 «Всё о главном». (12+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.25, 03.55 Новости 07.05, 18.30, 21.45, 00.45 Все на Матч! 10.05 Лица страны. (12+) 10.25 «Лучшие из лучших». (12+) 11.25 Еврофутбол. Обзор. (6+) 12.35 Спецрепортаж. (12+) 13.00 «Есть тема!» 14.55 «Громко» 15.55 География спорта. (12+) 16.25 «Паоло Росси. Чемпион и мечтатель». (12+) 19.15 Хоккей. СКА - «Локомотив». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр. 22.40 Футбол. «Салернитана» - «Рома». Чемпионат Италии. Пр.тр. 01.30 Что по спорту? (12+) 02.00 Лёгкая атлетика. Мировой тур в закрытых помещениях. (6+) 04.00 Футбол. (6+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.20 Давай разведёмся! (16+) 08.20 Тест на отцовство. (16+) 10.30 «Понять. Простить». (16+) 11.45 «Порча». (16+) 12.55 «Знахарка». (16+) 13.30 «Верну любимого». (16+) 14.05 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.40 «СОЛОВЕЙКА». (16+) 19.00 «ВЕРОНИКА». (16+) 23.20 «Понять. Простить». (16+) 00.35 «Порча». (16+) 01.35 «Знахарка». (16+) 02.05 «Верну любимого». (16+) 02.30 «Голоса ушедших душ». (16+) 02.55 «СЕЗОН ДОЖДЕЙ». (16+) 06.05 По делам несовершеннолетних. (16+)	

СТАЛИ ПЛОХО СЛЫШАТЬ? ЧАСТО ПРИХОДИТСЯ ПЕРЕСПРАШИВАТЬ?



Включаете телевизор на полную громкость? Испортились отношения с близкими из-за непонимания? К сожалению, слух не восстанавливается, но решение существует. Последние разработки в области высоких технологий подарили миру современные цифровые слуховые аппараты. Благодаря им, вы снова сможете ощутить радость общения и вернуться в мир звуков!

Цифровые слуховые аппараты настраиваются под каждого пользователя, учитывая его индивидуальные особенности снижения слуха. Они обеспечивают ясное воспроизведение звука и имеют возможности автоматической подстройки под различные акустические ситуации – дома, у телевизора, на улице. Цифровые технологии, в полной мере учитывают особенности слабослышащего человека и аккуратно усиливают только те звуки, которых вы не слышите.

Существует стереотип, что слуховой аппарат – это большой прибор, который бросается в глаза и «выдает неполноценность» пользователя. К счастью, это пережиток прошлого. Современные слуховые аппараты могут быть настолько малы, что собеседник ни за что не догадается, что вы плохо слышите. Переспрашивать – гораздо заметнее, верно?

Запишитесь на бесплатную консультацию специалиста и получите при покупке слухового аппарата, запас батареек на 2 года в подарок*.

* кроме слуховых аппаратов марки Signia A&M, STF

БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА ПО СЛУХОВЫМ АППАРАТАМ



ВСЁ ДЛЯ СЛУХА

8 (495) 859 49 46

М Автозаводская, выход №1
(мы находимся в одном здании с метро)
ул. Автозаводская 13/1

Реклама

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!



Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- недержание мочи;
- аденома предстательной железы;
- простатит, цистит, уретрит;
- мочекаменная болезнь;
- слабость мышц стенок мочевого пузыря.

Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

УРОСТИМОЛ — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

«РОССИЙСКИЙ ЦЕНТР РЕНТЫ»

ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ - В МИЛЛИОНЕРЫ!

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

С ЕДИНОВРЕМЕННОЙ ВЫПЛАТОЙ до 6 000 000 р. И ЕЖЕМЕСЯЧНЫМИ ВЫПЛАТАМИ до 60 000 р.

Желающим предоставляем проживание в пансионате

С НАМИ ВЫ ВСЕГДА НАДЕЖНО ЗАЩИЩЕНЫ И ОКРУЖЕНЫ ЗАБОТОЙ

- Предоставляется уход и помощь по хозяйству
- Пожизненное проживание в своей квартире
- Оплачиваются коммунальные платежи, электричество и телефон

МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ АДВОКАТОВ «ВАРГИ» ОГРН 1197700009209

8 (495) 227-37-30

Реклама

На сайте WWW.FLOTRUSICH.RU
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

01.05.2024 – 15.05.2024 «БЕЛАЯ РЕКА – ПО ВОЛГЕ ГОРОДА» от 103 599 р.
Москва – Тулаев – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамадыш) – Уфа (южное и северное кольцо столицы) – Агидель – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль – Калезин – Москва

18.05.2024 – 05.06.2024 «КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСКИЙ И ПИТЕРА НОЧИ» от 136 699 р.
Москва – Горьцы – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Беломорск – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва

29.05.2024 – 12.06.2024 «УРАЛЬСКИЙ ИЕРУСАЛИМ» от 93 499 р.
(Круиз + тур) Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь автотур: Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Пермь – Казань – Тугаев – Москва (Новинка)

16.06.2024 – 26.06.2024 «АЙ, ДА! КАЗАНЧОК!» от 50 999 р.
Москва – Калезин – Ярославль – Н. Новгород – Макарьев – Козьмодемьянск – Свияжск – Казань – Чебоксары – Городец – Кострома – Москва

22.07.2024 – 05.08.2024 «ВОТЧИНА СТОГАНОВЫХ» от 79 799 р.
Москва – Н. Новгород – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Елабуга – Чайковский (Воткинск) – Пермь – Березники (Усьолье) – Соликамск/Чердынь – Казань – Макарьев – Тугаев – Москва

26.07.2024 – 10.08.2024 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 131 099 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – о. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск (В. Кивач) – Москва

24.08.2024 – 05.09.2024 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС» от 95 999 р.
Москва – Горьцы – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск – Беломорск – Сосновец – Повенец (Медвежьегорск) – Мышкин – Москва

18.10.2024 – 29.10.2024 «ЛИНКОР ПЕТРА И КАЗАКОВ ДОРОГА» от 53 199 р.
Автотур: Москва – Тула – Ясная Поляна – Воронеж – Костомарово – Павловск – Калач-на-Дону – на т/х: Волгоград – Хвалынский – Тольятти – Свияжск – Н. Новгород – Кострома – Москва (Скидка до 19%)

СО СКИДКОЙ ДО 15%, ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75
Действительно при наличии мест. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.25 «ЗАЩИТНИК СЕДОВ». (16+)
07.10 Мультфильмы. (0+)
08.00 «Дед Мороз и лето». Мультфильм. (6+)

TV1000 VIJU TV1000

06.05 «2:22». (16+)
07.45 «АФЕРИСТЫ ДИК И ДЖЕЙН». (16+)
09.25 «ОГРЯБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.00 «Три кота». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.35 «Принцесса и дракон». Мультфильм. (6+)
06.40 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.35 «КОЛЛЕКТОРЫ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (18+)
02.55 «ОПАСНЫЙ ПОПУТЧИК». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.05 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)
07.50 «НА МОРЕ». (16+) Комедия, Россия, 2008 г.

КИНОКОМЕДИЯ

01.10 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
02.55 «МОЯ МАЧЕХА - ИНОПЛАНЕТЯНКА». (12+)

РОДНОЕ КИНО

01.10 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ВЫСОКОГО БЛОНДИНА». (12+)
02.55 «МЕРСЕДЕС УХОДИТ ОТ ПОГОНИ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07.30 «ПРОВИНЦИАЛКА». (12+)
10.50 «ГЕНЕРАЛЬСКАЯ СНОХА». (12+)

CINEMA

06.20 «ПОМНИ МЕНЯ». (16+)
08.15 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (18+)

red .RED

06.00, 06.25 Дизайн от А до Я. (16+)
06.50, 07.15, 07.40, 19.10, 19.35 Гастромаркет. (16+)

РЕТРО

07.10, 08.20, 16.20, 17.35, 01.35, 02.40 «БУДНИ И ПРАЗДНИКИ СЕРАФИМЫ ГЛЮКИНОЙ». (16+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»-3». (12+)

CTC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.50 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (16+)

ТВ 21

07.00 «ЧЕСТНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (18+)
08.25 «Я И ТЫ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ЗИМНЕЕ УТРО». (16+)
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости
06.15 Сделано в Содружестве. (12+)

ПОБЕДА

04.50 «Путь к Победе». (16+)
05.50 «СОЛДАТИК». (12+)
История о волнующих и героических событиях, произошедших в жизни самого маленького солдата - героя Великой Отечественной Войны, шестилетнего Сергея Алешкова.

ПЯТНИЦА

05.00 Кондитер. Торт «Избушка» для Натальи Медведевой. (16+)
06.10 Пятница News. (16+)
06.50 Гастротур-2. Санкт-Петербург. (16+)

Ю

05.00, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.15 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)
10.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

05.55, 20.30 Пешком в историю. (12+)
06.25, 10.55, 17.00 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

06.20 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
07.05 Сокровища с Беттани Хьюз: Сокровища Стамбула. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.25, 18.05, 23.50 О самом главном. Новое поколение в педиатрии. (12+)
06.55 Антистресс йога. Занятие 7. (12+)

УСАДЬБА

06.10, 06.35 Идеальный сад. (12+)
07.00, 07.10, 12.25, 16.25, 16.40, 19.15 Огород круглый год. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.05, 12.30, 16.05, 00.05 Рыбалка в России. (16+)
Видео-версия рыболовных статей самых известных и именитых авторов по рыболовной тематике России.

ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА
06.00 Баскетбол. Фонбет Кубок России. Женщины. Финал 4-х. Финал. (6+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 05.30 «Что по спорту. Екатеринбург». (12+)
08.20 «Жизнь - подарок!». Документальный фильм. (12+)
09.10 «28 дней спустя». Специальный репортаж. (12+)
09.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
10.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Пари Нижний Новгород» - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
11.55 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
12.15, 17.45 «Небесная грация». (0+)
12.30 «Здоровый образ». (12+)
13.05 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Динамо» (Москва) - «Динамо - Ак Барс» (Казань). (6+)
15.00, 03.00 «Неделя КХЛ». (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.20 «Магия большого спорта». (12+)
16.50, 01.40 Волейбол на снегу. Кубок России. Женщины. Матч за 3-е место. Трансляция из Москвы. (6+)
18.00 «Громко». (12+)
18.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МИНСК» (Белоруссия) - «ПАРМА» (Пермский край). Прямая трансляция. (6+)
21.00 Лыжные гонки. Матч ТВ Гонка звезд. (0+)
22.20 Специальный репортаж. (12+)
22.40 «Есть тема!». (16+)
23.55 Баскетбол. Фонбет Кубок России. Женщины. Финал 4-х. 1/2 финала. «Динамо» (Курск) - «Самара». Трансляция из Екатеринбурга. (6+)
02.35 «Самые сильные». (12+)
03.50 Бильярд. «BetBoom Суперлига». Трансляция из Москвы. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
08.35 PRO-новости. Лучшее. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)
10.00 Плейлист. Зима. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
12.30 Top-30. Народный хит. (16+)
15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
15.30 10 самых! (16+)
16.00 Юмор FM чарт. (16+)
17.00 Прогноз по году. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
19.20 Плейлист. Зима. (16+)
Персональная подборка с лучшими клипами для классного настроения этой зимой!
20.30 Хиты по-русски. (16+)
22.00 Брутальности: эволюция мужской музыки. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист. Зима. (16+)
00.30 Муз'итив. (18+)
01.30 Top-30. Народный хит. (16+)
03.25 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ
06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30 «Лунтик». (0+)
07.30 «Волшебная кухня. Огород». (0+)
08.30, 13.35, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Цветняшки». (0+)
09.20, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
10.00, 15.15, 18.00, 22.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Ник-изобретатель». (0+)
11.00 «Ми-Ми-Мишки». «Мини-Мишки». (0+)
11.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
13.00 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Вредины». «Сказочный патруль». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
17.15 «Простоквашино». (0+)
19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Машины сказки». (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
О!
05.00, 11.00, 17.00, 23.00 «Чик-чирик English». (0+)
05.05, 07.00, 11.05, 13.00, 17.05, 19.00, 23.05, 01.00 О! Музыка! (0+)
05.15, 11.15, 17.15, 23.15 «Поезд динозавров». (0+)
06.15 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
06.55, 12.55, 18.55, 00.55 «Жужжалка». (0+)
07.10, 13.10, 19.10, 01.10 «Тима и Тома». (0+)
08.10 «Ангел Бэби». (0+)
09.35, 21.35 «ТриО!» (0+)
09.50, 15.50, 21.50, 03.50 «Три кота». (0+)
12.15, 00.15 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
14.10 «Царевны». (0+)
15.35, 03.35 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
18.15 «Пожарный Сэм». (0+)
20.10 «Ум и Хрум». (0+)
Вкусные приключения монстриков.
02.10 «Летающие звери». «Мальши и летающие звери». (0+)
КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птички. «Мальшарики», «ДиноСити», «Смешарики», «Смешарики. Новые приключения». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
08.05 «Суперкрялья. Суперпомощники». (0+)
08.30 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
08.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
10.00 «Мини-Мишки». (0+)
10.45 «Что в тарелке?» (0+)
Шеф-повар и команда юных кулинаров-исследователей приглашают зрителей в увлекательное путешествие по миру продуктов, их вкусов, свойств и сочетаний. «Героем» каждого выпуска программы станет всего один продукт: вместе с опытным поваром ребята узнают, как этот продукт появился, какие у него особенности и секреты, чем он полезен? И, конечно, какие блюда из него можно приготовить! Фантазируйте, творите и ешьте с удовольствием!
11.05 «Клуб Винкс». (6+)
11.30 «Буба». (6+)
13.00 «Диностер». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
Захватывающие приключения мальчика и его друзей-трансформеров.
14.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
17.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
19.00 «Ася и Вася». (0+)
20.50 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Маша и Медведь». (0+)
22.10 «Дикие скричеры!» (6+)
22.30 «Ифинити Надо». (6+)
23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
23.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)
01.15 «Фиксики». (0+)
02.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (0+)
06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Апостолы. Симон Петр. (0+)
11.35 Простой епископ. (0+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
14.25 «ПОРТРЕТ С ДОЖДЕМ». (0+)
16.20 «НАД ТИССОЙ». (12+) СССР, 1958 г.
18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
21.05 День Ангела. Апостол Петр. (0+)
22.00, 22.30, 02.45 Поле битвы. (16+)
23.05 День Патриарха. (0+)
23.20 Прямая линия жизни. (16+)
00.15 Служба спасения семьи. (16+)
01.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
01.50 Во что мы верим. (0+)
03.15 День Ангела. Апостол Петр. (0+)
04.00 Проповедники. Митрополит Антоний Сурожский. (0+)
04.30 Пилигрим. (6+)

Православный календарь

29 января
Седмица 35-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Поклонение честным веригам ап. Петра.



Прав. Максима, иерея Тотемского, Христа ради юродивого. Мчч. Спевсиппа, Елевсиппа, Мелевсиппа, бабки их Леониллы и с ними Неона, Турвона и Иовиллы. Мч. Данакта тчеца. Свт. Гонората, еп. Арльского. Сщмч. Иоанна пресвитера.

Поста нет.

«Как необходимо дышать, так необходимо благодарить Бога в искушениях, скорбях и лишениях, каким подвергаемся мы на пути богоугождения». Свт. Симеон Новый Богослов

Table with travel information, including cruise ship details for 'Речные круизы на 2024 год!' and other travel services.

Advertisement for a diet plan. Text: '*** Что едят на этом твоём правильном питании? - Ну, в основном белок. - И какое на вкус у них мясо? - У кого? - У белок? *** Разговор двух приятелей: - Никак не могу договориться с женой, где провести отпуск. - А что так? - Да понимаешь, я собираюсь на Мальдивы. А она хочет со мной... *** - На работу надо ходить как на праздник. - Если бы он ещё был только раз в году.'

Advertisement for 'ПЕНСИОНЕРАМ!' with financial benefits. Text: 'до 4 000 000 рублей сразу, до 30 000 рублей ежемесячно, помощь по дому, патронаж по договору РЕНТЫ, ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ'. Includes phone number (495) 626 45 55.

Advertisement for 'ДУАЛЬ' crossword puzzles. Text: 'ИЗ КАЖДОЙ ПАРЫ БУКВ ВЫЧЕРКНИТЕ ОДНУ ТАК, ЧТОБЫ ОСТАВИШИЕСЯ ОБРАЗОВАВАЛИ КРОССВОРД.' Includes a crossword grid and a list of words.

ПЕРВЫЙ



22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 10.00 «Жить здорово!» (16+)
 10.50 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
 17.00 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.30 Информационный канал. (16+)
 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
 21.00 «Время»
 22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)
 22.50 «Большая игра». (16+)
 00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
 00.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Хоккей не футбол». (16+)
 01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Кот Шрёдингера». (16+)
 02.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
 03.00 Новости
 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Россия и Запад на качелях истории». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 «Известия». (16+)
 05.35 «ГЕНИЙ». (16+)
 08.20 «Страна советов». (16+)
 08.55 «Знание - сила». (0+)
 09.30 13.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-3». (16+)
 17.00 «Известия». (16+)
 17.30 «СЛЕД». (16+)
 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
 02.40 «СЛЕД». (16+)
 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ». (12+)

05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 14.55 «Наши». (12+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести.
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 «СКЛИФOSОВСКИЙ». (12+)
 Георгий уезжает на Байкал работать в заповеднике. Брагин решает, что пора делать операцию Павловой. Брагин и Волошин разрабатывают план операции. Сперанскую выписывают из «Склифа». Хромов приходит к неврологу на обследование. Диагноз толкает его на отчаянный шаг.
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.05 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
 Воланд начинает наводить свои порядки в Москве. Бездомному ставят диагноз «шизофрения». Председателю думкома Босому подкидывают валюту, и он оказывается под следствием.
 03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.20 13.25 15.05 17.15 03.00 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
 11.00 00.50 «БЕЛЫЕ ВОЛКИ». (12+)
 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
 19.55 «По горячим следам». (16+)
 20.10 «Улика из прошлого». (16+)
 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
 23.10 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
 02.25 «Москва - фронт». (16+)
 02.45 «Оружие Победы». (12+)

ТВЦ



08.40 «АКАДЕМИЯ». (12+)

06.00 «Настроение»
 08.10 «Доктор И...» (16+)
 08.40 «АКАДЕМИЯ». (12+)
 10.40 «Владимир Меньшов. Поздняя слава». (16+)
 11.30 События
 11.50 02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
 13.40 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.00 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
 16.55 Прощание. (16+)
 17.50 События
 18.10 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ТАЙНА КАРТИНЫ КОРОВИНА». (12+)
 Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Анна Васильева, Андрей Егоров. У Нины, любимой подруги Людвиги Дайнеки, умирает бабушка.
 22.00 События
 22.40 «Закон и порядок». (16+)
 23.10 «Сёстры Юкины. В Королевстве кривых зеркал». (16+)
 00.00 События. 25-й час
 00.30 «Петровка, 38». (16+)
 00.45 Дело мнимого слепого». (16+)
 01.25 Прощание. (16+)
 02.05 «Герои и жертвы холодной войны». (12+)
 04.15 «Большое кино». (16+)
 04.40 «Владимир Меньшов. Поздняя слава». (16+)
 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР

06.00 01.35 «Большая страна». (12+)
 06.50 «Очень личное». (12+)
 07.30 20.00 «Календарь»
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости
 08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 20.30 ОТражение
 10.10 11.00 20.30 21.20 «ЗОРГЕ». (16+)
 11.50 «Игра в классики». (12+)
 15.10 «СЕРДЦА ЧЕТЫРЁХ». (12+)
 16.40 «Россия XX век». (16+)
 17.00 «За дело! Поговорим». (12+)
 17.40 «Отчий дом». (12+)
 22.15 «БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ». (12+)
 23.55 «Пальникенская трагедия». (18+)

НТВ



20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)

04.50 «УГРО». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «ПЁС». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «ПЁС». (16+)
 Убийство посреди рабочего дня Ларисы Кадочниковой приводит оперативную группу в тулик: сумочка с деньгами и украшения - на месте, а рядом лежит книга «Домострой». На помощь Максу и Псу приходит криминальный психолог.
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «За гранью». (16+)
 17.50 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)
 От взрыва газа сторело общежитие мигрантов, погибло двадцать человек. После этого исчезла фирма, в которой они работали, вместе с управляющим и деньгами. Работодателю поручают найти нерадивого подрядчика. На Губарева бойцы Шивы устраивают охоту, тот прячется в магазине, взяв заложников.
 22.15 00.00 «ЗОЛОТОЕ ДНО». (16+)
 23.35 «Сегодня»
 01.00 «МЕТЕОРИТ». (16+)
 03.25 «ВЕРСИЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 «Утреннее вещание». (16+)
 06.45 08.45 10.45 13.45 16.40 01.50 «Доктор 24». (12+)
 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.40 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 «Новости». (16+)
 11.10 12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.15 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)
 12.50 15.50 18.25 «Это Москва. Бизнес инвестиции»
 13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)
 13.30 16.30 «Сити». (12+)
 18.15 18.30 «Интервью». (12+)
 21.20 23.40 «Безопасный город». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



20.05 «Правила жизни»

06.30 «Пешком...»
 07.00 Легенды мирового кино
 07.30 15.20 «Акрополь: секреты древней цитадели»
 08.25 «Забываемое ремесло»
 08.40 «Жизнь и судьба»
 09.00 «ВЕДЬМА». «МЕСТЬ»
 10.00 12.30 17.00 19.30 23.45 Новости культуры
 10.15 «Наблюдатель»
 11.10 01.00 XX век
 12.45 Новости. Подробно. Книги
 13.00 23.15 «Рэгтайм, или Разорванное время»
 13.30 13.50 14.10 00.00 00.20 00.40 «ПОРУС»
 Казнь принца Пуру оканчивается его побегом...
 14.35 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
 16.15 «Сати. Нескучная классика...»
 17.15 «Эрмитаж»
 17.45 Симфонические оркестры России
 19.00 «Жизнь замечательных идей»
 19.45 Главная роль
 20.05 «Правила жизни»
 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
 20.45 Искусственный отбор
 21.30 «Иван Ефремов. Фантастика реальности»
 22.15 «ШВЕДСКАЯ СПИЧКА»
 02.15 «Снежный человек профессора Поршнева»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 07.00 15.00 «Новости МО». (16+)
 06.00 «Вкусно 360». (12+)
 06.45 08.00 11.40 14.10 17.40 18.15 «Внимание! Еда!» (12+)
 08.20 11.00 18.00 20.00 21.05 «Новости 360». (16+)
 08.25 15.10 16.10 «Невероятная наука». (12+)
 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 12.00 «Поездка со вкусом»
 12.30 13.45 03.10 «Зима в Подмосковье». (12+)
 13.15 «Атмосферная история». (12+)
 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
 17.00 «Викторина 360». (0+)
 18.30 «Город с историей». (12+)
 20.15 21.10 «Армагеддон». (12+)
 23.40 «Шестое чувство». (12+)

СТС



15.10 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
 09.35 ВПЕРВЫЕ НА СТС. «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЖА-3». (16+)
 США - Гонконг, 1990 г. Фантастический комедийный боевик. В ролях: Джудит Хоуг, Элиас Котас, Рэймонд Серра. В результате воздействия радиоактивной слизи, крыса Сплинтер и четыре черепаешка мутируют в антропоморфных.
 11.25 ВПЕРВЫЕ НА СТС. «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЖА-2. ТАЙНА ИЗУМРУДНОГО ЗЕЛЯ». (16+)
 13.10 ВПЕРВЫЕ НА СТС. «ЧЕРЕПАШКИ-НИНДЖА-3». (16+)
 15.10 «РЕПРОДУКЦИЯ». (16+)
 17.15 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
 21.00 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)
 Канада - США - Япония, 1994 г. Фантастический боевик. В ролях: Жан-Клод Ван Дамм, Миа Сара, Рон Сильвер. Возможность передвижения во времени породила новый тип преступлений.
 23.00 «БОЛЬШОЙ СТЭН». (16+)
 01.00 «ЗАЧИНЩИКИ». (16+)
 02.35 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
 04.55 «6 кадров». (16+)
 05.10 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.05 06.30 06.50 07.00 02.10 02.35 03.45 04.25 05.05 05.30 Мой район. Энциклопедия. (12+)
 07.25 03.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
 08.10 10.30 16.25 01.10 «Тайны кино». (12+)
 08.55 15.05 «713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ». (12+)
 10.15 17.15 19.45 01.55 04.10 04.50 «Мой район. Новости». (16+)
 11.20 20.00 «СТАКАН ВОДЫ». (12+)
 13.40 22.15 «ТАЙНА ЗАПИСНОЙ КНИЖКИ». (12+)
 17.35 «Звёзды советского экрана». (12+)
 18.00 23.35 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕРТРА». (16+)

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИЩИМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «БРОСОК КОБРЫ». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>10.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «БРОСОК КОБРЫ». (16+)</p> <p>22.10 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>00.30 «БУН». (18+)</p>	<p>19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)</p> <p>Дине говорят про новую операцию, теперь проблема с клапаном сердца. Операцию можно сделать либо по очереди, по которой ждать очень долго, или за большие деньги...</p> <p>21.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)</p> <p>Илона ищет спонсора для предвыборной кампании. Самсонов берется за ум и пытается изменить-ся в лучшую сторону, а бывший мэр Аникеев страдает от отсутствия сексуальной жизни.</p> <p>22.00 «НА РАБОТУ!» (16+)</p> <p>23.00 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)</p> <p>00.45 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.35 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>04.55 «Импровизация». (16+)</p>	<p>01.30 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.15 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>19.30 Антошин останавливает машину, за рулем которой сидит молодая девушка. Автомобиль набит наркотиками. Денис передает это дело Глухарёву. Девушка Лиза честно признается во всем...</p> <p>23.30 «ЭСПЕН В КОРОЛЕВСТВЕ ТРОЛЛЕЙ». (6+)</p> <p>01.30 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>03.00 «ТВОЙ МИР». (16+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>07.10 Дорожные войны. (16+)</p> <p>10.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>12.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>15.00 Решала. (16+)</p> <p>21.00 Охотники. (16+)</p> <p>Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников через подозрительные объявления, рекламу и форумы с пострадавшими.</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.30 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.50 Дорожные войны 2.0. (16+)</p>	<p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>06.00, 14.20 «Лига в лицах». (12+)</p> <p>06.30 География спорта. (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 03.55 Новости</p> <p>07.05, 14.55, 18.15, 21.15, 00.00 Все на Матч!</p> <p>10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>11.25 Бокс. (16+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>15.55 Хоккей. «Снежные Барсы» - «Красноярские Рыси» (Красноярск). OLIMPBET Чемпионат МХЛ. Пр.тр.</p> <p>18.45 Хоккей. «Нефтехимик» (Нижнекамск) - «Лада» (Тольятти). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>22.00 Дартс. PARI Международная лига. Тур 01. Пр.тр.</p> <p>01.00 Матч! Парад. (6+)</p> <p>01.30 Что по спорту? (12+)</p> <p>02.00 Баскетбол. (6+)</p> <p>04.00 Футбол.</p>	<p>14.45 «БЫВШИЕ ЛЮБИМЫЕ». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.55 «Порча». (16+)</p> <p>13.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 «БЫВШИЕ ЛЮБИМЫЕ». (16+)</p> <p>19.00 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)</p> <p>23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.35 «Порча». (16+)</p> <p>01.35 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.05 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.55 «ОДНО ТЁПЛОЕ СЛОВО». (16+)</p> <p>06.05 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

Постановление Правительства Москвы №363 от 20.04.1993 | Номер свидетельства о государственной регистрации 024.266

ЖИВВИТЕ ДО 100!

8 495 100 7 100

RITUAL.RU

- организация церемоний
- прижизненный договор
- кремация
- благоустройство могил
- поминальные трапезы
- фиксированные цены
- льготы и пособия
- свыше 1000 наименований в ритуальном каталоге

ДАЛЬШЕ — НАША ЗАБОТА. ЗВОНИТЕ



КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
08.55 «ДЕВЧАТА». (12+)
10.45 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)

TV1000 VIJU TV1000
06.45 «ПРОШЛОЙ НОЧЬЮ В НЬЮ-ЙОРКЕ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО
06.30 «Три богатыря и Наследница престола».

ИЛЛЮЗИОН+
01.00 «МАЛАВИТА». (18+)
02.50 «А ВОТ И ОНА». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.35 «28 ПАНОФИЛОВЦЕВ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.35 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ФИЛЬМ-2». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.45 «ЛОУРЕНС АРАВИЙСКИЙ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
06.15 «ЖЕНСКАЯ ДРУЖБА». (16+)

СИНЕМА
07.00 «МЛАДЕНЕЦ НА 530 000 000». (12+)

red .RED
06.00, 09.20, 06.45, 08.50, 09.15, 18.20, 18.45

РЕТРО
06.00 «ПРО ДРАКОНА НА БАЛКОНЕ, ПРО РЕБЯТ И САМОКАТ».

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TB21
07.00 «9 ДНЕЙ И ОДНО УТРО». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «ИЖОРСКИЙ БАТАЛЬОН». (16+)

ПОБЕДА
04.20 «Путь к Победе». (16+)
05.15 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)

Ю
05.25, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
05.55 Великая северная война. (12+)

VIJU HISTORY
06.20 Нулевая мировая. (16+)

ДОКТОР
06.00, 12.20, 18.05, 23.50 О самом главном.

06.00, 12.20, 18.05, 23.50 О самом главном.

Усадьба
06.00 Сад в радость. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.00, 12.30, 16.05, 00.05 Рыбалка в России. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Динамо» (Москва) - «Динамо - Ак Барс» (Казань). (6+)

07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости

07.55 «Громко». (12+)

08.50 «Выше страха». Специальный репортаж. (12+)

09.10 «Неделя КХЛ». (12+)

10.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МИНСК» (Белоруссия) - «ПАРМА» (Пермский край). (6+)

11.55, 21.00 Биатлон. Матч ТВ Гонка звезд. (0+)

12.45 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)

13.05 Дартс. PARI Международная лига. Тур 1. Трансляция из Москвы. (0+)

15.15, 02.35 «28 дней спустя». Специальный репортаж. (12+)

15.30, 21.50 «6х6». Волейбольное обозрение. (12+)

16.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)

16.20, 02.50 «Спортивный интерес». (12+)

16.50, 01.40 Волейбол на снегу. Кубок России. Мужчины. Матч за 3-е место. Трансляция из Москвы. (6+)

17.50 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)

18.30 «Неделя КХЛ». (12+)

19.25 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. ЦСКА - «Черноморочка» (Новороссийск). Прямая трансляция

22.40 «Есть тема!». (16+)

23.55 Баскетбол. Фонбет Кубок России. Женщины. Финал 4-х. 1/2 финала. УГМК (Екатеринбург) - «Надежда» (Оренбург). Трансляция из Екатеринбурга. (6+)

03.15 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)

03.35 «Второе дыхание». (12+)

04.00 Бильярд. «BetBoom Суперлига». Трансляция из Москвы. (0+)

05.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

07.00 Каждое утро. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Top15 Like FM. (16+)

10.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)

12.00 Звезды о звездах. (16+)

13.00 Кто следующий? (16+)

14.00 Плейлист. Зима. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Хиты по-русски. (16+)

17.00 Ждите ответа. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20 Русский чарт. (16+)

19.20 Лолита. 60 лет без комплексов. (16+)

20.20, 20.50 Хит-Сториз. (16+)

21.20 Хит-Сториз. Дмитрий Маликов «Звезда моя далекая». (16+)

22.00 Виниры на полку: звезды на мели. (16+)

23.00 PRO-новости. (16+)

23.20 Плейлист. Зима. (16+)

00.30 Хиты по-русски. (18+)

01.30 Муз'итив. (16+)

03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

07.00, 18.30 «Лунтик». (0+)

07.30 «Волшебная кухня». (0+)

08.00, 13.35, 19.00 «Барбоскины». (0+)

08.30, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Цветняшки. Цветняшки спешат на помощь». (0+)

09.20, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)

10.00, 15.15, 18.00, 22.30 «Фиксики». (0+)

10.30 «Ник-изобретатель». (0+)

11.00 «Ми-Ми-Мишки», «Мини-Мишки». (0+)

11.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)

13.00 «Сказочный патруль». (0+)

15.00 «Мотофайтеры». (6+)

15.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

17.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)

17.15 «Простоквашино». (0+)

19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Машины сказки». (0+)

22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

23.00 «Монски». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Гормити». (6+)

06.35, 12.35, 18.35 «Петроникс». (6+)

07.00, 13.00, 19.00 «Консуни». (6+)

07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)

07.40, 13.30, 19.40 «Тру и Радужное королевство». (6+)

08.20, 15.50, 20.20 «Команда Флоры». (6+)

08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

08.55, 16.25, 20.55 «Металлоны». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Долина мумитроллей». (6+)

09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)

10.00, 17.30 «Роботы-поезда». (6+)

10.30, 22.30 «Пиноккио. Правдивая история». (6+)

14.10 «Чуч-Мяуч». (0+)

14.20 «Щелкунчик и волшебная флейта». (6+)

15.45 «Енотки». (0+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

O!

05.00, 11.00, 17.00, 23.00 «Чик-чирик English». (0+)

05.05, 07.00, 11.05, 13.00, 17.05, 19.00, 23.05, 01.00 O! Музыка! (0+)

05.15, 11.15, 17.15, 23.15 «Поезд динозавров». (0+)

06.15 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)

06.55, 12.55, 18.55, 00.55 «Жужжалка». (0+)

07.10, 13.10, 19.10, 01.10 «Тима и Тома». (0+)

08.10 «Царевны». (0+)

Отправляйся в волшебное путешествие вместе с Царевнами!

09.35, 21.35 «ТриО!» (0+)

09.50, 15.50, 21.50, 03.50 «Три кота». (0+)

12.15 «Ася и Вася». (0+)

14.10 «Смешарики». (0+)

15.35, 03.35 «Лапы, морды и хвосты». (0+)

18.15 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)

20.10 «Ангел Бэби». (0+)

00.15 «Пожарный Сэм». (0+)

02.10 «Ум и Хрум». (0+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Готовим с Бубой». (0+)

07.00 «Бодо Бородо». (0+)

Главный персонаж сериала Бодо Бородо - горе-учитель, который не умеет читать и писать, не знает географию, но сам учит детей. Каждый урок с ним - это веселая работа над его ошибками и настоящее приключение.

09.00 «Простоквашино». (0+)

11.00 «Царевны». (0+)

12.35 «Смешарики». (0+)

14.00 «Три кота». (0+)

16.00 «Простоквашино». (0+)

18.00 «Бодо Бородо». (0+)

19.30 «Буба». (0+)

21.05 «Простоквашино». (0+)

23.30 «Буба». (0+)

01.00 «Простоквашино» (с дублеми). (0+)

01.50 «Про Миру и Гошу. Просто о важном». (0+)

02.45 «Три кота». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние птицы. «Мальшарики», «ДиноСити», «Смешарики», «Смешарики. Новые приключения». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)

О приключениях лучшего друга детей - суперавтобуса Гордона!

08.05 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)

08.30 «Край Бебис. Волшебные слезки». (0+)

08.40 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

10.00 «Мини-Мишки». (0+)

10.45 «Что в тарелке?» (0+)

11.05 «Клуб Винкс». (6+)

11.30 «Буба». (6+)

13.00 «Диностер». (6+)

13.30 «Карбот». (6+)

14.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

Юный детектив Тайлер Кинг разгадывает всевозможные серьезные загадки со своими друзьями Тоботами.

14.30 «Навигатор. Новости». (0+)

Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! Мы расскажем, как провести время не только весело, но и с пользой. Вы увидите сюжеты о выставках и спектаклях, узнаете, где можно поиграть в спортивные игры и куда сходить на концерт, услышите советы и интересные истории от знаменитых гостей и многое другое!

14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)

16.00 Час «Союзмультфильма». (0+)

17.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)

19.00 «Оранжевая корова». (0+)

20.50 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)

21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

21.20 «Маша и Медведь». (0+)

22.10 «Дикие скричеры!» (6+)

22.30 «Инфинити Надо». (6+)

23.00 «Филп Чейнджер». (6+)

23.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)

01.15 «Фиксики». (0+)

02.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ДВА БОЙЦА». (6+)

06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 Пилигрим. (6+)

11.35 Проповедники. Митрополит Антоний Сурожский. (0+)

12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)

14.30 «СТАЛЬНАЯ КОЛЫБЕЛЬ». (12+)

14.45 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (16+)

16.25 «МЫ СМЕРТИ СМОТРЕЛИ В ЛИЦО». (12+)

18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

20.00, 00.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.55, 04.05 Украина. Обыкновенный нацизм. (16+)

22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)

23.05 День Патриарха. (0+)

23.20 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 9 серия. (16+)

00.15 Профессор Осипов. (0+)

01.35 Во что мы верим. (0+)

02.30 Поле битвы. (16+)

03.00 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)

03.45 Православие в Бурятии. (0+)

Православный календарь

30 января
Седмица 35-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Прп. Антония Великого.



Прп. Антония Дымского. Прп. Антония Черноезерского. Щмч. Виктора пресвитера. Щмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«...Действие человека, соответствующее действию Бога в непостижимых судьбах Его, есть непрестанное, или по возможности частое, славление Бога».

Свт. Игнатий Брянчанинов

СТРАНА СОВЕТОВ

Лыжный спорт мало кого оставляет равнодушным, ведь это отличная возможность зарядиться хорошим настроением, подышать свежим воздухом, прокачать лёгкие и просто получить море энергии и положительных эмоций.

Но для того чтобы катание на лыжах было комфортным, нужно правильно выбрать подходящее снаряжение. А для этого нужно не только знать, какие лыжи бывают, но и то, как подобрать пару, подходящую именно для вас.

Подбираем по назначению

Итак, лыжи делятся на:

Спортивные. Их используют на соревнованиях как профессионалы, так и начинающие лыжники. Такие лыжи позволяют развивать самую большую скорость среди беговых лыж.

Туристические лыжи нужны для катания на дальние расстояния без протоптанной лыжни.

Прогулочные лыжи более легкие по сравнению с туристическими и также производятся со специальными насечками. Они предназначены для недолгих прогулок.

Охотничьи - самые устойчивые и широкие среди беговых.

Детские - легкие, оснащенные простым и удобным крепежом, чтобы ребенок мог самостоятельно их надеть.

На беговых лыжах можно ходить как классическим, так и коньковым стилем.

Беговые лыжи: выбор, уход, хранение



Внимание на параметры

Начинающему лыжнику лучше выбирать лыжи с невысоким уровнем жесткости, а более опытному спортсмену можно отдать предпочтение более жестким материалам с учетом трассы. Для катания классическим стилем лыжи должны быть выше своего обладателя на 25-35 см. Коньковые лыжи чуть короче, их выбирают на 15-20 см выше роста лыжника.

Лыжникам без опыта лучше отдать предпочтение лыжам для комбинированного стиля езды.

Обязательная забота

После того, как с лыжами вы определились, важно вспомнить и про своевременный уход за ними.

Перед использованием

Деревянные лыжи, например, нужно предварительно обработать специальными средствами, обеспечивающими хороший контакт со снегом. Пластиковые лыжи являются более универсальными. Их скользящая поверхность долго удерживает смазку и будет в порядке как на мокрой лыжне, так и в условиях сильного мороза. Пластиковые лыжи нужно покрывать лыжной мазью с учетом погодных условий. Тогда они будут отлично скользить и по влажной, и по заледеневшей лыжне, а также долго оставаться чистыми.

Но и у пластиковых лыж есть свои слабые места. Например, они будут отлично проявлять себя на чистом снегу, в то время как на участках, посыпанных солью или с отсутствием снега, могут подвести. Поэтому очень важно следить за качеством лыжни, чтобы не испортить скользящую поверхность лыж без возможности восстановления.

После использования лыжи следует обуть мягкой тканью или бумажным полотенцем, а затем поставить в вертикальном положении вдали от источников тепла.

Чемпион по «Тетрису» умеет так сложить на балконе лыжи, велосипед и пустые банки, чтобы они исчезли.



Хранение в подходящих условиях

Деревянные лыжи хранятся в вертикальном положении. Их прижимают скользящими поверхностями друг к другу, вставив между ними распорку.

Для хранения **пластиковых** лыж распорка не требуется благодаря наличию весового прогиба. Скользящую поверхность нужно хорошо обработать смазкой, чтобы защитить ее от окисления.

Лыжи хранят при комнатной температуре до следующего катания или до следующего сезона.

Уделяя должное внимание уходу, вы сможете значительно увеличить срок эксплуатации лыж, улучшить их состояние и технические характеристики во время использования. Надеемся, что ваши высокие достижения в лыжном спорте уже не за горами!

Светлана СИДОРЧУК

1 ПЕРВЫЙ



22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 **«БОЛЬШОЙ ДОМ».** (16+)
- 22.50 «Большая игра». (16+)
- 00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Триггеры». (16+)
- 00.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Летописи конца времен». (16+)
- 01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Все хотят летать». (16+)
- 02.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 **09.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-3».** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 10.50 **«МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-4».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 **«МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-4».** (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 **02.45 «СЛЕД».** (16+)
- 21.25 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6».** (16+)
- 22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6».** (16+)
- 01.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3».** (16+)
- 04.00 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести.
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ».** (12+)
- Все в напряжённом ожидании после операции Павловой. Брагин решился на опасный шаг под свою ответственность. Возможно, Ирине Алексеевне это принесёт выздоровление, а может быть, ей станет хуже, чем было. Волошин признаётся, что разводится с женой. Куликов берёт кредит в банке, чтобы выплатить налог на выигранную квартиру.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 **«МАСТЕР И МАРГАРИТА».** (16+)
- В тот же вечер, когда Воланд проводит свой сеанс, нападению шайки чёрного мага подвергается и финдиректор «Варьете» Григорий Римский.
- 03.50 **«МОРОЗОВА».** (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 **13.25 15.05 17.15 03.00 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 **00.40 «АПАЧИ».** (12+)
- 12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.10 **«713-Й ПРОСИТ ПОСАДКУ».** (12+)
- 02.10 «Зафронтовые разведчики». (16+)
- 02.50 «Оружие Победы». (12+)

ТВЦ ТВЦ



08.10 «Доктор И...» (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 **«АКАДЕМИЯ».** (12+)
- 10.40 «Мargarита Терехова. Осколки зеркала». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 **02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 **«СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ».** (12+)
- Фишер вновь привлекает Валерию к расследованию дела. У пожилой дамы Регины Рыковой внезапно отказал кардиостимулятор. Накануне гадалка предсказала даме скорое наказание за совершенные грехи.
- 16.55 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.10 **«УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ЗАБЫТОЕ ЗАВЕЩАНИЕ».** (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 «90-е. Американский шансон». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Советские мафии». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Герои и жертвы холодной войны». (12+)
- 04.15 «Большое кино». (12+)
- 04.45 «Margarita Терехова. Осколки зеркала». (16+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 01.35 «Большая страна». (12+)
- 06.50 «Преодоление». (12+)
- 07.30 20.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 02.30 ОТражение
- 10.10 **11.05 20.30 21.20 «ЗОРГЕ».** (16+)
- 12.00 «Академики». (12+)
- 15.10 **«БЕЛОРУССКИЙ ВОКЗАЛ».** (12+)
- 16.45 «Россия XX век». (16+)
- 17.00 «Коллеги». (12+)
- 17.40 «Песня остаётся с человеком». (12+)
- 22.15 **«СЛЁЗЫ КАПАЛИ».** (12+)
- 23.45 «Генезис 2.0». (12+)

НТВ НТВ



20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)

- 04.50 **«УГРО».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 **«ПЁС».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 **«ПЁС».** (16+)
- С помощью механического устройства, установленного в сейф, застрелен бизнесмен Геннадий Хомчук. На месте преступления Макс находит фото Лены в чёрной рамке. Оперативники узнают, что у Геннадия было три любовницы.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 **«ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА».** (16+)
- Феклистов погибает в ДТП, Растигуев уверен, что авария подстроена. Он ищет Каплевича, исчезнувшего после ДТП, поскольку уверен, что тому грозит опасность. С Локтевым они находят машину Каплевича и Дану, которая получила травмы. Та рассказывает, что Каплевича похитили неизвестные.
- 22.15 **00.00 «ЗОЛОТОЕ ДНО».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 01.00 **«МЕТЕОРИТ».** (16+)
- 03.25 **«ВЕРСИЯ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 «Утреннее вещание». (16+)
- 06.45 08.45 10.45 13.45 16.40 01.50 «Доктор 24». (12+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 «Новости». (16+)
- 11.10 12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.15 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)
- 12.50 15.50 18.25 04.15 «Время новых». (12+)
- 13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)
- 13.30 16.30 «Сити». (12+)
- 18.15 18.30 «Интервью». (12+)
- 21.20 23.40 04.40 «Безопасный город». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.20 «Альгамбра: крепость Андалусии»
- 08.25 «Забывтое ремесло»
- 08.40 «Жизнь и судьба»
- 09.00 **«ШВЕДСКАЯ СПИЧКА»**
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.45 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.00 ХХ век
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 23.15 «Рэгтайм, или Разорванное время»
- 13.30 **13.50 14.10 00.00 00.20 00.40 «ПОРУС»**
- Слова прорицательницы о его будущем приводят Александра в ярость, и он убивает пифию.
- 14.35 Искусственный отбор
- 16.15 Больше, чем любовь
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 02.00 Симфонические оркестры России
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 «Тенгиз Абуладзе. Древо желаний». 100 лет со дня рождения режиссера
- 21.30 Абсолютный слух
- 22.15 **«ДРАМА», «ВЫИГРЫШНЫЙ БИЛЕТ», «САПОГИ»**
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 15.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00 «Вкусно 360». (12+)
- 06.45 08.00 11.40 14.10 17.40 18.15 «Внимание! Еда!» (12+)
- 08.20 11.00 18.00 20.00 21.05 «Новости 360». (16+)
- 08.25 15.10 16.10 «Невероятная наука». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 12.00 «Поездка со вкусом»
- 12.30 13.45 03.10 «Зима в Подмоскowie». (12+)
- 13.15 «Атмосферная история». (12+)
- 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
- 17.00 «Викторина 360». (0+)
- 18.30 «Город с историей». (12+)
- 20.15 21.10 «Армагеддон»
- 22.50 «Загадки истории». (12+)
- 23.50 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



01.15 «ВОСЕМЬ СОТЕН». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 **«ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 09.35 Уральские пельмени. (16+)
- 09.45 **«ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОЮ УЧИЛКУ!»** (6+)
- 11.55 **«ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОИХ РОДИТЕЛЕЙ!»** (6+)
- 13.55 **«ПОМОГИТЕ, Я УМЕНЬШИЛ СВОИХ ДРУЗЕЙ!»** (6+)
- 15.55 **«ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ».** (16+)
- 17.55 **«ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 21.00 **«ЗНАМЕНИЕ».** (16+)
- США - Великобритания - Австралия, 2009 г. Фантастический фильм-катастрофа. В ролях: Николас Кейдж, Роуз Бирн, Чандлер Кентерберри. После вскрытия «временной капсулы», в которую в 1959 году группа школьников поместила рисунки со своим видением будущего, в руки к профессору Джону Кестлеру попадает загадочный лист. Кестлер устанавливает связь между цифрами на листе и крупнейшими мировыми бедствиями...
- 23.25 **«ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ».** (16+)
- 01.15 **«ВОСЕМЬ СОТЕН».** (18+)
- 03.40 **«ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ».** (16+)
- 05.15 Ералаш. (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 02.05 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 07.25 02.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
- 08.10 10.35 01.00 «Тайны кино». (12+)
- 09.00 **15.05 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ».** (12+)
- 10.20 17.20 19.45 01.45 04.05 04.45 «Мой район. Новости». (16+)
- 11.25 **20.00 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА».** (12+)
- 13.45 **22.15 «ГОРОД ПРИНЯЛ».** (12+)
- 16.30 Раскрывая тайны звёзд. (12+)
- 17.35 «Звёзды советского экрана». (12+)
- 18.05 **23.35 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕРТРА».** (16+)

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет
 Телепрограмма и фотоанонсы предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «G.I. JOE: БРОСОК КОБРЫ-2». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «G.I. JOE: БРОСОК КОБРЫ-2». (16+)</p> <p>22.00 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ЭРА ДРАКОНОВ». (16+)</p>	<p>19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)</p> <p>Ирина предлагает продать товар в церковь. Женщины выясняют в церкви, где те берут кагор. Ирина с Татьяной и алкашом Геней едут в храм...</p> <p>21.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)</p> <p>Бывший мэр Анিকেев пытается завоевать любовь оппозиционерки Марины Былинкиной. Самсонов ревнует супругу Нину к назойливому адвокату Дане.</p> <p>22.30 «Однажды в России». (16+)</p> <p>23.30 «АГЕНТ ТРИ НУЛЯ». (18+)</p> <p>01.30 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.10 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.30 «Импровизация». (16+)</p>	<p>19.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 «Хорошие новости с Василисой Володиной». (16+)</p> <p>09.30 «Гадалка». (16+)</p> <p>11.15 «Знаки судьбы». (16+)</p> <p>12.20 «Мистические истории». (16+)</p> <p>13.30 «Охотники за привидениями». (16+)</p> <p>14.30 «Гадалка». (16+)</p> <p>17.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)</p> <p>К Зиминной обращается телережиссер, задумавший снять документальный фильм о работе следователей. Главная роль достается капитану Глухарёву, у которого и без кино проблем не мало.</p> <p>23.30 «ЭСПЕН В ПОИСКАХ ЗОЛОТОГО ЗАМКА». (6+)</p> <p>01.30 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>03.00 «ТВОЙ МИР». (16+)</p>	<p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>06.00 «Дорожные войны 2.0». (16+)</p> <p>07.00 «Дорожные войны». (16+)</p> <p>10.00 «Утилизатор». (16+)</p> <p>12.00 «Улётное видео». (16+)</p> <p>15.00 «Решала». (16+)</p> <p>Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - ее надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала». Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведет своей паблик и помогает жертвам мошенников.</p> <p>21.00 «Охотники». (16+)</p> <p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>02.40 «Вне закона: Преступление и наказание». (16+)</p> <p>04.30 «Невероятные истории». (16+)</p>	<p>18.35 «Все на Матч!»</p> <p>06.00 «Лига в лицах». (12+)</p> <p>06.30 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.30, 03.55 «Новости»</p> <p>07.05, 18.35, 21.45, 00.30 «Все на Матч!»</p> <p>10.05, 12.35 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>10.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>11.25 «Бокс». (16+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.20, 01.00 «Вид сверху». (12+)</p> <p>14.55 «Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Пр.тр.»</p> <p>19.15 «Хоккей. ЦСКА - «Торпедо» (Нижний Новгород). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.»</p> <p>22.40 «Чемпионы». (12+)</p> <p>01.30 «Что по спорту?» (12+)</p> <p>02.00 «Лёгкая атлетика. Мировой тур в закрытых помещениях». (6+)</p> <p>04.00 «Дзюдо. Гран-при». (12+)</p>	<p>14.35 «СЛОВНО НЕ БЫЛО РАЗЛУКИ». (16+)</p> <p>06.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>07.20 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>08.20 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>10.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.50 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.25 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.35 «СЛОВНО НЕ БЫЛО РАЗЛУКИ». (16+)</p> <p>19.00 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)</p> <p>23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.35 «Знахарка». (16+)</p> <p>02.05 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.30 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.55 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>05.25 «6 кадров». (16+)</p>

АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? – ВЫХОД ЕСТЬ!

ВЕРНИТЕ СЕБЕ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ!

Проблемы с опорно-двигательным аппаратом являются настоящим бичом людей среднего и старшего возраста. С возрастом нам все труднее двигаться, труднее бороться с дискомфортом в суставах. Количество перепробованных средств растет, а результат не радует. Почему?

Ткани суставов очень плотные! Это хрящи, фиброзные связки, костные эпифизы. Полезные компоненты проникают сюда с трудом!

Непревзойденный по своей пробивной мощи современный комплекс **БИАРТЕКС (BIARTEX)** создан специально для защиты суставов от износа.

Специальная формула с высокой биодоступностью позволяет ему уже через 20 минут после приема попасть в суставные клетки и запустить пролонгированную программу помощи.

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ! БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

- увеличению вязкости синовиальной жидкости
- поддержанию суставов на клеточном уровне
- облегчению дискомфортных ощущений
- омоложению и питанию суставных тканей
- предотвращению возрастных изменений

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66**

Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

Слышно даже тишину BERNAFON

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

АКЦИЯ!!!*

с 1 января по 29 февраля 2024 г. СКИДКИ НА НОВИНКИ – 15 %
серия Zerena и серия Viron
Батарейки в подарок!

- Продажа слуховых аппаратов
- Индивидуальные ушные вкладыши
- Консультации по вопросам слухопротезирования

Москва, ул. Сергия Радонежского, д. 29/31 (рядом со ст. м. «Площадь Ильича») **Тел.: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58, 8 (499) 340-08-75**

*Сроки проведения акции с 01.01 по 29.02.2024 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефонам: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58. ООО «ИНТЕРАУДИОФАРМСЕРВИС», ОГРН 1037739248755. 127473, г. Москва, ул. Достоевского д. 2, стр. 1 РЕКЛАМА

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ. ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

КВАРТИРА КАК КАПИТАЛ

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ ПОМОЩЬ ПО ДОГОВОРУ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ

МЫ ГАРАНТИРУЕМ:

- Единовременную крупную выплату
- Ежемесячные платежи (вторая пенсия)
- Оплату коммунальных услуг
- Помощь по хозяйству

Ваш возраст – ваше преимущество

8 (495) 641-66-41

ООО «МГЦР» ОГРН 1147746620636. РЕКЛАМА

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

Слова в этом кроссворде вписываются по часовой стрелке, начиная с клетки, на которую показывает серый треугольник.

- У компьютера она материнская, а у работяги - заработная.
- Жанр «визитной карточки» Вадима Козина - песни «Осень, прозрачное утро», созданной в тридцатые годы XX века.
- И самолетный выкрутас, и детский аттракцион, и бабушкин сервант.
- Старая злобная Шушара, которая схватила Буратино за горло и потащила в подполье.
- Греческая буква, которой в математике обозначают сумму.
- Меховой аксессуар «неизвестной» дамы с картины Крамского.
- Резкий сухой звук, издаваемый ломающимся, лопающимся, разрываемым предметом.
- Продукт механического соединения каких-либо веществ.
- Группа, ходящая за королем, у короля Артура она состояла из рыцарей Круглого стола.
- «... может простить что угодно и кого угодно, только не человека, способного оставаться самим собой под напором ее презрительных насмешек» (Айн Рэнд, американская писательница).

Ответы на кроссворд: 1. Плата. 2. Танго. 3. Горка. 4. Крыса. 5. Сирма. 6. Мухта. 7. Трек. 8. Смерть. 9. Свита. 10. Толпа.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА
06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МИНСК» (Белоруссия) - «ПАРМА» (Пермский край). (6+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55, 03.35 «Здоровый образ». (12+)
08.25 «Исчезающие виды». Специальный репортаж. (12+)
08.40 «Что за спорт?» (12+)
09.10 «Новая роль». Специальный репортаж. (12+)
09.30, 05.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
10.05 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. ЦСКА - «Черноморочка» (Новороссийск). (6+)
11.30 Лыжные гонки. Матч ТВ Гонка звёзд. (0+)
12.45, 15.35 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
13.05 Дартс. PARI Международная лига. Тур 1. (0+)
15.15, 03.00 «Выше страх». Специальный репортаж. (12+)

16.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)
16.20 «Вид сверху». (12+)
16.50, 02.05 Волейбол на снегу. Кубок России. Женщины. Финал. Трансляция из Москвы. (6+)
17.45 Смешанные единоборства. АСА. Т. Дэк - М. Бибулатов. Трансляция из Грозного. (16+)
19.25, 20.40 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Трансляция из Саратова. (0+)
21.20 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Смешанные команды. Трамплин 3 м. Трансляция из Саратова. (0+)
22.40 «Есть тема!» (16+)
23.55 Баскетбол. Фонбет Кубок России. Женщины. Финал 4-х. Финал. Трансляция из Екатеринбурга. (6+)
01.45 «Страна спортивная». Русская игра с мячом». Специальный репортаж. (12+)
04.00 Бильярд. «VetBoom Суперлига». Трансляция из Москвы. (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ
06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30 «Лунтик». (0+)
07.30 «Волшебная кухня». (0+)
08.00, 13.35, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Цветняшки. Гимнастика с Цветняшками». (0+)
09.20, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)
10.00, 15.15, 18.00, 22.25 «Фиксики». (0+)
10.30 «Ник-изобретатель». (0+)
11.00 «Ми-Ми-Мишки», «Мини-Мишки». (0+)
11.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
13.00 «Сказочный патруль». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
17.15 «Простоквашино». (0+)
19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Машины сказки». (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
23.00 «Монсики». (0+)

О!
05.00, 11.00, 17.00, 23.00 «Чик-чирик English». (0+)
05.05, 07.00, 11.05, 13.00, 17.05, 19.00, 23.05, 01.00 O! Музыка! (0+)
05.15, 11.15, 17.15, 23.15 «Поезд динозавров». (0+)
06.15 «Ася и Вася». (0+)
06.55, 12.55, 18.55, 00.55 «Жужжалка». (0+)
07.10, 13.10, 19.10, 01.10 «Тима и Тома». (0+)
08.10 «Смешарики». (0+)
09.50, 21.35 «ТриО!» (0+)
09.50, 15.50, 21.50, 03.50 «Три кота». (0+)
12.15 «Дракошья». (0+)
14.00 «Турбозавры». (0+)
15.35, 03.35 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
18.15 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
18.15 Трое неразлучных друзей, всегда готовые спасти Шаралактику!
20.10 «Царевны». (0+)
00.15 «Шмяк. Волшебная лавка Есенин». (0+)
02.10 «Ангел Бэби». (0+)

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние птички. «Мальшарики», «Диносити», «Смешарики», «Смешарики. Новые приключения». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Школьный автобус Гордон». (0+)
08.05 «Суперкряля. Суперпомощники». (0+)
08.30 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
08.40 «Три кота». (0+)
10.45 «Всё, что вы хотели знать, но боялись спросить». (6+)
Хотите знать обо всём на свете? Эта интерактивная развлекательная программа весело и доступно расскажет юным зрителям о многих интересных событиях и вещах.
11.15 «Клуб Винкс». (6+)
11.40 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
Этот мультсериал о жизни простой семьи - мамы, папы, старшего брата, младшей сестры и собачки Соня. Отношения с ребятами во дворе, новые знакомства, лучшие друзья и споры друг с другом, - всё это интересно и иногда сложно, но Миру и Гоша знают, что из любой ситуации можно найти выход!
13.00 «Диностер». (6+)
13.30 «Карбот». (6+)
14.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
14.30 «Навигатор. Новости». (0+)
14.40 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
16.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
17.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
19.00 «Оранжевая корова». (0+)
20.50 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
21.20 «Маша и Медведь». (0+)
22.10 «Дикие скричеры!» (6+)
22.30 «Иффинити Надо». (6+)
23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
23.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)
01.15 «Фиксики». (0+)
02.40 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
03.50 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «БОГДАН ХМЕЛЬНИЦКИЙ». (6+)
06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Украина. Обыкновенный нацизм. (16+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)
14.35 «МЫ СМЕРТИ СМОТРЕЛИ В ЛИЦО». (12+)
СССР, 1980 г.
16.10 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (0+)
СССР, 1984 г.
18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводами). (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
21.05 Сергей Радонежский. Земное и небесное. (0+)
22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)
23.05 День Патриарха. (0+)
23.20 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 10 серия. (16+)
00.15 Расскажи мне о Боге. (6+)
00.45 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводами). (12+)
01.35 Во что мы верим. (0+)
02.30 Поле битвы. (16+)
03.00 Проект Патриарха. (0+)
03.45 Человек. (0+)

Православный календарь

31 января
Седмица 35-я по Пятидесятнице. **Глас 1.**
Свт. Афанасия и Кирилла, архиепископов Александрийских.



Прпп. схимонаха Кирилла и схимонахини Марии, родителей прп. Сергия Радонежского. Прп. Маркиана Кирского. Прп. Афанасия Сяндемского, Вологодского. Прп. Афанасия Наволоцкого. Сщмч. Михаила пресвитера. Сщмч. Евгения пресвитера. Сщмчч. Владимира, Николая, Сергия, Александра пресвитеров.

Постный день. Разрешается рыба.

« Ты лишился имущества? Если... будешь благодарить, то ты прибрел душу и овладел большим сокровищем, снискав у Бога большее благоволение». Свт. Иоанн Златоуст

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
Ежедневная подборка самых громких событий мира шоу-бизнеса.
07.00 Каждое утро. (16+)
08.15 Тееп чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
10.00 Плейлист. Зима. (16+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Кто следующий? (16+)
14.00 Плейлист. Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Битва фанклубов. (16+)
17.00 Консервы. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20, 18.55 10 самых! (16+)
19.20 Топ-30. Народный хит. (16+)
22.00 На чьи гуляем, господа? Звёздные тусы. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист. Зима. (16+)
00.30 Муз'итив. (18+)
01.30 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
03.10 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Гормити». (6+)
06.35, 12.35, 18.35 «Петроникс». (6+)
07.00, 13.00, 19.00 «Консуни». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.40, 13.30, 19.40 «Тру и Радужное королевство». (6+)
08.20, 15.50, 20.20 «Команда Флоры». (6+)
08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)
09.30, 17.00, 21.30 «Долина мумитроллей». (6+)
09.50, 17.20, 21.50 «Диносити». (0+)
10.00, 17.30 «Роботы-поезда». (6+)
10.30, 22.30 «Три богатыря и Конь на троне». (6+)
14.10 «Чуч-Мяуч». (0+)
14.20 «Иван Царевич и Серый Волк-5». (6+)
15.35 «Енотки». (0+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Буба». (0+)
07.00 «Бодо Бородо». (0+)
09.00 «Простоквашино». (0+)
10.55 «Царевны». (0+)
12.30 «Смешарики». (0+)
14.00 «Три кота». (0+)
В маленьком уютном домике живёт кошачья семья - мама, папа и три котёнка. Коржик, Карамелька и Компот очень любознательные котятка и каждый день учатся чему-то новому.
16.00 «Простоквашино». (0+)
18.00 «Бодо Бородо». (0+)
19.35 «Буба». (0+)
21.00 «Простоквашино». (0+)
23.30 «Готовим с Бубой». (0+)
00.45 «Буба». (0+)
01.00 «Про Миру и Гошу. Просто о важном». (0+)
01.30 «Три богатыря и Морской царь» (субтитры). (6+)
02.45 «Три кота». (0+)



Их букет - светлого мая привет	Крепость в центре Лондона	Какая жизнь "невзгод не знает"?	Форма воронки	Роман Майн Рида "Белая ..."	Актриса Нина ... ("Любовь и голуби")	Задира, нарывающийся на скандалы	Резкий громкий окрик (устар.)	Гимнаст - друг девочки Суок	Художник и философ Николай...																																																																																																																																																																																																																										
"Помятый круг"	Река забвения	Крупя из проса	Когда море отступает от берега	Стоящая на вулкане столица Эквадора	Ростки овощей ровной линией	Приемная мадам Помпадур	Родина былинного Ильи	Мистер француз	Столица Зимней Олимпиады-2006																																																																																																																																																																																																																										
"Оппонент" решки				Христиания, Кристиания, ...		След на месте старого пореза	Орнелла ...																																																																																																																																																																																																																												
Гладиатор во главе мятежных рабов	"Минус", отбитый радистом	Ролик в канатной передаче	Окуны и ... в ухе хороши	Пахарь, обитавший в Спарте	Рыба семейства лососевых	"Штурвал" шофера	Лживая информация	Повязка для остановки крови	Домовенок из мультфильма																																																																																																																																																																																																																										
		Газ-"рекламист"		Христиания, Кристиания, ...		Инертный благородный газ	Имя режиссера Волчек	"Колючая" мужская прическа																																																																																																																																																																																																																											
	Стержень, чтобы укрепить фундамент	Во что боцман свистит?	"Громко" по-музыкальному	Землевладелец в Средние века	Начало лабиринта	Жоржи ..., автор "Капитанов песа"	Душистая трава	Деньги в бумажнике	Антилопа, похожая на худого буйвола																																																																																																																																																																																																																										
	Поэт-сюрреалист ... Бретон	Кожаная "одежка" диванов		Осип, корифей зодчества	Мохнатый шутник с планеты Мелмак	Ребенок сделал первый ...	Гибрид в мире верблюдов	См. фото																																																																																																																																																																																																																											
	Птица из сказки про Алису Кэрролла	Четырехколесный "друг"	Восточная семечковая сладость	Акмола, ..., Нурсултан, ...	Певица Патриция родом из Мозеля	Лев, легендарный советский вратарь																																																																																																																																																																																																																													
	Узор из трещинок на глазури керамики	"Перемычка" в составном слове		Водорослевый заменитель желатина																																																																																																																																																																																																																															
<p>ТЕЛЕК</p> <table border="1"> <tr> <td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td> </tr> <tr> <td>В</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td> </tr> <tr> <td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td> </tr> <tr> <td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td> </tr> <tr> <td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td> </tr> <tr> <td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td><td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td> </tr> <tr> <td>Р</td><td>С</td><td>Т</td><td>У</td><td>Ф</td><td>Х</td><td>Ц</td><td>Ч</td><td>Ш</td><td>Щ</td><td>Ъ</td><td>Ы</td><td>Э</td><td>Ю</td><td>Я</td><td>А</td><td>Б</td><td>В</td><td>Г</td><td>Д</td><td>Е</td><td>Ё</td><td>З</td><td>И</td><td>Й</td><td>К</td><td>Л</td><td>М</td><td>Н</td><td>О</td><td>П</td> </tr> </table>										А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	В	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П
А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я																																																																																																																																																																																																					
В	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й																																																																																																																																																																																																				
Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы																																																																																																																																																																																																					
И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З																																																																																																																																																																																																					
Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г																																																																																																																																																																																																					
Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П	Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы																																																																																																																																																																																																					
Р	С	Т	У	Ф	Х	Ц	Ч	Ш	Щ	Ъ	Ы	Э	Ю	Я	А	Б	В	Г	Д	Е	Ё	З	И	Й	К	Л	М	Н	О	П																																																																																																																																																																																																					

1 ПЕРВЫЙ



22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информ. канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 17.00 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.55 Премьера. Проект «Цивилизации». Фильм 2-й. «Африка». (12+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «БОЛЬШОЙ ДОМ». (16+)
- 22.50 «Большая игра». (16+)
- 00.00 «Ничего не бойся, кроме Бога». К 15-летию Патриаршего служения. (0+)
- 01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
- 01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)
- 02.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Хоккей не футбол». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.30 09.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-4». (16+)
- 08.35 «День ангела». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 11.45 13.30 «МЕНТОВСКИЕ ВОЙНЫ-5». (16+)
- 17.00 13.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД». (16+)
- 21.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
- 01.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-3». (16+)
- 02.40 «СЛЕД». (16+)
- 04.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести.
- 21.20 Местное время «СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)
- Соседка Куликова говорит, что завещает ему свою квартиру, если Куликов будет ей помогать. Она - одинокая женщина, родственников у неё нет. Саша просит Костю нанять Хромову сиделку, чтобы та присматривала за ним постоянно. Костя не видит в этом необходимости. Волошина вызывают в полицию.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- Начинается бал у Сатаны, куда Маргарита была приглашена в качестве хозяйки - королевы. Висельники, вампиры, убийцы - всех их Маргарита должна встретить и одарить своим вниманием.
- 03.50 «МОРОЗОВА». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 13.25 15.05 17.15 02.30 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 «УЛЬЗНА». (12+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Код доступа». (12+)
- 22.45 «Между тем» с Наталей Метлиной. (12+)
- 23.15 «СОЛДАТЫ». (12+)
- 01.25 «Автомобили Второй мировой войны». (16+)
- 02.05 «Хроника Победы». (16+)

ТВУ ТВЦ



08.45 «АКАДЕМИЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 10.40 «Аристарх Ливанов. Счастье любит тишину». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 02.45 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «СМЕРТЬ В ОБЪЕКТИВЕ». (12+)
- 16.55 Прощание. (16+)
- 17.50 События
- 18.15 «УЛИКИ ИЗ ПРОШЛОГО: ИНДИЙСКАЯ НЕВЕСТА». (12+)
- Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Анна Абрамович, Анна Геллер. 1913 год. В Санкт-Петербург приезжает таинственная индийская красавица Джайя. Она говорит на шести языках, владеет гипнозом.
- 22.00 События
- 22.35 «10 самых...» (16+)
- 23.05 «Легенды эстрады. Кремлёвские соловьи». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Дикие деньги». (16+)
- 01.25 «Неизвестный Фидель Кастро». (16+)
- 02.05 «Герои и жертвы холодной войны». (12+)
- 04.15 «Большое кино». (12+)
- 04.45 «Аристарх Ливанов. Счастье любит тишину». (16+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 01.35 «Большая страна». (12+)
- 06.50 «Моя история». (12+)
- 07.30 20.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 02.30 ОТражение
- 10.10 11.05 20.30 21.20 «ЗОРГЕ». (16+)
- 12.00 «Свет и тени». (16+)
- 15.10 «СЛЁЗЫ КАПАЛИ». (12+)
- 16.30 «Катя. Письмо из прошлого». (12+)
- 17.00 «Преодоление». (12+)
- 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
- 22.15 «ПРЕМИЯ». (12+)
- 23.45 «Сталинград». (16+)

НТВ НТВ



20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)

- 04.50 «УГРО». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС». (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС». (16+)
- Неизвестный убивает с помощью газа двух девушек. Макс устанавливает, что они вместе проходили ординатуру в клинике. Однако была и третья подруга, которая может быть следующей целью убийцы.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)
- Расторгуев получает от Пифанова задание заняться рядовой кражей - у пенсионерки вместе с деньгами украли и орден ее отца. Полицейские раскрывают серию краж, но все лавры присваивает себе Пифанов. Сын Консула Игнат сбегает из клиники.
- 22.15 00.00 «ЗОЛОТОЕ ДНО». (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 01.00 «Поздняков». (16+)
- 01.20 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 02.20 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
- 03.20 «ВЕРСИЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 «Утреннее вещание». (16+)
- 06.45 08.45 10.45 13.45 16.40 01.50 «Доктор 24». (12+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 «Новости». (16+)
- 11.10 12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.15 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)
- 12.50 15.50 18.25 04.15 «Время новых». (12+)
- 13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)
- 13.30 16.30 «Сити». (12+)
- 18.15 18.30 «Интервью». (12+)
- 21.20 23.40 04.40 «Безопасный город». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.30 «ПОРУС»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.20 «Крепость в Провансе - в единении со скалой»
- 08.25 «Забывтое ремесло»
- 08.40 «Жизнь и судьба»
- 09.00 «ДРАМА». «ВЫИГРЫШНЫЙ БИЛЕТ». «САПОГИ»
- 10.00 12.30 17.00 19.30 23.45 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.35 XX век
- 12.45 Новости. Подробно. Театр
- 13.00 23.15 «Рэгтайм, или Разорванное время»
- 13.30 13.50 14.10 «ПОРУС»
- 14.35 Абсолютный слух
- 16.15 «2 Верник 2»
- 17.15 Моя любовь - Россия!
- 17.45 Симфонические оркестры России
- 18.30 «Роман в камне»
- 19.00 «Жизнь замечательных идей»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.50 «Москва слезам не верит» - большая лотерея»
- 21.30 «Энигма»
- 22.15 «БЕЗЗАКОНИЕ». «ЭКЗАМЕН НА ЧИН». «ДРАМА В ЦИРЮЛЬНЕ»
- 00.00 Спектакль «Похороните меня за плинтусом». (18+)
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 15.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00 «Вкусно 360». (12+)
- 06.45 08.00 11.40 14.10 17.40 18.15 «Внимание! Еда!» (12+)
- 08.20 11.00 18.00 20.00 21.10 «Новости 360». (16+)
- 08.25 15.10 16.10 «Невероятная наука». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 12.00 «Поездка со вкусом»
- 12.30 13.45 03.10 «Зима в Подмосковье». (12+)
- 13.15 «Атмосферная история». (12+)
- 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
- 17.00 «Викторина 360». (0+)
- 18.30 «Город с историей». (12+)
- 20.15 «Великие битвы». (16+)
- 21.15 «Загадки истории». (12+)
- 23.40 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



06.30 «Маша и Медведь». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 09.35 Уральские пельмени. (16+)
- 09.45 ПРЕМЬЕРА! «ЛОШАДЬ ЧАРЛИ». (6+)
- 11.35 ВПЕРВЫЕ НА СТС. «ЧУДАК». (12+)
- 13.35 «ЗНАМЕНИЕ». (16+)
- США - Великобритания - Австралия, 2009 г. Фантастический фильм-катастрофа. В ролях: Николас Кейдж, Роуз Бирн. В 1959 году группа школьников поместила рисунок со своим видением будущего в капсулу...
- 16.00 «ПОСЛЕДНИЙ ДЕНЬ ЗЕМЛИ». (16+)
- 17.50 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
- 21.00 ВПЕРВЫЕ НА СТС. «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (16+)
- Великобритания, 2022 г. Триллер. В ролях: Джеймс Нортон, Джемма Артертон, Сара Голдберг. Экстраординарная и леденящая душу история профессионального афериста Роберта Фригарда, который маскировался под агента МИ-5, обманом заставлял людей скрывать свои и женщины, которая влюбилась в него.
- 23.35 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
- 01.50 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- 04.55 «6 кадров». (16+)
- 05.10 Ералаш. (0+)
- 06.00 02.10 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 07.05 02.55 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
- 07.50 10.30 «Тайны кино». (12+)
- 08.40 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)
- 10.15 17.05 19.45 «Мой район. Новости». (16+)
- 11.15 20.00 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)
- 14.05 «ШАХ КОРОЛЕВЕ БРИЛЛИАНТОВ». (12+)
- 15.40 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+)
- 17.20 «Звёзды советского экрана». (12+)
- 17.50 00.10 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕГРЕ». (16+)
- 22.45 «24-25 НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (12+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN ТНТ ТНТ 3 ТВ-3 че! че МАТЧ! МАТЧ ТВ ДОМАШНИЙ

17.00 «Тайны Чапман». (16+)

19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)

01.15 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)

15.00 Антимагия. (16+)

10.25 «Лучшие из лучших». (12+)

14.40 «ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ». (16+)

05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)

06.00 «С бодрим утром!» (16+)

08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)

09.00 «Документальный спецпроект». (16+)

10.00 «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 02.50 «Тайны Чапман». (16+)

20.00 «АФЕРИСТКА». (16+)

22.15 «Смотреть всем!» (16+)

00.30 «БАРАКУДА». (18+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)

09.00 «САШАТАНЯ». (16+)

19.30 «ПОВЫШАЯ ГРАДУС». (16+)

Премьера. Директор навещает Алексея и сообщает, что с «Моей Хорошей» покончено. Алексей же наоборот предлагает директору самому возглавить производство «Хорошей» и гнать «левак» прямо на заводе.

21.00 «ДОМАШНИЙ АРЕСТ». (16+)

После информации о том, что в годы войны дед Самсонова был полицаем, экскаваторщик и кандидат в мэры пропал.

22.35 «Однажды в России». (16+)

23.35 «ОТСТУПНИКИ». (16+)

02.20 «Импровизация. Команды». (16+)

03.50 «Студия «Союз». (16+)

05.30 «Импровизация». (16+)

06.00 «Мультфильмы». (0+)

07.45 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)

08.15 «Слепая». (16+)

09.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)

09.30 Гадалка. (16+)

11.15 Знаки судьбы. (16+)

12.20 Мистические истории. (16+)

13.30 Охотники за привидениями. (16+)

14.30 Гадалка. (16+)

17.15 «Слепая». (16+)

19.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)

Накануне свадьбы матери Глухарёву поручено расследование бытового убийства. В смерти отчима подозревается один из его пасынков Виталий, бесследно исчезнувший сразу после этого...

23.30 «СВОБОДНОЕ ПАДЕНИЕ». (18+)

01.15 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)

02.45 «ТВОЙ МИР». (16+)

05.30 «Мультфильмы». (0+)

06.00 Дорожные войны 2.0. (16+)

07.10 Дорожные войны. (16+)

10.00 Утилизатор. (16+)

12.00 Улётное видео. (16+)

15.00 Антимагия. (16+)

Реалити-разоблачение, в котором ведущий Павел Симанович, психолог, менталист и убежденный скептик вместе с командой агентов проверяет известные магические услуги: гадание на картах, привороты, альтернативное лечение, астрологические консультации. В финале каждого выпуска команда даст экспертную оценку: действительно ли у человека есть сверхспособности.

19.00 Решала. (16+)

21.00 Охотники. (16+)

23.00 Опасные связи. (18+)

02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)

04.40 Невероятные истории. (16+)

06.00 «Лига в лицах». (12+)

06.30 «Вид сверху». (12+)

07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 03.55 Новости

07.05, 19.15, 21.30, 00.30 Все на Матч!

10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+)

10.25 «Лучшие из лучших». (12+)

11.25 Бокс. (16+)

13.00 «Есть тема!»

14.20, 01.00 «Большой хоккей». (12+)

14.55 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Пр.тр.

17.00 Хоккей. «Салават Юлаев» - «Лада». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.

19.25 Футбол. «Шанхай Шеньхуа» - «Аль-Духаиль». Кубок равноправия. Пр.тр.

22.25 Профессиональный бокс. Костя Цзю. Лучшее. (16+)

01.30 Что по спорту? (12+)

02.00 Бильярд. (0+)

04.00 Дартс. (0+)

06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)

07.20 04.15 Давай разведёмся! (16+)

08.20 Тест на отцовство. (16+)

10.30 «Понять. Простить». (16+)

11.45 00.20 «Порча». (16+)

12.55 «Знахарка». (16+)

13.30 «Верну любимого». (16+)

14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)

14.40 «ВСЁ РАВНО ТЫ МОЯ». (16+)

19.00 «БЕДНАЯ РОДСТВЕННИЦА». (16+)

23.10 «Понять. Простить». (16+)

01.15 «Знахарка». (16+)

01.40 «Верну любимого». (16+)

02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)

02.35 Тест на отцовство. (16+)

05.05 «6 кадров». (16+)

Вывод коров на луг	Отец Фаэтона в мифологии	Опекунша барчука	Рынок с весельем и балаганом	... Сексте в сериале "Оттепель"	Транжирит деньги	Брус на мачте для крепления парусов	Пищевая соль - ... натрия	Рэперы ... Кьюб и Ванилла ...	Автор доктора Дулиттла ... Лофтинг	Большой рак	Наколотое топливо	Вяленая рыба на Севере	Лягушачьи ... для гурмана			
... Курагина из романа Толстого	Шэрон из "Основного инстинкта"	"Охотник" за золотым руном	Горы России, Казахстана, Китая	Смачивает пищу во рту	Животное, ставшее символом зассони	Знаменитый Чезаре ...	Вытянутая возвышенность	Крутой рассол в заготовке икры	Конусовидные зубы							
Пустышка во рту малыша	Самая засушливая из пустынь	Машина для проката металла	Ять, I, ... отменены в 1918 году	Столица Республики Башкортостан	Страна на месте Карфагена	Температура между + и -	... Кошка, выгляни в окошко! (Маршак)	Пещера в дворцовом парковом ансамбле	Бумажные ... (по типу гнезд)	Модельер Пьер ...	"Чао" по-французски	Автор романа "Сорок пять"	На них стоят	В кёрлинге их четверо в команде		
Веревка в спорт-зале	Банкноты с мостами на каждой	Волосок колоса	Период истории с динозаврами	Генрик, норвежский драматург	Престижный киноприз	"На лакомый ... найдется ус"	ТЕЛЕК	И Э Д О И И Ч Д Ю И Ч И X В Ч В	И К Л И И В Ч Л О О Л Э Ч И И В	А Ч К О О О Н Ч О А В Э К Ч	И Ю О А Л И И Н Э Ч А К Л Л Ч Н Ч А Ч	Ч Х П И Ж	О И Н А Л И	Ш Э И А	Ф О К В	
Город Фалеса и Анаксимандра	Круизные парусники	Волосок колоса	Период истории с динозаврами	Генрик, норвежский драматург	Престижный киноприз	"На лакомый ... найдется ус"	И Ю О А Л И И Н Э Ч А К Л Л Ч Н Ч А Ч	Ч Х П И Ж	О И Н А Л И	Ш Э И А	Ф О К В	И Ю О А Л И И Н Э Ч А К Л Л Ч Н Ч А Ч	Ч Х П И Ж	О И Н А Л И	Ш Э И А	Ф О К В

Славянка ТУРЫ ПО РОССИИ 30 лет на рынке российского туризма

28.01	ОСОБНЯК МОРОЗОВЫХ в ПОДСОСЕНСКОМ	23-25.02	С.-ПЕТЕРБУРГ - КРОНШТАДТ
28.01	ВЫСТАВКА «ВОКРУГ ЛЕВИТАНА» в ЗВЕНИГОРОДЕ	23-25.02	ТОРЖОК (НОВЫЕ МУЗЕИ) - ТВЕРЬ С ИМПЕРАТОРСКИМ ДВОРЦОМ - КНЯЗЕВО С.Я. ЛЕМЕШЕВА
02-04.02	ЛИТЕРАТУРНЫЙ ПЕТЕРБУРГ - УСАДЬБА «ПРИЮТИНО»	24.02	ГОТИЧЕСКИЙ ОСОБНЯК АННЫ-ЛУИЗЫ ЛЕМАН
03.02	«СИНЬ РОССИИ»: ГЖЕЛЬ	02-03.03	КАРЕЛИЯ: ПЕТРОЗАВОДСК И ОКРЕСТНОСТИ
04.02	ПАВЛОВСКИЙ ПОСАД С МУЗЕЕМ НАРОДНОГО АРТИСТА ВЯЧЕСЛАВА ТИХОНОВА	02-03.03	РОСТОВ ВЕЛИКИЙ - УСАДЬБА «ВОРОНИНО» ДОЧЕРИ А.В. СУВОРОВА
09-11.02	ВЯТКА - РЯБОВО ВАСНЕЦОВЫХ - СЛОБОДСКОЙ	08-10.03	ВЕСЕННИЙ ПЕТЕРБУРГ
10-11.02	ЗОЛОТОЙ ГОРОД: ВСТРЕЧА НОВОГО ГОДА ПО КИТАЙСКОМУ КАЛЕНДАРЮ - КАШИРА - ВЕНЕВ	14-17.03	КАЛИНИНГРАД - СВЕТЛОГОРСК - КУРШСКАЯ КОСА
10-11.02	ЯРОСЛАВЛЬ - ТОЛГСКИЙ МОНАСТЫРЬ	16-17.03	НЕОТРАЗИМАЯ ЙОШКАР-ОЛА
10.02	ВЫСТАВКА БРАТЬЕВ МАКОВСКИХ в СЕРПУХОВЕ	16.03	МАСЛЕНИЦА в УСАДЬБЕ «ДВОРЯНИНОВО»
11.02	ЖОСТОВО - ФЕДОСКИНО	17.03	МАСЛЕНИЦА в ОСОБНЯКЕ ДУМНОВА
17-18.02	ТУЛА ЕКАТЕРИНЫ II со СПЕКТАКЛЕМ «ВИЗИТ ИМПЕРАТРИЦЫ»	22-24.03	ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД - СТАРАЯ РУССА - ЧУДОВО
17.02	ВЫСТАВКА «ФОРМУЛА РУСИ» в ИСТРЕ + МОНАСТЫРЬ	29-31.03	СМОЛЕНСК И ОКРЕСТНОСТИ
18.02	ПЕРЕДЕЛКИНО Б. ПАСТЕРНАКА И К. ЧУКОВСКОГО	09-12.05	СЕЛИГЕРСКАЯ КРУГОСВЕТКА
		ИЮНЬ-ИЮЛЬ	СОЛОВЕЦКИЕ ОСТРОВА

Наш адрес в интернете: www.slavianka.ru 8 (495) 626-04-75, 8 (495) 626-05-68
Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.10, 07.40 Мультфильмы. (0+)
07.15 «Каникулы Бонифация». Мультфильм. (6+)
08.30 «КАПИТАНСКАЯ ДОЧКА». (16+)

TV1000 VIJU TV1000

06.05 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)
07.45 «ТАМ, ГДЕ СЕРДЦЕ». (16+)
10.05 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
07.00 «Смешарики». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

06.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)
08.15 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+ ИЛЛЮЗИОН

01.15 «СТРАСТИ ДОН ЖУАНА». (18+)
02.40 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
04.20 «ИНТЕРВЬЮ С БОГОМ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.40 «КРЫМСКИЙ МОСТ». (16+)
08.20 «ЗА КУЛИСАМИ». (16+)
09.40 «СО ДНА ВЕРШИНЫ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ КИНОКОМЕДИЯ

00.35 «ВЕЧЕРИНКА НА ВЫЛЕТЬ». (16+)
02.50 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)

РОДНОЕ КИНО РОДНОЕ КИНО

00.45 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)
01.50 «ЖМУРКИ». (16+)
04.30 «ВАШИ ПРАВА?». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

07.00 «ВСЁ ЕЩЁ БУДЕТ». (12+)
10.45 «АВАРИЯ». (16+)
14.15 «ЛЮБИМЫЕ ЖЕНЩИНЫ КАЗАНОВЫ». (12+)

CINEMA CINEMA

07.10 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (18+)
08.50 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

red .RED

06.00, 06.20, 08.50, 09.15, 18.20, 18.45 Путешествие по Западной Австралии. (16+)

РЕТРО РЕТРО

06.25 «ВОСТОЧНЫЙ КОРИДОР». (16+)
07.55 «Смех и горе у Бела моря». Мультфильм. (6+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ВСЕГДА ГОВОРЮ «ВСЕГДА»-3». (12+)

CTC LOVE CТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (16+)

ТВ 21 ТВ 21

07.00 «СОВРЕШЬ - УМРЕШЬ». (16+)
09.15 «БРОНКСКАЯ ИСТОРИЯ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР МИР

05.00, 02.35 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА ПОБЕДА

04.55 «Путь к Победе». (16+)
05.55 «ЛАДОГА». (16+)
Блокадный Ленинград. Зима 1941-го. Советская контрразведка узнает, что немцы готовят диверсию на «Дороге жизни» - единственном пути, по которому в город доставляется продовольствие и другие грузы.

ПЯТНИЦА ПЯТНИЦА

05.00 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)
05.30 Кондитер. Торт «Мадагаскар» для Романа Каграманова и Евгения Ершова. (16+)

Ю Ю

05.30, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ 365 ДНЕЙ ТВ

07.50, 17.15 Жил-был Дом. (12+)
08.20, 19.05 Обыкновенная история. (6+)

HISTORY HISTORY

06.05 Нулевая мировая. (16+)
07.00 Герцеские острова: одиссея с Беттани Хьюз: Место рождения богов. (12+)

VIJU HISTORY VIJU HISTORY

06.00, 13.05, 18.20, 23.35 О самом главном. Всё о сердце. (12+)

ДОКТОР ДОКТОР

06.55, 07.20, 03.45, 04.15 Скажите, доктор! (12+)

Усадьба УСАДЬБА

06.10 Секреты сада. (12+)
06.55 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 12.35, 16.05, 00.15 Ледовые тропы рыбалки. (16+)

ЖИВИ! ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

ЖИВИ! ЖИВИ!

00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Гандбол. Кубок России. Женщины. 1/4 финала. ЦСКА - «Черноморочка» (Новороссийск). (6+)

07.25 «Магия большого спорта». (12+)

07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости

07.55 «Русский француз». Специальный репортаж. (12+)

08.15, 05.30 «География спорта. Машиновка». (12+)

08.40 «Физрук». Будущее за настоящим». (6+)

09.15 «Ни слова о биатлоне». Специальный репортаж. (12+)

09.30, 03.35 «Вид сверху». (12+)

10.05, 11.20, 12.00, 17.50, 20.45, 21.40 Прыжки в воду. WetBoom Кубок России. Трансляция из Саратова. (0+)

13.05 Смешанные единоборства. АСА. Томаш Дэк против Магомед Бибулатова. Трансляция из Грозного. (16+)

14.45 «Небесная грация». (0+)

15.05, 03.15 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)

15.25 «Ручная работа». (12+)

16.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)

16.20 «Большой хоккей». (12+)

16.50, 02.05 Волейбол на снегу. Кубок России. Мужчины. Финал. Трансляция из Москвы. (6+)

18.55 Баскетбол. Фонбет Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. «Динамо» (Курск) - УГМК (Екатеринбург). Прямая трансляция

22.40 «Есть тема!». (16+)

23.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) - «Пари Нижний Новгород». (6+)

01.45 «Спорт. Истоки». Специальный репортаж. (12+)

03.00 «Исчезающие виды». Специальный репортаж. (12+)

04.00 Бильярд. «BetBoom Суперлига». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)
Музыкальный нон-стоп самых актуальных хитов.

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

07.00 Каждое утро. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Новое Радио чарт. (16+)

10.00 Плейлист. Зима. (16+)

11.00 WEB чарт. (16+)

12.00 Хиты по-русски. (16+)

13.00 Кто следующий? (16+)

14.00 Плейлист. Зима. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Love чарт. (16+)

17.00 Прогноз по году. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20, 18.55 10 самых! (16+)

19.20 Хит-Сторис. Фомин «Все будет хорошо». (16+)

20.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)

22.00 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)

23.00 PRO-новости. (16+)

23.20 Плейлист. Зима. (16+)

00.30 Рок нон-стоп. (18+)

01.30 Муз'итив. (16+)

03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ **МУЛЬТ** **O!** **КАРУСЕЛЬ** **КАРУСЕЛЬ**

06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

07.00, 18.30 «Лунтик». (0+)

07.30 «Волшебная кухня». (0+)

08.00, 13.35, 19.00 «Барбоскины». (0+)

08.25, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Цветняшки. Развиваем речь с Цветняшками». (0+)

09.20, 20.00 «Кошечки-собачки». (0+)

10.00, 15.15, 18.00, 22.30 «Фиксики». (0+)

10.30 «Ник-изобретатель». (0+)

11.00 «Ми-Ми-Мишки», «Мини-Мишки». (0+)

11.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)

13.00 «Сказочный патруль». (0+)

15.00 «Мотофайтер». (6+)

15.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

17.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)

17.15 «Простоквашино». (0+)

19.25 «Мини-Мишки». (0+)

20.40 Сказка на ночь. «Сказочный патруль. Хроники чудес», «Машины сказки». (0+)

22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

23.00 «Монсики». (0+)

05.00, 11.00, 17.00, 23.00 «Чик-чирик English». (0+)

05.05, 07.00, 11.05, 13.00, 17.05, 19.00, 23.05, 01.00 O! Музыка! (0+)

05.15, 11.15, 17.15, 23.15 «Поезд динозавров». (0+)

06.15 «Дракошия». (0+)

06.55, 12.55, 18.55, 00.55 «Жужжалка». (0+)

07.10, 13.10, 19.10, 01.10 «Тима и Тома». (0+)

08.10 «Турбозавры». (0+)

Приключения фантастических динозавров, которые умеют превращаться... в машины!

09.35, 21.35 «ТриО!» (0+)

09.50, 15.50, 21.50, 03.50 «Три кота». (0+)

12.15 «Тикабо». (0+)

14.10 «Команда Флоры». (0+)

15.35, 03.35 «Лапы, морды и хвосты». (0+)

18.15 «Ася и Вася». (0+)

20.10 «Смешарики». (0+)

00.15 «Улетная доставка». (0+)

02.10 «Царевны». (0+)

ДУП **ДЕТСКИЙ МИР** **МУЛЬТИЛАНДИЯ**

06.00, 12.00, 18.00 «Гормити». (6+)

06.35, 12.35, 18.35 «Петроникс». (6+)

07.00, 13.00, 19.00 «Консуни». (6+)

07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)

07.40, 13.30, 19.40 «Тру и Радужное королевство». (6+)

08.20, 15.50, 20.20 «Тара Дункан». (6+)

08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

08.55, 16.25, 20.55 «Металлионы». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Команда Флоры». (6+)

09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)

10.00, 17.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)

10.30, 22.30 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)

11.55, 15.40, 23.55 «Енотки». (0+)

14.10 «Чуч-Мяуч». (0+)

14.20 «Карлик Нос». (12+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

06.00 «Буба». (0+)

07.00 «Бодо Бородо». (0+)

09.00 «Простоквашино». (0+)

10.55 «Царевны». (0+)

12.30 «Смешарики». (0+)

14.00 «Три кота». (0+)

16.00 «Простоквашино». (0+)

18.00 «Бодо Бородо». (0+)

19.30 «Буба». (0+)

21.00 «Простоквашино». (0+)

23.25 «Буба». (0+)

01.05 «Про Мирю и Гошу. Просто о важном». (0+)

01.15 «Вовка и зима в Тридевятом царстве» (с сурдопереводом). (0+)

01.25 «Умка на елке» (с сурдопереводом). (0+)

01.30 «Чебурашка». Секрет праздника» (с сурдопереводом). (0+)

01.40 «Карлик Нос». (12+)

01.40 «Простоквашино» (с сурдопереводом). (0+)

02.40 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 Проект Патриарха. (0+)

06.00, 08.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)

12.00 Патриарх. (0+)

13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)

14.30 «В ДВУХ ШАГАХ ОТ «РАЯ». (0+)

СССР, 1984 г. В ролях: Ремигиус Сабулис, Мартиньш Вилсон

16.20 «ДЕВОЧКА ИЗ ГОРОДА». (16+)

18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)

20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

20.55 Дело Пастыря. (0+)

22.00, 22.30, 02.20 Поле битвы. (16+)

23.05 День Патриарха. (0+)

23.20 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 11 серия. (16+)

Сериял. Россия, 2010 г.

В ролях: Александр Балух, Ольга Кабо

00.05 В поисках Бога. (6+)

00.35 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

01.25 Во что мы верим. (0+)

02.50 Дело Пастыря. (0+)

03.50 Гвардия. Мы были простыми смертными... (0+)

04.35 Старцы. Архимандрит Кирилл (Павлов). (0+)

Православный календарь

1 февраля
Седмица 35-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Прп. Макария Великого, Египетского.



Свт. Марка Евгеника, архиеп. Ефесского. Блж. Феодора, Христа ради юродивого, Новгородского. Прп. Макария Римлянина, Новгородского. Мц. Евфрасии деви. Прп. Макария Александрийского. Прп. Антония, столпника Марткопского (Груз.). Свт. Арсения, архиеп. Керкирского. Прп. Макария, постника Печерского. Прп. Макария, диакона Печерского. Обретение мощей прп. Саввы Сторожевского, Звенигородского. Сщмч. Петра пресвитера. Сщмч. Николая пресвитера. Мч. Феодора. День интронизации Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла.

Поста нет.

«Будем же всегда благодарить Господа, чтобы быть нам достойными сподобиться вечных благ Его...»
Свт. Василий Великий

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись.

1		8		5	7	3			
			3				9		8
		9	7	1		8		3	
	7					2	3	6	
	3		6		9		8		5
		5	2	3					4
		3			6		5	2	9
	9			7			1		
				9	2	1		5	

2		8	6		2		3	1	
				9					4
	9		1	6	7	3	5		
		1	5				2		
	8	6			5			3	1
			2				8	9	
			4	1	8	2	9		7
	2					9			
		9	7		3		4	2	

3		9					8		3
		7							
		8			9	3		6	5
	2					7	6		8
	7	6				4			1
		1	4		3	8			6
		9	7			2	5		4
									7
		5		7					3

4		6	3	7	1				
			5	8				1	6
		1						7	
			3		7	1	6		4
	7								8
	4		2	9	3		1		
			9					6	
	1	7					3	2	
						9	4	7	1

5			4	9				1	8			2
								5	8	6	4	
							2		6			3
				7						4	3	
				9				2			6	
				8	6					9		
	2							9		7		
				7	5	8	4					
	9			8	6					2	1	

6				2	3			8				
								1	5	7		
	3	1			5				8			2
								4			5	
	2					8	5	3				9
					7					2	8	
	1		8						9		5	4
			3	5	4							1
								1	5	9		

1 2 8 1 5 7 3 6 4 9
5 6 3 2 4 9 7 1 8
4 9 7 1 6 8 5 3 2
7 4 9 8 5 2 3 6 1
3 1 6 4 9 7 8 2 5
8 5 2 3 1 6 9 7 4
1 3 4 6 8 5 2 9 7
9 2 5 7 3 4 1 8 6
6 7 8 9 2 1 4 5 3

2 7 8 6 4 2 5 3 1 9
5 2 3 9 1 8 6 7 4
9 4 1 8 6 7 3 5 8 2
3 1 5 8 9 7 2 4 6
8 6 9 2 5 4 7 3 1
4 7 2 3 6 1 8 9 5
6 3 4 1 8 2 9 5 7
2 5 8 7 4 9 1 6 3
1 9 7 5 3 6 4 2 8

3 9 1 6 4 5 8 2 3 7
5 7 3 2 6 1 9 4 8
8 2 4 9 3 7 6 5 1
2 3 9 1 7 6 4 8 5
7 6 8 5 4 9 3 1 2
1 4 5 3 8 2 7 9 6
3 9 7 8 2 5 1 6 4
4 8 2 6 1 3 5 7 9
6 5 1 7 9 4 8 2 3

4 6 3 7 1 4 2 5 8 9
2 4 5 8 9 7 3 1 6
9 1 8 3 6 5 7 4 2
9 8 3 5 7 1 6 2 4
7 5 1 4 2 6 9 3 8
4 6 2 9 3 8 1 5 7
5 2 9 7 1 4 8 6 3
1 7 4 6 8 3 2 9 5
3 8 6 2 5 9 4 7 1

5 6 4 9 7 3 1 8 5 2
7 1 3 2 5 8 6 4 9
8 5 2 4 6 9 1 7 3
5 2 7 9 8 6 4 3 1
4 9 1 3 2 7 5 6 8
3 8 6 5 1 4 9 2 7
2 6 4 1 9 3 7 8 5
1 7 5 8 4 2 3 9 6
9 3 8 6 7 5 2 1 4

6 7 5 2 3 4 8 1 9 6
6 8 4 9 2 1 5 7 3
3 1 9 5 6 7 8 4 2
8 9 3 2 1 4 7 6 5
2 6 7 8 5 3 4 1 9
5 4 1 7 9 6 3 2 8
1 7 8 6 3 9 2 5 4
9 3 5 4 7 2 6 8 1
4 2 6 1 8 5 9 3 7

СУДОКУ

Ответы

1 ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1 РОССИЯ	ТВУ ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К РОССИЯ К Культура	СТС СТС
 <p>23.30 «Матадор». (18+)</p>	 <p>20.00 Вести</p>	 <p>16.55 «Актёрские драмы. Власть денег». (16+)</p>	 <p>20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)</p>	 <p>12.00 «Роман в камне»</p>	 <p>12.10 Уральские пельмени. (16+)</p>
<p>05.00 Телеканал «Доброе утро»</p> <p>09.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)</p> <p>10.00 «Жить здорово!» (16+)</p> <p>10.50 Информационный канал. (16+)</p> <p>12.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>12.15 Информационный канал. (16+)</p> <p>15.00 Новости (с субтитрами)</p> <p>15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)</p> <p>16.05 «Мужское / Женское». (16+)</p> <p>17.00 Информационный канал. (16+)</p> <p>18.00 Вечерние новости (с субтитрами)</p> <p>18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)</p> <p>19.45 «Поле чудес». (16+)</p> <p>21.00 «Время»</p> <p>21.45 «Голос». Новый сезон. (12+)</p> <p>23.30 «Матадор». (18+)</p> <p>00.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Нелыком шиты». (16+)</p> <p>01.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)</p> <p>02.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обман веществу». (16+)</p> <p>02.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)</p> <p>03.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Летописи конца времен». (16+)</p>	<p>05.00 Утро России</p> <p>09.00 Вести. Местное время</p> <p>09.30 Утро России</p> <p>09.55 О самом главном. (12+)</p> <p>11.00 Вести</p> <p>11.30 «60 минут». (12+)</p> <p>14.00 Вести</p> <p>14.30 Вести. Местное время</p> <p>14.55 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)</p> <p>Откровенное портретное интервью о судьбе главного героя, об интересных и малоизвестных фактах, о чувствах и эмоциях, которые переживал человек на главных поворотах своей судьбы.</p> <p>16.00 Вести</p> <p>16.30 Прямой эфир. (16+)</p> <p>17.30 «60 минут». (12+)</p> <p>20.00 Вести</p> <p>21.15 Вести. Местное время</p> <p>21.30 Ну-ка, все вместе! Хором! (12+)</p> <p>Новый уникальный сезон шоу «Ну-ка, все вместе! Хором!», в котором соревнуются друг с другом будут коллективы от четырёх человек и больше.</p> <p>23.55 Первые 100 лет. Юбилей киностудии «Мосфильм». Трансляция из Первого павильона</p> <p>02.25 «К 100-летию киностудии. «Мосфильм» на ветрах истории». (12+)</p>	<p>06.00 «Настроение»</p> <p>08.25 «ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ». (12+)</p> <p>События</p> <p>11.30 «ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ». (12+)</p> <p>11.50 «УЛЫБКА ЛИСА». (12+)</p> <p>Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: А. Варова, А. Нилов. Когда-то восемь студентов-биохимиков были друзьями. С тех пор многое изменилось, кроме привычки называть друг друга студенческими прозвищами. В студенческие годы у Татьяны, которую друзья называют Бэль, и Академика был роман.</p> <p>14.30 События</p> <p>14.50 Город новостей</p> <p>15.05 «УЛЫБКА ЛИСА». (12+)</p> <p>16.55 «Актёрские драмы. Власть денег». (16+)</p> <p>17.50 События</p> <p>18.10 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (12+)</p> <p>20.05 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)</p> <p>22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой</p> <p>23.00 «Хорошие песни». (12+)</p> <p>00.50 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (0+)</p> <p>02.20 «Петровка, 38». (16+)</p> <p>02.35 «ОБРАТНАЯ СТОРОНА ДУШИ». (16+)</p>	<p>04.50 «УГРО». (16+)</p> <p>06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)</p> <p>08.00 «Сегодня»</p> <p>08.25 «ПЁС». (16+)</p> <p>10.00 «Сегодня»</p> <p>10.35 «ПЁС». (16+)</p> <p>В квартире хирурга Горлова через дверной глазок убит известный пластический хирург Юдин. Во время расследования оперативники узнают, что хирург заводил романы с замужними пациентками. Макс предстоит узнать, кто стоял за дверью и спустил курок?</p> <p>13.00 «Сегодня»</p> <p>13.25 «Чрезвычайное происшествие»</p> <p>14.00 «Место встречи»</p> <p>16.00 «Сегодня»</p> <p>16.50 «Прошу, прости!» (16+)</p> <p>17.55 «Жди меня». (12+)</p> <p>19.00 «Сегодня»</p> <p>20.00 «ШЕФ: МУЖСКАЯ РАБОТА». (16+)</p> <p>Расторгуев встречается с сыном, напечатавшем статью о патрульном, убишем человека. Он хочет наладить с Пашей отношения, но парень не простил отца. Тогда Расторгуев рассказывает сыну о том, как все было в самом деле.</p> <p>00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)</p> <p>01.55 «Квартирный вопрос». (0+)</p> <p>02.50 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)</p> <p>03.20 «ВЕРСИЯ». (16+)</p>	<p>06.30 «Пешком...»</p> <p>07.00 Легенды мирового кино</p> <p>07.30 15.20 «Шартрский собор: история одного шедевра»</p> <p>08.25 12.45 «Забывтое ремесло»</p> <p>08.40 «Жизнь и судьба»</p> <p>09.00 «БЕЗЗАКОНИЕ». «ЭКЗАМЕН НА ЧИН». «ДРАМА В ЦИРЮЛЬНЕ»</p> <p>10.00 12.30 17.00 19.30 23.45 Новости культуры</p> <p>10.20 Шедевры старого кино</p> <p>12.00 «Роман в камне»</p> <p>13.00 23.15 «Рэгтайм, или Разорванное время»</p> <p>13.35 21.35 «ЗАСТАВА В ГОРАХ»</p> <p>16.15 «Энигма»</p> <p>17.15 Письма из провинции</p> <p>17.45 Симфонические оркестры России</p> <p>18.45 «Царская ложа»</p> <p>19.45 01.35 «Искатели»</p> <p>20.30 Линия жизни</p> <p>К юбилею Эры Зиганшиной. Отец, партийный деятель, дал ей необычное имя Эра, хотя мама долго сопротивлялась. Для обычной жизни имя неподходящее, а вот для сценической - в самый раз.</p> <p>00.00 Спектакль «Похороните меня за плинтусом». (18+)</p> <p>02.20 «Фильм, фильм, фильм». «Знакомые картинки»</p> <p>03.00 Перерыв в вещании</p>	<p>06.00 Ералаш. (16+)</p> <p>06.30 «Машинки страшилки». (0+)</p> <p>08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)</p> <p>10.05 «МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!» (16+)</p> <p>Великобритания - США, 2013 г. Биографическая драма. В ролях: Джеймс Корден, Александра Роуч. В 2007 году никому неизвестный продавец сотовых телефонов Пол Поттс решил наконец-то последовать за своей мечтой: петь на оперной сцене. Он принял участие в британском телешоу «Britain's Got Talent».</p> <p>12.10 Уральские пельмени. (16+)</p> <p>Участники шоу - смешные и смелые, забавные и непредсказуемые, всегда разные.</p> <p>14.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)</p> <p>23.00 Премьера! Детский автор России-2023. Финал. (16+)</p> <p>Конкурс песни «ДАР» - новый проект Леонида Агутина. Молодые авторы от 13 до 19 лет исполняют свои песни перед экспертным жюри. Только один из них станет победителем, но новыми звездами могут стать все!</p> <p>01.10 «МЕЧТЫ СБЫВАЮТСЯ!» (16+)</p> <p>02.55 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)</p> <p>05.10 Ералаш. (0+)</p>
 <p>05.00 «Известия». (16+)</p> <p>05.25 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)</p> <p>Россия, 2013 г. Военный. В ролях: Павел Деревянко, Павел Трубинер, Марина Коняшкина. 1947 год. В обескровленной войной стране царят голод и разруха...</p> <p>09.00 «Известия». (16+)</p> <p>09.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)</p> <p>13.00 «Известия». (16+)</p> <p>13.30 «ЧЕРНЫЕ КОШКИ». (16+)</p> <p>17.00 «Известия». (16+)</p> <p>17.30 «СЛЕД». (16+)</p> <p>23.10 «Светская хроника». (16+)</p> <p>00.10 Они потрясли мир. (16+)</p> <p>01.45 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)</p>	 <p>05.30 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-2». (16+)</p> <p>06.15 «СОЛДАТЫ». (12+)</p> <p>09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)</p> <p>09.25 21.20 «Специальный репортаж». (16+)</p> <p>09.40 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)</p> <p>11.40 13.25 15.05 «Забывтые войны России». (16+)</p> <p>17.15 «Сталинград. Ни шагу назад!» (16+)</p> <p>19.40 «Загадки века». (12+)</p> <p>20.30 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (16+)</p> <p>22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)</p> <p>23.30 Музыка+. (12+)</p> <p>00.55 «ГАРАЖ». (12+)</p> <p>02.30 «ЛИХА БЕДА НАЧАЛО». (12+)</p>	 <p>06.00 «Большая страна». (12+)</p> <p>06.50 «Коллеги». (12+)</p> <p>07.30 20.00 «Календарь». (12+)</p> <p>08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости</p> <p>08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 ОТражение</p> <p>10.10 11.05 «ЗОРГЕ». (16+)</p> <p>12.00 «Человек и судьба». (12+)</p> <p>15.10 «ПРЕМИЯ». (12+)</p> <p>16.40 «Россия XX век». (16+)</p> <p>17.00 «На приеме у главного врача». (12+)</p> <p>20.30 «Ректорат». (12+)</p> <p>21.10 22.20 «ОТПУСК В СЕНТЯБРЕ». (12+)</p> <p>23.30 «ПАРАЗИТЫ». (18+)</p> <p>01.35 «ВДОВЕЦ». (16+)</p>	 <p>06.00 06.30 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 «Утреннее вещание». (16+)</p> <p>06.45 08.45 10.45 13.45 16.40 01.50 «Доктор 24». (12+)</p> <p>11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.40 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>11.10 12.25 14.10 15.25 «Атмосфера». (0+)</p> <p>11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)</p> <p>12.15 15.35 20.15 «Это Москва. Строительство». (12+)</p> <p>12.50 15.50 18.25 04.15 «Время новых». (12+)</p> <p>13.15 16.15 19.15 22.15 «Это Москва. Туризм». (12+)</p> <p>13.30 16.30 «Сити». (12+)</p> <p>18.15 18.30 «Интервью». (12+)</p> <p>21.20 23.40 04.40 «Безопасный город». (16+)</p>	 <p>05.00 07.00 15.00 «Новости МО». (16+)</p> <p>06.00 «Вкусно 360». (12+)</p> <p>06.45 08.00 11.40 14.10 18.15 «Внимание! Еда!» (12+)</p> <p>08.20 15.10 16.10 «Невероятная наука». (12+)</p> <p>10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)</p> <p>11.00 20.00 21.10 «Новости 360». (16+)</p> <p>12.00 «Поездка со вкусом». (12+)</p> <p>12.30 13.45 «Зима в Подмосковье». (12+)</p> <p>13.15 «Атмосферная история». (12+)</p> <p>14.30 «Погода на любой вкус». (16+)</p> <p>18.30 «Город с историей». (12+)</p> <p>20.20 «Великие битвы». (16+)</p> <p>21.20 «Загадки истории». (12+)</p> <p>23.40 «Армагеддон». (12+)</p> <p>02.10 «Шестое чувство». (12+)</p>	 <p>06.00 02.10 Мой район. Энциклопедия. (12+)</p> <p>07.10 10.15 «Тайны кино». (12+)</p> <p>07.55 03.00 «Раскрывая тайны звезд». (12+)</p> <p>08.40 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+)</p> <p>10.00 17.20 19.45 «Мой район. Новости». (16+)</p> <p>11.05 20.00 «ЗОЛОТОЙ ТЕЛЁНОК». (12+)</p> <p>14.05 «24-25 НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (12+)</p> <p>15.40 «РАЗМАХ КРЫЛЬЕВ». (12+)</p> <p>17.35 «Звезды советского экрана». (12+)</p> <p>18.05 00.25 «РАССЛЕДОВАНИЕ КОМИССАРА МЕГРЕ». (16+)</p> <p>22.55 «ШАХ КОРОЛЕВЕ БРИЛЛИАНТОВ». (12+)</p>

● Сериалы ● Фильмы (0+) рекомендуется детям любого возраста (6+) не рекомендуется детям до 6 лет (12+) не рекомендуется детям до 12 лет (16+) не рекомендуется лицам моложе 16 лет (18+) не рекомендуется лицам моложе 18 лет

В ПРОГРАММЕ ВОЗМОЖНЫ ИЗМЕНЕНИЯ ПО НЕЗАВИСИМЫМ ОТ РЕДАКЦИИ ПРИЧИНАМ. Телепрограмма и фотоаппараты предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 «ВО ВЛАСТИ СТИХИИ». (16+)</p> <p>21.50 «ГЛУБОКОЕ ПОГРУЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>23.30 «СИНЯЯ БЕЗДНА». (18+)</p> <p>01.05 «СИНЯЯ БЕЗДНА-2». (18+)</p>	<p>11.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>09.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>11.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>18.00 «Комеди Клуб». (16+) В 2005 году в эфир TNT вышел первый выпуск проекта, который за годы своего существования изменил представления о юморе. Сегодня Comedy Club - это больше, чем одно из самых популярных шоу в стране.</p> <p>23.00 «Stand up». (18+) Премьера. Здесь комики шутят обо всём, что их волнует. Вечная тема отношений женщин и мужчин, проблемы самореализации или попросту что поесть на ужин - любая тема может быть смешной.</p> <p>00.00 «Галустян плюс». (16+)</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.45 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Импровизация». (16+)</p>	<p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.30 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>08.00 «Слепая». (16+)</p> <p>09.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>09.15 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>16.45 «ЗОРРО». (16+) В Чайнатауне пропала женщина, что вынудило Зорро принять меры. Все осложняется взрывом на шахте Рамирес.</p> <p>21.30 «ВОРОНЯ ЛОЩИНА». (16+)</p> <p>23.30 «ВИДОК: ОХОТНИК НА ПРИЗРАКОВ». (18+)</p> <p>01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>03.15 Мистические истории. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Невероятные истории. (16+)</p> <p>06.10 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>07.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>10.00 Утилизатор. (16+) «Утилизатор» отправляется в тур по городам России. Профессиональный борец с автохламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время навести порядок во всей стране! На запланированном маршруте Юрия Сидоренко города Золотого кольца и Поволжья: Владимир, Иваново, Ижевск, Казань, Нижний Новгород, Рязань, Самара, Тверь, Тольятти и другие.</p> <p>14.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>18.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.40 Вне закона: Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.40 Невероятные истории. (16+)</p>	<p>12.55 Новости</p> <p>06.00 «Третий тайм». (12+)</p> <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 03.55 Новости</p> <p>07.05, 16.00, 21.45, 00.30 Все на Матч!</p> <p>10.05 Небесная грация. (0+)</p> <p>10.25 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>11.25, 12.10 Профессиональный бокс. (16+)</p> <p>12.35 «Лица страны». (12+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.20, 01.00 «Формула-1. Гаснут огни». (12+)</p> <p>14.55 Прыжки в воду. Пр.тр.</p> <p>16.30 Футбол. «Ростов» - «Шабаб Аль-Ахли». Winline Зимний кубок РПЛ. Пр.тр.</p> <p>19.15 Хоккей. ЦСКА - СКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр.тр.</p> <p>22.25 Футбол. «Хайденайм» - «Боруссия» (Дортмунд). Пр.тр.</p> <p>01.30 Что по спорту? (12+)</p> <p>02.00 Баскетбол. (6+)</p> <p>04.00 Прыжки в воду. (0+)</p>	<p>14.40 «ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ». (16+)</p> <p>06.30 05.35 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.20 04.15 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.20 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 00.20 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 ПО ТОНКОМУ ЛЬДУ. (16+)</p> <p>19.00 «Я ТЕБЯ НЕ ОТПУЩУ». (16+)</p> <p>23.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.15 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.10 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.35 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>05.05 «6 кадров». (16+)</p>

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 29 ЯНВАРЯ ПО 4 ФЕВРАЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
На этой неделе у Овнов будет много энергии и желания переделать все дела. Но будьте осторожны и не перегружайте себя. Помните о необходимости баланса труда и отдыха. В общении с близкими людьми сохраняйте выдержку – не следует реагировать бурно на критику.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Звезды говорят, что в этот период у Львов появится возможность найти новых друзей и расширить круг общения. Будьте открыты для знакомств и не бойтесь выходить из зоны комфорта. Выходные проведите в спокойной обстановке со своими родными и любимыми.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Для Стрельцов откроются новые возможности. Будьте готовы адаптироваться к изменениям, которые они принесут в вашу жизнь. Помните, в сложных ситуациях и спорных вопросах – проявляйте свои лучшие качества. Будьте настойчивы.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям Звезды рекомендуют уделить внимание укреплению межличностных связей. Не забывайте выражать свою любовь и благодарность тем, кто всегда рядом, и вы получите в ответ еще больше тепла и поддержки. Отношения с близкими могут стать гармоничнее.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Неделя пройдет у Тельцов без особых препятствий, позволяя сосредоточиться на работе и достигнуть успеха в своей профессиональной деятельности. Семья будет вам поддержкой. Общение с родными людьми создаст мотивацию для дальнейших достижений.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Дев ожидает благоприятная неделя, наполненная позитивом и активностью. Это удачное время для новых начинаний: запишитесь на языковые или танцевальные курсы, попробуйте приготовить новое блюдо, общайтесь с новыми людьми. Уделяйте больше внимания близким.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Звезды располагают Близнецов к налаживанию связей, разрешению сложных ситуаций. Ваша дипломатичность и умение сглаживать острые углы сейчас на пике. Семейная жизнь будет наполнена теплом и любовью, если вы найдете достаточно времени для общения с близкими.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
У Весов удачный период для развития творческого потенциала или начала нового проекта. Не бойтесь попробовать что-то новое и интересное, вы можете открыть для себя много увлекательного. Ваши отношения с близкими станут еще более доверительными.

РАК (22.06 – 22.07)
Целеустремленность Раков может принести им немалые успехи. Проявляйте активность, инициативность, и звезды улыбнутся вам. Стоит экономно расходовать запас сил, чтобы энергии хватало на все. Некоторые люди могут оказывать вам неожиданные знаки внимания.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионам стоит опасаться семейных неурядиц. Старайтесь не провоцировать конфликты с близкими и не давать невыполнимых обещаний. Оставьте прошлое позади и сфокусируйтесь на настоящем. Излишняя эмоциональность может сделать вас близоруким.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козерогам стоит посвятить время планированию. Напишите свою цель и определитесь с поэтапными действиями для ее достижения. Наведение порядка дома и в душе поможет вам упорядочить свои мысли. В общении с близкими и коллегами будьте внимательней.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Возможны некоторые перемены на работе. Отнеситесь к этому философски. Даже если изменения поначалу придется вам не по душе, не спорьте. Возможно, вы еще не видите всех плюсов. В общении с близкими живите только настоящим, не припоминайте старые обиды.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 29 ЯНВАРЯ ПО 4 ФЕВРАЛЯ

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!



Мочеполовая система мужчины и женщины всегда находится под ударом. Особенно часто проблемы возникают с возрастом, когда защитные свойства организма ослабевают, нарушается гормональный баланс, ухудшается регенерация тканей.

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

Обратиться за консультацией можно по телефонам **8 (800) 600-57-56 8 (495) 136-59-66**

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

- недержание мочи;
- аденома предстательной железы;
- простатит, цистит, уретрит;
- мочекаменная болезнь;
- слабость мышц стенок мочевого пузыря.

Нужно вовремя принять меры и заранее позаботиться о своем здоровье. Не медлите и обратитесь за помощью к специалисту. Не отказывайте себе в здоровой, сексуально активной жизни в любом возрасте.

УРОСТИМОЛ — поможет отрегулировать функции репродуктивной, мочевыделительной, эндокринной, сердечно-сосудистой и нервной систем, поддержит иммунитет.

Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.00 «ЗВЕЗДЫ И СОЛДАТЫ». (16+)
07.10 «ДВА КАПИТАНА». (12+)

TV1000 VIJU TV1000
06.55 «АРТУР И МИНИПУТЫ». (12+)
09.10 «АРТУР И МЕСТЬ УРДА-ЛАКА». (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ
05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
06.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО
06.45 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
00.30 «ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (18+)
02.10 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.55 «ЭТО НЕ НАВСЕГДА». (12+)
08.30 «КРЫМСКИЙ МОСТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.00 «ДЖУНГЛИ». (6+)
03.05 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.25 «ЧОКУНТЫЕ». (18+)
02.40 «ОДИНОКАЯ ЖЕНЩИНА ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ». (6+)

РУССКИЙ РОМАН
06.55 «СЕЗОН ЛЮБВИ». (12+)
10.45 «РУСАЛКА». (12+)

CINEMA
07.05 «НЯНЬКИ». (16+)
08.45 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

red .RED
06.00, 06.20, 06.45, 09.15, 09.40, 18.20, 18.45

РЕТРО
06.45 «ДЕРЕВЬЯ НА АСФАЛЬТЕ». (12+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-3». (12+)

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TB 21
07.00 «САМАЯ КРАСИВАЯ ЖЕНА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
06.00, 10.00, 13.00, 16.00, 18.30 Новости

ПОБЕДА
05.35 «Путь к Победе». (16+)
06.35 «А ЗОРИ ЗДЕСЬ ТИХИЕ...». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)

Ю
05.30, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
04.25, 18.50 Пешком в историю. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY
06.15 Нулевая мировая. (16+)

ДОКТОР
06.00, 12.50, 18.10, 00.05 О самом главном. Правда и мифы об авокадо. (12+)

Усадьба УСАДЬБА
06.55, 07.05, 12.00, 16.25, 19.15 Огород круглый год. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.00, 12.35, 16.10, 00.20 Ледовые тропы рыбака. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

СПОРТ

МАТЧІ СТРАНА
06.00 Смешанные единоборства. АСА. Томаш Дэк против Магомед Бибулатова. Трансляция из Грозного. (16+)
07.35 «28 дней спустя». Специальный репортаж. (12+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 «Спортивный интерес». (12+)
08.25 «Возвращение легенды». Специальный репортаж. (12+)
08.45, 12.40, 15.10, 22.20 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
09.05, 19.20, 03.30 «Ручная работа». (12+)
09.30, 03.00 «Большой хоккей». (12+)
10.05, 11.05, 12.00 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Трансляция из Саратова. (0+)
13.05, 23.55 Баскетбол. Фонтбет Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. «Динамо» (Курск) - УГМК (Екатеринбург). (6+)

14.50 «Исчезающие виды». Специальный репортаж. (12+)
15.25, 21.50 Страна смотрит спорт. (12+)
16.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) - «Пари Нижний Новгород». (6+)
17.50 Театрализованное гимнастическое шоу «Лебединое озеро». Трансляция из Нижнего Новгорода. (6+)
19.50 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Женщины. Вышка. Трансляция из Саратова. (0+)
20.55 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Мужчины. Синхронные прыжки. Трамплин 3 м. Трансляция из Саратова. (0+)
22.40 «Есть тема!» (16+)
01.40 «Что по спорту. Екатеринбург». (12+)
02.05 Битва роботов. Трансляция из Москвы. (12+)
03.55 Бильярд. «BetBoom Суперлига». 1/2 финала. Трансляция из Москвы. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
Начни свой день музыкально и танцевально: бодрая рубрика и клипы, свежие новости и аппетитные хиты!
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
08.15 Топ чарт. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Топ-30. Народный хит. (16+)
11.30 10 самых! (16+)
12.00 Top15 Like FM. (16+)

13.00 Кто следующий? (16+)
14.00 Плейлист. Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Новое Радио чарт. (16+)
17.00 Консервы. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.30 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле-2022. Лучшее. (16+)
21.20 Танцпол. (16+)
23.30 DFM - Dance chart. (16+)
00.30 Танцпол. (16+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ
06.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
07.00, 18.30 «Лунтик». (0+)
07.30 «Волшебная кухня». (0+)
08.00, 13.35, 19.00 «Барбоскины». (0+)
08.25, 21.10 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Цветняшки». (0+)
09.20 «Кошечки-собачки». (0+)
10.00, 15.15, 18.00, 22.30 «Фиксики». (0+)
10.30 «Ник-изобретатель». (0+)
11.00 «Ми-Ми-Мишки». «Мини-Мишки». (0+)
11.55 «Деревяшки. Детские песни». (0+)
13.00 «Сказочный патруль». (0+)
15.00 «Мотофайтеры». (6+)
15.35 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
17.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
17.15 «Простоквашино». (0+)
19.25 «Мини-Мишки». (0+)
20.00 МУЛЬТпреьера! «Мини-мишки», «Кошечки-собачки», «Героички», «Чик-Чирикино», «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
20.40 Сказка на ночь. (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.00, 18.00 «Гормити». (6+)
06.35, 12.35, 18.35 «Петроникс». (6+)
07.00, 13.00, 19.00 «Консуни». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.40, 13.30, 19.40 «Тру и Радужное королевство». (6+)
08.20, 15.50, 20.20 «Тара Дункан». (6+)
08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
08.55, 16.25, 20.55 «Металлоны». (6+)
09.30, 17.00, 21.30 «Команда Флоры». (6+)
09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)
10.00, 17.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». (0+)
10.30, 22.30 «Кошечки. Похититель невест». (6+)
11.40, 23.40 «Енотки». (0+)
14.10 «Чуч-Мяуч». (0+)
14.20 «Буба. Моё любимое чудушко». (6+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

КАРУСЕЛЬ

05.00, 11.00, 17.00, 23.00 «Чик-чирик English». (0+)
05.05, 07.00, 11.05, 13.00, 17.05, 19.00, 23.05, 01.00 О! Музыка! (0+)
05.15, 11.15, 17.15, 23.15 «Поезд динозавров». (0+)
Приключения семейки динозавров, путешествующих во времени на удивительном поезде динозавров.
06.15 «Тикабо». (0+)
06.55, 12.55, 18.55, 00.55 «Жужжалка». (0+)
07.10, 13.10, 19.10, 01.10 «Тима и Тома». (0+)
08.10 «Команда Флоры». (0+)
09.35, 21.35 «ТриО!» (0+)
09.50, 15.50, 21.50, 03.50 «Три кота». (0+)
12.15 «ДиноСити». (0+)
14.10 «Супер МЯУ». (0+)
15.35, 03.35 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
18.15 «Дракошья». (0+)
20.10 «Турбозавры». (0+)
00.15 «Ася и Вася». (0+)
02.10 «Смешарики». (0+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Буба». (0+)
06.50 «Готовим с Бубой». (0+)
Непоседливый Буба придумал новое развлечение, теперь он шеф-повар.
07.00 «Бодо Бородо». (0+)
09.00 «Мартышкины». (0+)
10.30 «Монсики». (0+)
11.00 «Царевны». (0+)
12.25 «Смешарики». (0+)
14.00 «Три кота». (0+)
16.00 «Простоквашино». (0+)
18.00 «Бодо Бородо». (0+)
19.30 «Готовим с Бубой». (0+)
20.50 «Буба». (0+)
21.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)
22.55 «Как львенок и черепаха пели песню». (0+)
23.05 «Крокодил Гена». (0+)
23.25 «Буба». (0+)
01.00 «Простоквашино» (с сурдопереводом). (0+)
02.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (0+)
06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Дело Пастыря. (0+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (0+)
13.05, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
14.00, 15.55 «СТАЛИНГРАД». 1-2 серии. (0+)
18.00 Вечер на СПАСЕ (с сурдопереводом). (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)

21.00 Следы империи с Аркадием Мамонтовым. (12+)
22.40 Глобус православия. (12+)
23.35 «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 12 серия. (16+)
Сериал. Россия, 2010 г.
00.30 Дело Пастыря. (0+)
01.30 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Отрада и Утешение». Икона Божией Матери «Неувядаемый Цвет». (0+)
Каждый выпуск документального цикла «Лики Богородицы» - это путешествие вглубь истории появления определенной иконы Божией Матери.
02.00, 02.30, 03.00, 03.30 Поле битвы. (16+)
04.00 Русский мир. (12+)

Православный календарь

2 февраля
Седмица 35-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Прп. Евфимия Великого.



Мчч. Инны, Пинны и Риммы. Мчч. Васса, Евсевия, Евтихий и Василида. Прп. Лаврентия затворника Печерского. Прп. Евфимия схимника Печерского. Прп. Евфимия Сянжемского, Вологодского. Прп. Евфимия исп. (Груз.). Сщмч. Павла пресвитера.

Постный день. Разрешается рыба.
«О всем мы должны благодарить Господа и предавать себя Его воле; должны также представлять Ему все свои мысли, слова и деяния и стараться, чтобы все служило только к Его благоугождению».
Прп. Серафим Саровский

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Более 450 лет назад, в XVI веке, на Руси случилось важное и значимое событие – началась замена рукописей печатными книгами. Наша викторина посвящена истории книгопечатания и нашего алфавита.

ПЕРВАЯ ПЕЧАТНАЯ КНИГА

1 Весной 1563 года недалеко от Московского Кремля, в районе улицы Никольской, начала работать первая типография Ивана Фёдорова. Какой правитель России, осознавая необходимость российского книгопечатания, распорядился создать в Москве первый печатный двор?
а) Иоанн Грозный. б) Фёдор Иоаннович. в) Борис Годунов.

3 Первый алфавит был создан на основе греческого, поэтому использовались некоторые буквы для звуков, которых в языке не было. В «Азбуке» Ивана Фёдорова было 45 букв, и первая – буква А (Аз). Когда подразумевают, что человек в чём-то хорошо разбирается, то говорят, что он знает тему от а до я. А как звучало это выражение в те времена?
а) От Альфы до Омegi. б) От Аза до Фиты. в) От Аза до Ижицы.

2 Руководить печатным двором был поставлен Иван Фёдоров. Именно он ввёл правила для печати, которые использовались авторами на протяжении столетий. Какие творческие находки Фёдорова в области структурирования печатных текстов стали практически нормой?
а) Раздельное написание слов. б) Выровненный, как по линейке, правый край текста. в) Написание начала текста и каждого абзаца с отступа.

4 В XVI веке буквы использовались и для обозначения цифр. Чтобы отличить цифры от текста, ставили надстрочный знак – титло простое и после точку. В двузначных и многозначных числах титло ставилось на второй букве от конца. От Аз до Фиты шли цифры от 1 до 9, от И – десятки, от Рцы – сотни. Тысячи записывались теми же буквами, как и единицы, десятки и сотни, но с добавлением перед буквой специального символа. Поэтому переход на арабские цифры стал спасением не только для счетоводов, но и для просто изучающих счёт. А кто ввёл в русский алфавит арабские цифры?
а) Борис Годунов. б) Пётр I. в) Екатерина I.

5 Известно, что Иван Фёдоров со своим помощником Петром Мстиславцем свою первую книгу в Московской типографии печатали около года. Её выход в свет стал знаковым событием. Как называлась первая книга, напечатанная в типографии Фёдорова?
а) «Апостол». б) «Азбука». в) «Часослов».

6 К сожалению, точной даты рождения Ивана Фёдорова пока не установили. Историки предполагают, что он родился между 1510 и 1530 годами. Нет сведений и о роде Фёдорова. Но точно известно, что даже проживая на чужбине, в личные письма к своему имени Иван Фёдоров добавлял именно это слово, указывавшее на его отечество. Назовите это слово.
а) Русич. б) Москвитин. в) Псковитянин.

7 Реформы Петра Великого коснулись и нашего алфавита. Известно, что специальными своими указами Пётр I отменил в азбуке буквы Кси, Пси, Фиту и ряд других. Позже часть букв была восстановлена или заменена. Интересная судьба у буквы Й. Этот знак сначала был отменён Петром I, но позже, спустя годы, был возвращён книгоиздателями. А отдельной буквой Й стала лишь в прошлом веке. Назовите, в каком году знак Й был возвращён в гражданскую печать после отмены?
а) 1735. б) 1835. в) 1935.

8 Одна из книг, напечатанная Иваном Фёдоровым, предназначалась для обучения грамоте, и этой книгой была первая печатная «Азбука». В ней было несколько десятков листов. Первые страницы знакомили детей с буквами, затем шли упражнения для тренировки чтения слогов и тексты для закрепления пройденного материала. На последних страницах книги были поучения не только для детей, но и...
а) Для их родителей. б) Для их учителей. в) Для их соседей.

1-а. Иоанн Грозный. 2-а, б, в. Раздельное написание слов (до Ивана Фёдорова весь текст писался без пробелов сплошной строкой); выровненный, как по линейке, правый край текста; написание начала текста и каждого абзаца с отступа и выделение первой буквы красным цветом, откуда пошло определение «красной строки». 3-в. В XVI выражение звучало как «От Аза до Ижицы». 4-б. Пётр I ввел привычные нам арабские цифры. 5-а. Первой печатной книгой Ивана Фёдорова и Петра Мстиславца стал «Апостол», изданный по тем временам очень большим тиражом – около тысячи экземпляров. 6-б. Москвитин. 7-а. Знак Й отсутствовал совсем недолго. Он был возвращён в гражданскую печать в 1735 году. 8-а. Для родителей.

 ПЕРВЫЙ


15.10 «ЭКИПАЖ». (12+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 Премьера. «Наше всё». (12+)
 11.05 «ПроУют». (0+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 «Поехали!». (12+)
 13.10 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (12+)
 15.10 «ЭКИПАЖ». (12+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Премьера. «Я люблю мою страну». (0+)
 19.20 Премьера. «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым. (16+)
 20.05 Премьера. «Кто хочет стать миллионером?». (12+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Сегодня вечером». (16+)
 23.00 «Закрытый показ» с Александром Гордонном. Юрий Борисов, Павел Деревянко в фильме «Подельники». (16+)
 02.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Триггеры». (16+)
 02.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Кот Шрёдингера». (16+)
 03.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)

 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
 09.00 «Страна советов». (16+)
 09.30 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3». (16+)
 20.25 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
 Информационно-аналитическая программа, один из рейтинговых проектов канала. Флагман информационного вещания Пятого. Это обзор ГЛАВНЫХ событий в стране и мире, анализ причин и последствий важных современных процессов.
 01.05 «Светская хроника». (16+)
 02.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

 РОССИЯ 1 РОССИЯ


09.00 «Формула еды». (12+)

- 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
 11.50 «В кругу друзей»
 12.50 «Доктор Мясников». (12+)
 14.00 Вести
 14.50 «Веселья час». (16+)
 17.00 Вести
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
 21.00 «ЧУЖОЙ РЕБЁНОК». (16+)
 Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Лянка Грыу, Дмитрий Мазуров. Татьяна Баратова с мужем Михаилом работают на одной фирме. Она - юристом, он - инженером. Но после десяти лет счастливого брака Татьяна узнаёт, что у её недотёпы-мужа есть вторая семья и маленький ребёнок Славик. Эта новость становится для неё настоящим шоком.
 00.40 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
 Левия Матвея приводят к Пилату, и Левий узнаёт, что его план убийства Иуды сорвался - тот уже убит.
 02.35 «ДЕРЕВЕНСКАЯ ИСТОРИЯ». (12+)

 ЗВЕЗДА

- 05.05 «КОРОЛЬ ДРОЗДОБОРОД». (6+)
 06.10 «ЦАРЕВИЧ ПРОША». (6+)
 08.00 13.00 19.00 Новости дня. (16+)
 08.15 «Морской бой». (6+)
 09.15 02.55 «ТРЕМБИТА». (12+)
 11.10 «Легенды музыки». (12+)
 11.40 «СССР. Знак качества» с Иваном Охлобыстиным». (12+)
 12.30 «Не факт!» (12+)
 13.15 «Легенды кино». (12+)
 14.00 «Главный день». (16+)
 14.50 «Время героев». (16+)
 15.10 19.25 «Освобождение». (12+)
 01.30 «ДВА ФЕДОРА». (12+)
 04.25 «ЛИХА БЕДА НАЧАЛО». (12+)

 ТВЦ


21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым.

- 05.55 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)
 07.25 «Православная энциклопедия». (6+)
 07.50 «ЛЮБОВЬ ПО-ЯПОНСКИ». (12+)
 09.45 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)
 11.30 События
 11.50 «Смешите меня семейно». (16+)
 12.55 «СКОЛЬКО ЖИВЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)
 14.30 События
 14.50 «СКОЛЬКО ЖИВЁТ ЛЮБОВЬ». (16+)
 17.20 «ШРАМ». (12+)
 Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: Анна Тараторкина, Александр Пашков. Провинциалка Аня живёт с чувством вины долгие годы. 14 лет назад она была няней двухлетнего малыша. В один из дней на её глазах происходит преступление: маленького мальчика похищают прямо из дома.
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
 22.05 «Право знать!» (16+)
 23.20 События
 23.30 «Тайная комната. Барак Обама». (16+)
 00.10 «Дикие деньги». (16+)
 00.55 Специальный репортаж. (16+)
 01.20 «Хватит слухов!» (16+)
 01.45 Прощание. (16+)
 04.30 «Актёрские драмы. Власть денег». (16+)
 05.10 «10 самых...» (16+)

 ОТР

- 06.00 «САМЫЙ МЕДЛЕННЫЙ ПОЕЗД». (12+)
 07.20 17.00 «Искусство анимации». (12+)
 08.05 13.40 «Большая страна»
 09.00 14.30 «Календарь». (12+)
 09.30 Всё по-взрослому
 10.15 «Отчий дом». (12+)
 10.30 «ЗОРРО». (12+)
 12.25 15.00 19.00 Новости
 12.30 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)
 15.05 «Люди Арктики». (12+)
 15.20 «Великие шедевры строительства». (12+)
 16.30 «Человек и судьба». (12+)
 17.40 «БЕЗ ОСОБОГО РИСКА». (12+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 «Игра в классики». (12+)
 20.25 «УТОМЛЁННЫЕ СОЛНЦЕМ». (16+)
 22.45 «ВЕЛИКАЯ АФРОДИТА». (16+)

 НТВ


21.20 «Секрет на миллион». (16+)

- 04.50 «УГРО». (16+)
 06.20 «Жди меня». (12+)
 07.20 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
 Пророчество Ванги. И тайна гибели Марины Голуб!
 15.00 «Своя игра». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.20 «Секрет на миллион». (16+)
 Героем нового выпуска станет ведущий НТВ, актёр Тимур Еремеев.
 23.25 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
 00.10 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
 00.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 02.15 «Дачный ответ». (0+)
 03.05 «ВЕРСИЯ». (16+)

 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.15 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
 10.25 18.15 «Москва сегодня». (16+)
 13.15 16.15 «Сити». (12+)
 13.30 «Сити. Едим». (12+)
 14.15 15.25 00.15 «Деньги 24. Итоги». (12+)
 14.35 23.45 «Техно». (12+)
 16.30 «Специальный репортаж». (12+)
 17.30 23.15 «Время новых. Шоу». (12+)
 19.30 01.15 03.20 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
 20.30 05.30 Познавательный фильм. (12+)
 21.25 «Откройте, Давид». (16+)
 22.25 «Сортировочная». (12+)

 РОССИЯ К

 РОССИЯ К Культура


14.55 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 «Волк и семеро козлят». «Лиса и заяц»
 07.30 07.50 08.10 08.30 08.50 09.10 «ПОРУС»
 09.30 «Мы - грамотеи!»
 10.10 «Дом ученых»
 10.40 00.05 «ЖЕЛЕЗНЫЕ ИГРЫ»
 11.50 «Александр Пороховщиков»
 12.30 Истории города N с Пьером Бурелем
 13.10 Черные дыры. Белые пятна
 13.55 01.15 «Сказочный мир дикой природы Шотландии»
 14.55 «Рассказы из русской истории»
 16.00 «Оптимисты»
 Герой фильма, Сергей Лебедев оказался самым неизвестным генеральным конструктором из целой плеяды блестящих советских ученых, таких как Сергей Королев, Андрей Туполев, Павел Сухой, Сергей Ильюшин.
 16.45 Церемония награждения победителей IX Всероссийской премии «За верность науке»
 18.45 «Острова»
 19.30 Новости культуры
 19.45 «У НАС ЕСТЬ ПАПА!»
 21.30 «Рассекреченная история»
 22.00 «Агора»
 23.05 Клуб «Шаболовка, 37»
 02.10 «Искатели»
 03.00 Перерыв в вещании

 360°

- ПОДМОСКОВЬЕ
 05.00 «Вкусно 360». (12+)
 06.40 «Самое вкусное». (12+)
 07.10 «Вкусно, как в кино»
 07.40 09.00 «Внимание! Еда!»
 08.00 «Будни». (16+)
 09.25 «Погода на любой вкус»
 09.55 «Погода 360». (6+)
 10.05 «Поездка со вкусом»
 10.35 «Суперферма». (12+)
 11.00 «#маршрут построен»
 11.30 «Музей на диване». (12+)
 12.00 19.00 20.00 «Новости 360». (16+)
 12.30 «Спорт с Марусей». (16+)
 13.00 «Невероятная наука»
 16.00 «АС Купарев». (16+)
 16.25 «Ур - украинский проект». (16+)
 18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 19.05 «Великие битвы». (16+)
 20.30 «Росгвардия». (16+)
 20.40 «Армагеддон». (12+)
 23.10 «Загадки истории». (12+)

 СТС


13.20 «БАМБЛБИ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 08.30 Просто кухня. (12+)
 09.00 Премьера! Просто кухня. (12+)
 10.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
 11.35 «ДЕТИ ШПИОНОВ-4. АРМАГЕДДОН». (12+)
 13.20 «БАМБЛБИ». (12+)
 Китай - США, 2018 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Хейли Стайнфелд, Хорхе Лендеборг-мл. На планете Кибертрон идёт война между двумя расами трансформеров - Десептиконами и Автоботами.
 15.40 «ТАКСИ». (12+)
 17.25 «ТАКСИ-2». (12+)
 19.15 «ТАКСИ-3». (12+)
 Франция, 2003 г. Комедийный боевик. В ролях: Сами Насери, Фредерик Дифенталь. Банда Санта-Клаусов терроризирует Марсель в канун Рождества. Комиссар полиции уже задумал провести крупномасштабную операцию под кодовым названием «Снеговик».
 21.00 «ТАКСИ-4». (16+)
 22.45 «КОРОЛЬ НЕБА». (12+)
 01.20 «ШПИОН, КОТОРОГО НЕ БЫЛО». (16+)
 03.15 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
 04.50 «6 кадров». (16+)
 05.10 Ералаш. (6+)
 06.00 07.15 12.45 16.20 Мой район. (12+)
 07.30 «Тайны кино». (12+)
 08.20 «Тайны души». (12+)
 08.45 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (12+)
 10.25 «УЛИЦА МОЛОДОСТИ». (12+)
 11.55 03.05 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
 13.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (12+)
 16.35 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (12+)
 18.10 «МУЖЧИНА В ДОМЕ». (16+)
 19.35 «ВА-БАНК». (12+)
 21.15 «ВА-БАНК-2, ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+)
 22.50 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.15 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>20.00 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ». (16+) США - Великобритания, 2014 г. Фантастический боевик. В ролях: Дилан О'Брайен, Томас Сэнгстер, Кая Скоделарио, Уилл Поултер, Ки Хон Ли.</p> <p>22.05 «БЕГУЩИЙ В ЛАБИРИНТЕ: ЛЕКАРСТВО ОТ СМЕРТИ». (16+)</p> <p>01.00 «ОТЕЛЬ «АРТЕМИДА». (18+)</p>	<p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)</p> <p>10.30 «Битва экстрасенсов». (16+) Марафон лучших выпусков программы. На глазах телезрителей 258 экстрасенсов пройдут испытания, которые помогут выявить самых достойных. Именно они стали участниками 14-й «Битвы». В этом сезоне постоянные скептики братья Сафроновы объявляют почти открытую войну экстрасенсам. А это значит, что будет жарко!</p> <p>18.00 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)</p> <p>21.00 «Конфетка». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «ОТСТУПНИКИ». (16+)</p> <p>02.20 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.50 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.30 «Импровизация». (16+)</p>	<p>17.00 «ЗОРРО». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)</p> <p>10.00 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)</p> <p>13.00 «ЭЛЛИОТ И ВОЛШЕБНЫЙ АМУЛЕТ». (12+)</p> <p>15.00 «ВОРОНЫЯ ЛОЩИНА». (16+)</p> <p>17.00 «ЗОРРО». (16+)</p> <p>19.00 «И ГРЯНУЛ ГРОМ». (16+) США, 2005 г. Ужасы. В ролях: Эдвард Бёрнс, Катрин МакКормак. Путешествия во времени с некоторых пор стали не просто реальностью, но даже получили популярность.</p> <p>21.00 «ЛОВУШКА ВРЕМЕНИ». (16+)</p> <p>23.00 «ОКУЛУС». (18+)</p> <p>01.00 «СВОБОДНОЕ ПАДЕНИЕ». (18+)</p> <p>02.15 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>03.45 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>12.00 КВН ярче. (16+) Собрание лучших выступлений клуба веселых и находчивых в 21 веке, с самыми популярными звездами шоу.</p> <p>19.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для че. Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Почему с потолков падают коты, а чайки едят слабительное? Как сделать из двери доску для серфинга и заблажать настоящий куринный рэп? Самые смешные версии происходящего - у Макса «+100500» и его верного друга - леопардового ковра.</p> <p>00.00 КВН ярче. (16+)</p> <p>02.45 Утилизатор. (16+)</p>	<p>13.15 «Дуэль. Финал». (12+)</p> <p>06.00 Бокс. Пр.тр.</p> <p>08.00, 08.30, 13.10 Новости</p> <p>08.05, 17.00, 19.30, 22.00, 01.00 Все на Матч!</p> <p>08.35 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Спринт. Пр.тр.</p> <p>13.15 «Дуэль. Финал». (12+)</p> <p>14.35 Лёгкая атлетика. Международные соревнования «Русская зима». Пр.тр.</p> <p>17.25 Футбол. «Бавария» - «Боруссия» (Мёнхен-Гладбах). Чемпионат Германии. Пр.тр.</p> <p>19.55 Футбол. «Фрозиноне» - «Милан». Чемпионат Италии. Пр.тр.</p> <p>22.30 Профессиональный бокс. В. Шумков - С. Орта. IBA Champions Night. Пр.тр.</p> <p>01.45 Прыжки в воду. VetBoom Кубок России. Пр.тр. (0+)</p> <p>03.00 Смешанные единоборства. UFC. Пр.тр.</p>	<p>19.00 «ДОБРОТА». (16+)</p> <p>06.25 «ПРИДУМАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)</p> <p>10.25 Уютное утро. (16+)</p> <p>10.55 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Даниил Страхов, Александр Гришин. Со стороны жизнь начальника пограничного отряда Алексея Стрельцова кажется идеальной: подполковник служит в тихом курортном городке...</p> <p>19.00 «ДОБРОТА». (16+) Турция, 2022-2023 гг. Мелодрама. В ролях: Хатидже Шендиль, Исмаил Демирджи, Сера Куллубей. Мурат и Неслихан в полной мере олицетворяют семейное счастье и успешный бизнес.</p> <p>22.40 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+)</p> <p>02.10 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p> <p>03.40 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)</p>

ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различные - разные. Одно слово уже вписано в сетку.

По горизонтали: Колба. Трактор. Чайник. Саундтрек. Нота. Палас. Стол. Стюард. Чад. Роза. Саржа. Ались. Динозавр. Белек. Литавра.

По вертикали: Ареал. Скандал. Контрабас. Опак. Бензобак. Октаэдр. Чех. Эстрада. Ползунки. Стужа. Дайвер. Аллея. Эстет. Узда.

6	8	1	К	1	2	9	7	6	
4	5	6	1	4	2	5	16	10	2
10	6	3	Н	17	6	20	3	13	1
8	6	14	3	11	4	5	10	1	12
9	11	5	Р	21	3	2	4	6	
18	16	6	9	6	8	8	7	18	
8	4	2	9	7	8	4	23	6	5
4	9	17	6	11	14	1	5		
5	2	12	6	8	6	5	19	6	18
6	14	14	20	6	9	10	8	22	
11	13	3	2	12	6	15	5	9	4
6	1	11	10	7	10	9	10	1	
9	13	4	6	15	5	6	24	4	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24		

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология • Лечение зубов во сне

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА

ТОЛЬКО ДО 20.02.2024!!! **34 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Винир Е.мах.....**12800 р.**
- Съемный протез (отечественный) под ключ.....**14000 10900 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*

25% на лечение
11% на протезирование
10% на хирургию и имплантацию
5% на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

При высоком качестве — низкие цены!
Звоните, приходите и убедитесь!

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

*АКЦИЯ ДО 20.02.2024. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01 (ЭТА-СТОМ)

ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО41-01137-77/00362997 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.05 «А ЕСЛИ ЭТО ЛЮБОВЬ?» (12+)
07.50 «ДРУГ МОЙ, КОЛЫКА!» (12+)
09.25 «ДОБРОЕ УТРО» (12+)

Дом Кино
06.30 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
07.50 «Три богатыря и Шамаханская царица». Мультфильм. (12+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.30 «ПАЗАРИТЫ». (18+)
03.35 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.50 «СЕСТРИЧКА БЕТТИ». (16+)
03.30 «МЕДОВЫЙ МЕСЯЦ В ЛАС-ВЕГАСЕ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
06.50 «НЕЗАБУДКИ». (12+)
09.50 «ИСКУПЛЕНИЕ». (12+)
13.25 «ЧУЖАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

red .RED
06.00 «РАСКАЗЫ РУСАЛОЧКИ». (16+)
07.30 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.55 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «СЕЛЬСКАЯ УЧИТЕЛЬНИЦА». (16+)
05.15 Мультфильмы. (6+)

ПЯТНИЦА
05.00 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
04.05 Монологи императоров. (16+)
04.45 Элемент познания. (12+)

ДОКТОР
06.00, 22.45 Генетический код. (12+)
06.55, 13.25, 21.45, 04.15 Основной элемент. Страх. (16+)

Усадьба
06.05, 06.30, 20.30, 21.00 История одной культуры. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.05, 09.35, 13.10, 16.55, 21.00, 00.30
03.35 Оружейные дома мира. (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Уралмаш» (Екатеринбург) – «Пари Нижний Новгород». (6+)
 - 07.50, 10.00, 13.00, 14.55 Новости
 - 07.55 «Золото страны». Специальный репортаж. (12+)
 - 08.15 «Страна спортивная. Русская игра с мячом». Специальный репортаж. (12+)
 - 08.30 «Пережить Олимпиаду». Специальный репортаж. (12+)
 - 08.50, 14.35, 19.25 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
 - 09.10, 17.05, 22.20 «Небесная грация». (0+)
 - 09.30, 03.25 Страна смотрит спорт. (12+)
 - 10.05, 11.10, 20.15, 21.35 Прыжки в воду. BetBoom Кубок России. Трансляция из Саратова. (0+)
 - 12.05 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
 - 12.30 «Вид сверху». (12+)
 - 13.05 «Жизнь - подарок!» Документальный фильм. (12+)
 - 13.55 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)
 - 15.00 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Спринт. Трансляция из Тюмени. (0+)
 - 17.25 Волейбол. Чемпионат России. Риги Суперлига. Мужчины. «Зенит-Казань» – «Белогорье» (Белгород). Прямая трансляция (12+)
 - 19.45 «Большой хоккей». (12+)
 - 22.40 Лёгкая атлетика. Международные соревнования «Русская зима». Трансляция из Москвы. (6+)
 - 00.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Руна» (Москва) - Локomotив-Кубань» (Краснодар). (6+)
 - 02.40 «Ни слова о биатлоне». Специальный репортаж. (12+)
 - 03.00 «Жизнь после спорта». (12+)
 - 03.55 Бильярд. «BetBoom Суперлига». 1/2 финала. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Золотая лихорадка. (16+)
 - 06.30 PRO-новости. (16+)
 - 06.50 Плейлист. Зима. (16+)
 - 08.40 PRO-новости. (16+)
 - 09.00 У-Дачный чарт. (16+)
 - 10.00 Моя волна. (16+)
 - 11.00 Русский чарт. (16+)
 - 12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
 - 12.30 Top-30. Народный хит. (16+)
 - 15.00 10 самых! (16+)
Горячий, яркий и актуальный топ-10!
 - 15.30 Хит-Сториз. Премьер-министр «Два бриллианта». (16+)
 - 16.00 Бабкино счастье. Судьба Надежды. (16+)
 - 16.30 Правда о Шамане: феномен Дронова. (16+)
 - 17.00 Битва поколений. Zivert vs Ева Польна. (16+)
 - 18.30 Первоклассный Муз-3ОН-2023. Лучшее. (16+)
 - 21.00 Танцпол. (16+)
 - 23.00 DFM - Dance chart. (16+)
 - 00.00 Танцпол. (16+)
 - 02.00 Карaoke хит. (16+)
 - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 - 08.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 11.00 «Ну, погоди! Каникулы. Необитаемый остров, Редкий цветок». (6+)
 - 12.00 «Кошечки-собачки. Милые песни. Все потом». (0+)
 - 12.05 «Чик-Чиркино. Комик Чик». (0+)
 - 14.25 МУЛЬТсприз. (0+)
 - 19.00 МУЛЬТпреьера! «Маша и Медведь: Принцесса и чудовище, Много шума и ничего, И снова фокусы!», «Маша и Медведь. Анимашки: За стеклом, Укрощение строптивой, Соревнование», «Кошечки-собачки. Милые песни. Все потом», «Чик-Чиркино. Комик Чик». (0+)
 - 19.45, 22.00, 02.00 «Простоквашино». (0+)
Дядя Федор продолжает жить в Простоквашино со своими друзьями. Теперь компания главных героев стала больше. Шарик, Матроскин, Хватайка, Печкин и родители Федора на месте. К ним прибавилась няня Маргарита Егоровна, младшая сестра Федора - Вера Павловна и её зверёк Тама-Тама.
- О!**
- 05.00 «Пожарный Сэм». (0+)
 - 06.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05 «ДиноСити». (0+)
 - 08.00 «Смешарики». (0+)
 - 09.40 «Еда на ура!» (0+)
 - 10.00, 00.40 О! Кино! «Три богатыря на дальних берегах». (0+)
 - 11.10, 16.05, 01.45 О! Музыка! (0+)
 - 12.00 «Царевны». (0+)
 - 15.00 О! Кино! «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (0+)
Не перевелись еще богатыри на земле русской! И один из них - доблестный воин Добрыня Никитич, состоящий на службе у князя Киевского. Казалось бы, кому, как не Добрыне Никитичу, должен поручить князь непростую задачу - спасти свою племянницу из лап похитившего ее Змея Горыныча? Но не отпускает князь Добрыню на поиски Забавы...
 - 17.00 «Турбозавры». (0+)
 - 20.10 «Мир за минутку». (0+)
 - 20.20 «Пожарный Сэм». (0+)
 - 02.40 «Три кота». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птицы. «Жила-была царевна», «Дракошия». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.35 «Тима и Тома». (0+)
 - 09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
Сегодня на кухне - повар-акробатка Вера! Почему вода должна быть ледяной, а масло тёплым, где продают настоящих роботов, и почему грустит рак-отшельник? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное!»
 - 09.25 «Моркии Доркии». (0+)
 - 09.50 «Три кота». (0+)
 - 11.00 «Семья на ура!» (0+)
 - 11.30 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 13.15 «Винни-Пух». (0+)
 - 13.30 «Винни-Пух идёт в гости». (0+)
 - 13.40 «Винни-Пух и день забот». (0+)
 - 14.00 «Вовка в Тридевятом царстве». (0+)
 - 14.20 «Шмяк. Волшебная лавка Есенина». (0+)
 - 16.00 «Чик-Чиркино». (0+)
 - 17.30 «Союз зверей: Спасение двоюродных». (0+)
Комедийный мультфильм для всей семьи о противостоянии городских питомцев и роботов. Действие разворачивается в современном городе Робосити, где за порядок и комфорт людей и зверей отвечают роботы. Здесь обитают домашние питомцы, совершенно избалованные и не приспособленные к самостоятельной жизни. Бездомный пёс Роджер осуждает такое поведение сородичей. Но когда над их городом нависает опасность из-за восстановления техники, всем питомцам придётся объединиться в союз зверей, чтобы дать бой взбесившимся роботам!
 - 19.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 19.50 «Мини-Мишки». (0+)
 - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 21.20 «Ум и Хрум». (0+)
 - 22.30 «Снежная королева-2: Перезаморозка». (6+)
 - 23.00 «Флип Чеинджер». (6+)
 - 23.15 «Смешарики». (0+)
 - 00.40 «Ералаш». (6+)
 - 01.40 «Фиксики». (0+)
 - 03.00 «Четверо в кубе». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 07.15, 15.15, 23.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
- 08.30, 16.30, 00.30 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (12+)
- 09.45, 17.45, 01.45 «Снежная королева». (0+)
В стремлении сотворить Новый мир - холодный и практичный, где четкость линий призвана заменить эмоции, а северный ветер должен остудить людские души, Снежная Королева избавляется от всех представителей творческих профессий. Маленькой Герде, отправившейся в путешествие, чтобы спасти своего брата Кая, предстоит столкнуться с этим холодным миром.
- 11.05, 19.05, 03.05 «Снежная королева-2: Перезаморозка». (0+)
- 12.30, 20.30, 04.30 «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00 «Буба». (0+)
- 07.00 «Бодо Бородо». (0+)
- 09.30 Читаем вместе. (6+)
Слушайте сказки и смотрите любимые мультики в программе «Читаем вместе!»
- 09.45 «Буба». (0+)
- 11.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
- 12.05, 02.45 «Три кота». (0+)
- 14.00 «Шаранавты. Герои космоса». (0+)
- 14.30 «Простоквашино». (0+)
- 16.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 18.05 «Бодо Бородо». (0+)
- 19.30 «Буба». (0+)
- 21.05 «Готовим с Бубой». (0+)
- 21.30 «Крутики». (0+)
- 22.35 «Снежная королева-2: Перезаморозка». (0+)
- 23.55 «Готовим с Бубой». (0+)
- 00.45 «Буба». (0+)
- 01.00 «Простоквашино» (с сурдопереводами). (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
 - 05.30 «КАВАЛЕР ЗОЛОТОЙ ЗВЕЗДЫ». (12+)
 - 07.45, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
 - 08.55 Простые чудеса. (12+)
 - 09.55, 10.30 Пилигрим. По пути святого семейства. (6+)
 - 11.00 Святни России. (6+)
 - 12.05 Глобус православия. (12+)
 - 13.00, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 13.55 В поисках Бога. (6+)
 - 14.30, 03.30 Профессор Осипов. (0+)
 - 15.00 Русский мир. (12+)
 - 16.05 «СТАЛИНГРАД». 1 серия. (0+)
 - 18.00 Простые чудеса. (12+)
 - 19.00 Лики Богородицы. Икона Божией Матери «Отрада и Утешение». Икона Божией Матери «Неувядаемый Цвет». (0+)
 - 19.35 День Ангела. Преподобный Максим Грек. (0+)
 - 20.05 «СТАЛИНГРАД». 2 серия. (0+)
 - 22.00 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
 - 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
 - 00.00 Спас-стрим. (16+)
 - 01.25 День Патриарха. (0+)
 - 01.35 Русский мир. (12+)
 - 02.35 Простые чудеса. (12+)
 - 04.00 Елизавета. (0+)

Православный календарь

3 февраля
Седмица 35-я по Пятидесятнице. Глас 1.
Прп. Максима Грека.



Прп. Максима исп. Мч. Неофита. Мчч. Евгения, Кандида, Валерия и Акилы. Мц. Агнии девы. Мчч. Анастасия, Сщмч. Илии пресвитера. Киторской и именуемой «Отрада», или «Утешение», Вагопедских икон Божией Матери.

Поста нет.

«...Усердие в благодарности увеличивает милость Благодетеля к приемлющим благотворения с добрым чувством».

Св. Григорий Нисский

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

- 29 января** Восход: 8 ч. 27 м. Заход: 16 ч. 57 м. Долгота дня: 8 ч. 30 мин. Убывающая Луна в знаке Девы
- 30 января** Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 16 ч. 59 м. Долгота дня: 8 ч. 34 мин. Убывающая Луна в знаке Весов
- 31 января** Восход: 8 ч. 23 м. Заход: 17 ч. 01 м. Долгота дня: 8 ч. 38 мин. Убывающая Луна в знаке Весов
- 1 февраля** Восход: 8 ч. 21 м. Заход: 17 ч. 04 м. Долгота дня: 8 ч. 43 мин. Убывающая Луна в знаке Скорпиона
- 2 февраля** Восход: 8 ч. 20 м. Заход: 17 ч. 06 м. Долгота дня: 8 ч. 46 мин. Убывающая Луна в знаке Скорпиона
- 3 февраля** Восход: 8 ч. 18 м. Заход: 17 ч. 08 м. Долгота дня: 8 ч. 50 мин. Убывающая Луна в знаке Скорпиона
- 4 февраля** Восход: 8 ч. 16 м. Заход: 17 ч. 10 м. Долгота дня: 8 ч. 54 мин. Убывающая Луна в знаке Стрельца

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 29 ЯНВАРЯ ПО 4 ФЕВРАЛЯ

- ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ**
- 29 ЯНВАРЯ**
В 1616 году В. Схаутен открыл мыс Горн (крайнюю южную точку архипелага Огненная Земля).
В 1908 году в Санкт-Петербурге был учрежден первый российский аэроклуб.
30 ЯНВАРЯ
В 1790 году впервые в мире была испробована на море спасательная шлюпка.
В 1930 году в СССР был запущен в свободный полет первый в мире радиозонд.
31 ЯНВАРЯ
В 1714 году по приказу Петра I был создан «Государев Кабинет» – Кунсткамера (сегодня – Музей антропологии и этнографии Российской академии наук).
- 1 ФЕВРАЛЯ**
В 1929 году состоялась мировая премьера первого киномузыкала – «Бродвейская мелодия».
- 2 ФЕВРАЛЯ**
В 1701 году Петром I издан указ, положивший начало Балтийскому флоту.
- 3 ФЕВРАЛЯ**
В 1565 году Иван Грозный учредил опричнину.
В 1966 году советская станция «Луна-9» впервые в мире осуществила мягкую посадку на Луну.
- 4 ФЕВРАЛЯ**
В 1722 году Пётр I своим указом утвердил «Табель о рангах».
В 1931 году в Курске начала работу первая ветроэлектростанция.
В 1944 году Освальд Эйвери и его сотрудники доказали, что носителем наследственной информации является ДНК.
- ИМЕНИННИКИ**
- НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ**
- 29 ЯНВАРЯ.** Иоанн, Максим, Пётр.
30 ЯНВАРЯ. Антоний, Виктор.
31 ЯНВАРЯ. Александр, Владимир, Кирилл, Мария, Михаил, Сергей.
1 ФЕВРАЛЯ. Арсений, Макарий, Николай, Феодор.
2 ФЕВРАЛЯ. Инна, Павел, Римма.
3 ФЕВРАЛЯ. Агния, Анна, Евгений, Илия, Валерия, Максим.
4 ФЕВРАЛЯ. Георгий, Тимофей.
- ПРАЗДНИКИ**
- НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ**
- 29 ЯНВАРЯ** ■ День первооткрывателя в России
30 ЯНВАРЯ ■ День Деда Мороза и Снегурочки
31 ЯНВАРЯ ■ Международный день ювелира
1 ФЕВРАЛЯ ■ День работника лифтового хозяйства ■ Международный день десерта
2 ФЕВРАЛЯ ■ День воинской славы – День разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (1943 г.) ■ День ездовых собак ■ День Ы
3 ФЕВРАЛЯ ■ Всемирный день борьбы с ненормативной лексикой
■ Международный день нежности
4 ФЕВРАЛЯ ■ Международный день человеческого братства

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

- Тимофеевский мороз ползимы с собой унёс**
- 29 января** считалось днем Петра-полукурма. Если в этот день курица стоит на одной ноге, то ждали морозов.
Про **30 января**, день Антона-перезимника и Антонины-половины, в народе говорили: «Пришла Антонина – зиме половина». Но теплой погоде в этот день верить не стоило: «Хитер Антон со всех сторон», «Перезимник обнадежит, обтеплит, а потом обманет – все морозом стянет».
На Афанасия-ломоноса, **31 января**, часто наступали самые сильные морозы: «Пришел Афанасий-ломонос – береги щеки и нос».
- 1 февраля**, на Макара-весноуказчика, по погоде судили о весне: ясный день предвещал скорую весну.
- 2 февраля**, в Ефимов день, наблюдали за погодой в полдень: яркое солнце указывало на холодное лето.
Ясная заря **3 февраля**, в день Максима-утешителя, предвещала скорое наступление морозов.
Про **4 февраля**, день Тимофея-полузимики, говорили: «Тимофеевский мороз ползимы с собой унес» – в этот день ожидали вьюги и метели. На Тимофея было принято смотреть на оконные стекла: если они запотевают – скоро потеплеет.
- Два приятеля.**
– Ты знаешь народные приметы?
– Одну знаю. Точную. Жена вышла из дома – к затратам!
-

ТЕЛЕК

Газета «ТЕЛЕК пресса.ру».
Газета зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций Свидетельство ПИ № ФС 77 – 77734 от 29.01.2020 г. Издается с февраля 2012 года

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор Вавилов А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4., e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

Главный редактор БАКЛАНОВ О.С. Тел. 8-495-580-95-77
Зам. главного редактора ЯШКОВА А.А.
Региональный редактор ЖУЧКОВА С.С.
Бильд-редактор ТЮТЧЕВА Л.В.
Заместитель генерального директора по дистрибуции ЗАВЬЯЛОВА О.А. Тел. 8-495-937-95-77, доб. 220, e-mail: distrib@kardos.ru
Отдел подписки: Тел. (495) 937-95-77, доб. 237, e-mail: distrib@kardos.ru

Заместитель генерального директора по рекламе и PR ДАНДЫКИНА А.Л.
Ведущий менеджер по работе с рекламными агентствами ЖУЙКО О.В.
Телефон: +7 (495) 937-95-77, доб. 273
Ведущий дизайнер: НЕМЫКИН Н.Н.
Телефон департамента рекламы: +7 (495)-792-47-73, e-mail: reklama@kardos.ru

Газета печатается в городах: Москва, Санкт-Петербург, Воронеж

04 (625). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 23.01.2024 г., фактическое: 01.00 час. 23.01.2024 г. Дата производства: 23.01.2024 г. Дата выхода в свет 24.01.2024 г. Тираж 746 100.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 203. Выходит во всех областях ЦФО.
Общий тираж 859 450. Сайт газеты telek.kardos.media
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 п.л. Рекомендованная розничная цена 34 рубля.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО Сервис ТВ.

1 ПЕРВЫЙ



14.00 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)

- 06.00 Новости
- 06.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.40 «Часовой». (12+)
- 08.10 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
- 09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Жизнь своих». (12+)
- 11.05 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 14.00 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (12+)
- 16.00 «Мосфильм». Рождение легенды». К 100-летию киностудии. (12+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.00 «Лучше всех!» Новый сезон. (0+)
- 21.00 «Время»
- 23.00 «КОНТЕЙНЕР». НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
- 00.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Баден-Баден». (16+)
- 01.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
- 02.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
- 03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Хоккей не футбол». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 07.15 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 09.15 «БАТАЛЬОН». (16+)
Россия, 2018 г. Военный. В ролях: Максим Шеголев, Дмитрий Ульянов, Александр Бухаров, Михаил Бабичев. Действие фильма разворачивается в 1999 году, когда Югославия находилась на пике распада. Война, голод, разруха и мародёрство.
- 13.25 «ЛЕНИНГРАД, 46». (16+)
- 00.25 «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
- 02.30 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)
- 04.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым

- 06.10 «СЮРПРИЗ ДЛЯ ЛЮБИМОГО». (12+)
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 12.00 Большие перемены
- 13.00 «БЕЗ ЛЮБВИ». (12+)
Россия, 2019 г. Мелодрама. В ролях: Екатерина Панасюк, Родион Галюченко. Анна Данилова - дочь богатого бизнесмена, дерзкая и взбалмошная девица. Узнав, что её отец собрался жениться на молодой красавице Рите и предать память матери, она в отместку решает выйти замуж за первого встречного. За миллион рублей и штамп в паспорте она предлагает своему скромному водителю Никите устроить фиктивный брак.
- 17.00 Вести
- 17.50 «Песни от всей души». (12+)
В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом собираются его новые герои.
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «СЮРПРИЗ ДЛЯ ЛЮБИМОГО». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.35 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (12+)
- 07.10 «КОНТРУДАР». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка»
- 10.40 «Легенды армии». (12+)
- 11.30 «Моторы и колеса»
- 12.20 «Война миров». (16+)
- 13.10 «Код доступа». (12+)
- 14.00 «Скрытые угрозы». (16+)
- 14.50 «Секретные материалы». (16+)
- 15.40 «Загадки века». (12+)
- 16.30 «Улика из прошлого». (16+)
- 17.20 «Спецрепортаж». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 20.00 «Легенды советского сыска». (16+)
- 22.35 «Москва - фронту». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45 «АЛЛЕГРО С ОГНЕМ». (12+)

ТВЦ ТВЦ



11.30 События.

- 05.40 «КОЛЬЦО ИЗ АМСТЕРДАМА». (12+)
- 07.00 «ЗАБЫТОЕ ПРЕСТУПЛЕНИЕ». (12+)
- 08.45 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.15 «СВОДНЫЕ СЁСТРЫ». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «Наша смешная жизнь». (16+)
- 12.35 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (0+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Дорогие товарищи. Хлопковое дело». (16+)
- 15.55 «Русские тайны. Создать сверхчеловека». (16+)
- 16.40 «Приговор». (16+)
- 17.35 «ЛЮБОВЬ ВНЕ КОНКУРСА». (12+)
Россия, 2016 г. Мелодрама. В ролях: К. Князева, И. Шакунов. Нина привыкла не доверять мужчинам и посвятила жизнь карьере. Будучи талантливым архитектором, она работает день и ночь ради победы в конкурсе.
- 21.10 «СЖИГАЯ ЗА СОБОЙ МОСТЫ». (12+)
- 00.10 События
- 00.25 «Петровка, 38». (16+)
- 00.35 «ПЕРСОНАЛЬНЫЙ АНГЕЛ». (12+)
- 03.30 «ЛЮБОВЬ ПО-ЯПОНСКИ». (12+)
- 05.00 «Закон и порядок». (16+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «ОКРАИНА». (12+)
- 07.40 17.00 «Искусство анимации». (12+)
- 08.05 13.40 «Большая страна»
- 09.00 14.30 «Календарь». (12+)
- 09.30 Всё по-взрослому
- 10.15 «На приеме у главного врача». (12+)
- 11.10 «Моя история». (12+)
- 11.55 Кино на все времена
- 13.25 «Конструкторы будущего». (12+)
- 15.05 «Северный морской путь». (12+)
- 15.30 «Чайковский в джазе». (12+)
- 16.30 «Свет и тени». (16+)
- 17.50 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)
- 19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
- 19.45 «ДЕВУШКА И СМЕРТЬ». (16+)
- 21.45 «ГАМЛЕТ». (12+)
- 23.55 «Россия XX век». (16+)

НТВ НТВ



19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой

- 04.50 «УГРО». (16+)
- 06.30 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 12.00 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- 14.05 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Человек в праве» с Андреем Куницыным. (16+)
- 17.00 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.20 «ЦЕРБЕР». (16+)
Сюжет сериала развивается зимой 1826 года в Санкт-Петербурге на фоне знаменитого восстания декабристов. После подавления выступления на Сенатской площади следственная комиссия начинает поиск участников восстания. Некоторые из них попадают в тюрьму из-за доносов. Неожиданно в Петербурге происходит серия жестоких убийств.
- 00.25 «Звезды сошлись». (16+)
- 02.00 «ВЕРСИЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 «Новости». (16+)
- 12.45 17.35 «Техно». (12+)
- 13.15 16.15 «Сити». (12+)
- 13.30 16.30 Познавательный фильм. (12+)
- 14.30 04.15 «Время новых. Шоу». (12+)
- 15.25 21.25 «Москва сегодня». (16+)
- 17.15 «Деньги 24. Итоги». (12+)
- 18.15 23.30 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
- 19.30 22.25 03.20 «Специальный репортаж». (12+)
- 20.30 «Сити. Едим». (12+)
- 00.15 «Сортировочная». (12+)
- 01.15 «Откройте, Давид». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



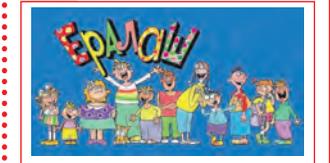
18.25 «Романтика романса»

- 06.30 «Мультфильмы»
- 08.05 08.25 08.45 «ПОРУС»
- 09.05 Тайны старого чердака
- 09.35 01.00 Диалоги о животных
- 10.15 «Его назвали Гением»
- 10.55 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО»
- 12.20 Истории города N с Пьером Бурелем
- 13.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 13.30 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.10 «Элементы» с Ольгой Теминой»
- 14.40 Больше, чем любовь Екатерина Максимова и Владимир Васильев. «Фрагменты общей биографии».
- 15.20 Фильм-балет «Анюта»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 00.20 «Невидимые пришельцы»
- 18.25 «Романтика романса»
- 19.30 Новости культуры
- 19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.25 «Мосфильм» на ветрах истории». К 100-летию Киностудии «Мосфильм»
- 22.50 «ПОЕЗД ИДЕТ НА ВОСТОК»
- 01.40 «Искатели»
- 02.25 «Шпионские страсти». «И смех и грех»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 01.30 «Будни». (16+)
- 06.00 07.20 «Вкусно 360». (12+)
- 06.50 «Вкусно, как в кино». (12+)
- 08.10 «Самое вкусное». (12+)
- 08.40 «Внимание! Еда!» (12+)
- 09.25 «Погода на любой вкус». (16+)
- 09.55 13.00 «Погода 360». (6+)
- 10.05 «Поездка со вкусом». (12+)
- 10.35 «Суперферма». (12+)
- 11.00 «#маршрут построен». (12+)
- 11.30 «Музей на диване». (12+)
- 12.00 19.00 20.00 «Новости 360». (16+)
- 12.30 «Спорт с Марусей». (16+)
- 13.05 «Невероятная наука»
- 18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 19.05 «Великие битвы». (16+)
- 20.30 «Армагеддон». (12+)
- 23.00 «Загадки истории». (12+)

СТС СТС



06.00 Ералаш. (6+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
- 07.00 «Отель «У овечек». (0+)
- 07.30 Уральские умельцы. (16+)
- 08.35 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 09.55 «ЧУДАК». (12+)
- 11.45 «ТАКСИ». (12+)
- 13.35 «ТАКСИ-2». (12+)
- 15.20 «ТАКСИ-3». (12+)
Франция, 2003 г. Комедийный боевик. В ролях: Сами Насери, Фредерик Дифенталь. Банда Санта-Клаусов терроризирует Марсель...
- 17.00 «ТАКСИ-4». (16+)
- 18.50 «Неисправимый Рон». (6+)
- 21.00 **ВПЕРВЫЕ НА СТС. «МИСТЕР НОКАУТ».** (12+)
Россия, 2022 г. Биографическая драма. В ролях: Виктор Хориняк, Сергей Безруков. Судьба легендарного советского боксера Валерия Попенченко, чемпиона СССР, Европы и победителя Олимпийских игр 1964 года в Токио. Его детство, служба курсантом-пограничником, первые успехи и неудачи...
- 23.25 **ВПЕРВЫЕ НА СТС. «НАЧАТЬ СНАЧАЛА».** (12+)
- 01.40 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (12+)
- 03.30 «ВЫЖИТЬ ПОСЛЕ». (16+)
- 05.05 «6 кадров». (16+)
- 05.10 Ералаш. (0+)
- 06.10 08.05 12.45 16.40 Мой район. (12+)
- 08.20 «Звезды советского экрана». (12+)
- 08.50 «ШУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)
- 10.30 «ТРЕВОЖНОЕ ВОСКРЕСЕНЬЕ». (12+)
- 11.55 03.25 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
- 13.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА». (12+)
- 16.55 «ВСАДНИК БЕЗ ГОЛОВЫ». (12+)
- 18.35 «СВАДЬБА». (12+)
- 19.40 «УЛИЦА МОЛОДОСТИ». (12+)
- 21.10 «ЧЕЛОВЕК РОДИЛСЯ». (12+)
- 22.45 «МУЖЧИНА В ДОМЕ»
- 00.10 «ВА-БАНК». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	19.00 «Выжить в Самарканде». (16+)	13.45 «БРАТАНЫ». (16+)	20.00 «+100500». (16+)	19.55 Футбол.	19.00 «ДОБРОТА». (16+)	
05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты 2023». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.00 География спорта. (12+)	06.30 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)	06.30 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «Однажды в России». (16+)	07.45 Секреты здоровья. (16+)	09.10 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	06.30 Магия большого спорта. (12+)	06.50 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+)	06.50 «НЕ ОТРЕКАЮТСЯ ЛЮБЯ». (16+)
08.30 12.30 «Новости». (16+)	11.30 «Битва экстрасенсов». (16+)	08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)	Подборка самых смешных сюжетов. Новые выпуски любимой программы.	07.00, 08.30, 03.55 Новости	Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Олеся Власова, Дима Сарансков. Милена после развода совершенно не готова к новым отношениям, однако судьба распорядится иначе.	Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Олеся Власова, Дима Сарансков. Милена после развода совершенно не готова к новым отношениям, однако судьба распорядится иначе.
09.00 «Самая народная программа». (16+)	Участникам предстоит определить, какие пагубные зависимости у трех человек, сидящих перед ними. А также помочь матери найти пятилетнего сына...	08.45 «Мультфильмы». (0+)	10.30 «ГОСТИ ИЗ ПРОШЛОГО». (16+)	07.05, 13.30, 15.55, 19.30, 22.00, 00.45 Все на Матч!	08.35 «Команда МАТЧ». (0+)	08.35 «Команда МАТЧ». (0+)
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	17.30 «Экстрасенсы. Реванш». (16+)	10.00 «ЗОРРО». (16+)	Россия, 2020 г. Комедийный сериал. В ролях: Юрий Стоянов, Михаил Трухин, Алексей Макаров, Евгений Михеев, Анна Невская, Евгений Егоров, Анастасия Акатова, Людмила Артемьева. 1982 год. Профессор Матвей Пиотровский и его внук Паша запускают машину времени. В результате их квартира делится надвое, и одна из половин переносится в 2020 год, где живут ничего не подозревающие Сергей с женой Светой...	08.40, 10.00 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Пр.тр.	08.40, 10.00 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Пр.тр.	08.40, 10.00 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Пр.тр.
10.30 «Наука и техника». (16+)	Новое шоу с участием экстрасенсов, которые когда-то вылетели из легендарной «Битвы».	12.00 «СВОРА». (16+)	20.00 «+100500». (16+)	11.25 «ТРИУМФ». (12+)	11.25 «ТРИУМФ». (12+)	11.25 «ТРИУМФ». (12+)
11.30 «Неизвестная история». (16+)	19.00 «Выжить в Самарканде». (16+)	13.45 «БРАТАНЫ». (16+)	20.00 КВН ярче. (16+)	13.55 Баскетбол. ЦСКА - УНИКС (Казань). Единая лига ВТБ. Пр.тр.	10.40 Пять ужинов. (16+)	10.40 Пять ужинов. (16+)
13.00 «КЛОН». (16+)	21.00 «Лига городов». (16+)	Макар приходит к выводу, что Мила - тот человек из окружения Царя, который помог ему и Сереге сбежать из плена. Узнав с помощью Алекса, ставшего личным телохранителем Царя, адрес женщины, он едет к ней.	03.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	16.25 Футбол. «Сантос» - «Шанхай Шеньхуа» (Китай). Кубок равноправия. Пр.тр.	10.55 «ПРО ВЕРУ». (16+)	10.55 «ПРО ВЕРУ». (16+)
14.50 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)	23.00 «Шоу Воли». (16+)	22.00 Вы поёте великолепно. (16+)	03.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	18.30 Смешанные единоборства. UFC. (16+)	19.00 «ДОБРОТА». (16+)	19.00 «ДОБРОТА». (16+)
16.40 «СУРРОГАТЫ». (16+)	00.00 «Конфетка». (16+)	23.30 «РЕКА ПАМЯТИ». (16+)	03.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	19.55 Футбол. «Аталанта» - «Лацио». Пр.тр.	22.40 «ПРИДУМАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)	22.40 «ПРИДУМАННОЕ СЧАСТЬЕ». (16+)
18.25 «ШЕСТОЙ ДЕНЬ». (16+)	01.20 «Импровизация. Команды». (16+)	01.30 «ОКУЛУС». (18+)	03.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	22.40 Футбол. «Интер» - «Ювентус». Пр.тр.	02.25 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)	02.25 «КУРОРТ ЦВЕТА ХАКИ». (16+)
США, 2000 г. Фантастический боевик. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Майкл Рапапорт, Тони Голдуин, Майкл Рукер, Роберт Дювалл, Сара Уинтер, Уэнди Крюсон.	03.10 «Студия «Союз». (16+)	03.00 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)	03.30 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	01.30 Прыжки в воду. (0+)	05.40 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)	05.40 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)
20.50 «Я, РОБОТ». (12+)	04.50 «Импровизация». (16+)	04.30 «Далеко и еще дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)		03.00 «Вы это видели». (12+)		
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)				04.00 Баскетбол. (6+)		

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

После обеда Петрович с опергруппой выехал на вызов, поступивший из находящегося на самом краю района ломбарда.

— Что там? — спросил он дежурного на выходе из отделения.

— Ограбление, — ответил тот.

— Средь бела дня? — удивился Петрович.

— Да там прям страсти какие-то: угроза оружием, чуть не стрельба.

— Ого! Пострадавших хоть нет?

— Да вроде нет.

— Ну, спасибо и на этом, — Петрович натянул шапку и отправился к служебной машине.

Их встретил участковый, переминавшийся с ноги на ногу возле дверей. Пока группа осматривалась в ломбарде, он отвел Петро-

Подозрительное дело

вича в сторону и рассказал о заведении кое-что, возможно, относящееся к делу. В частности, что доходы ломбарда за последнее время сильно упали и хозяин значительно урезал работникам зарплату. Что охраны в ломбарде нет, только сигнализация, которую включают на ночь и в выходные. Что хозяин — вообще очень подозрительный тип.

Чем же он такой подозрительный? — спросил Петрович

— Ну, как вам сказать... Подозрительный, и все. Не местный он. Живет в другом конце города, а ломбард здесь открыл. За-чем?

— И это все? — удивился Петрович.

— Все, — ответил участковый. — Но подозрительно же!

— Ну да, ну да, — Петрович усмехнулся в усы и похлопал участкового по плечу. — Ладно, про неместных потом поговорим, а сейчас — к делу.

Помещение ломбарда было небольшим, но густо уставленным витринами и витринками с самыми разнообразными вещами. Тут были и модные гаджеты, и всевозможная техника, и ювелирные изделия, и даже немного анти-



квариата. На стене висели два ЖК-телевизора. Возле прилавка на раскладном стульчике сидел, держась за затылок, молодой человек в белой рубашке и черном галстуке. Лицо его было несчастно, галстук — распущен и сдвинут набок.

Петрович обратился к нему и предложил рассказать, что произошло.

Пришел мужчина, очень солидный, попросил показать ему все украшения с бриллиантами, что есть у нас в продаже, — с готовностью отозвался молодой человек. — Я выложил их на прилавок. Там немного было, но все очень ценное: кольцо, браслет и серьги. Правда, в кольцо не хватало пары камушков, но зато серьги были антикварные, очень дорогие. Ну вот, я, значит, выложил это все, а он стал их рассматривать. Даже лупу попросил. У нас часто просят лупу, чтобы рассмотреть, например, клеймо или...

— Понятно, дальше, — нетерпеливо прервал его Петрович.

Да, простите. Дал я ему лупу, он стал рассматривать ювелирку. На колье едва взглянул, браслет очень внимательно осмотрел, а серьги так вообще только что на зуб не попробовал. Тут я немного отвлекся: телефон зазвонил, и я вынул его из кармана, чтобы сбросить вызов. Нам, знаете ли, в присутствии клиентов по телефону нельзя. Вызов сбросил, глаза поднимаю, а на меня пистолет наставлен. Ну, то есть мужчина этот вытащил пистолет, пока я на телефон отвлекся, и мне прям в лицо его. Так страшно стало! А он сгреб всю ювелирку в кулак, ударил меня пистолетом по затылку, и я потерял сознание. Очнулся — ни клиента, ни ювелирки. Ну, я сразу вам звонить...



Ответ на загадку в № 3: у сотрудников компании собрали обувь: осколки елочной игрушки, разбитой в кабинете директора, могли оказаться только на подошвах вора.

— Это все? — уточнил Петрович.

— Все, — молодой человек кивнул, поморщился от боли и снова схватился за затылок.

Ну что ж, тогда вам придется проехать с нами. А по дороге — подумать о явке с повинной. Явка с повинной облегчает наказание, я вам со всей ответственностью говорю. Также хорошо бы вам сдать своего поделника. Если, конечно, не хотите один отвечать за кражу в особо крупном размере.

— Как же так, Николай Петрович? — остановил майора на выходе участковый. — Этот продавец, он без нареканий совсем, все тихо было. Вы бы лучше хозяина ломбарда проверили!

— С хозяином пусть трудовая инспекция разбирается, — ответил Петрович. — А наше дело — и такие вот кражи расследовать. Даже если подозреваемый в прошлом совсем без нареканий.

Виктория АНДРЕЕВА

Почему Петрович не поверил в версию работника ломбарда?

Ответ читайте в следующем номере.

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Зенит-Казань» - «Белогорье» (Белгород). (6+)
 - 07.50, 10.00, 13.05, 15.50 Новости
 - 07.55 «Светлана Журова. Бег к победе». Документальный фильм. (12+)
 - 08.40 «Спорт. Истоки». Специальный репортаж. (12+)
 - 09.00, 03.00 «Магия большого спорта». (12+)
 - 09.25 «Долгожители». Специальный репортаж. (12+)
 - 09.40, 20.25 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
 - 10.05, 11.25, 20.45, 21.55 Прятки в воду. BetBoom Кубок России. (0+)
 - 12.10 «Лица страны. Александр Смышляев». (12+)
 - 12.25 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Женщины. (0+)
 - 13.10 Лыжные гонки. Альфа-Банк Кубок России. Масс-старт. Мужчины. (0+)
 - 13.55 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Чеховские медведи» (Россия) - «Машека» (Белоруссия). Прямая трансляция
 - 15.30 «Небесная грация». (0+)
 - 15.55 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Динамо - Ак Барс» (Казань) - «Локомотив» (Калининградская область). Прямая трансляция
 - 17.55, 23.20 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
 - 18.25 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Мужчины. «Динамо» (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
 - 23.50 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - УНИКС (Казань). (6+)
 - 01.40 Гандбол. Чемпионат России. OЛIMПBET Суперлига. Женщины. (6+)
 - 03.25 «Спортивный интерес». (12+)
 - 03.55 Бильярд. «BetBoom Суперлига». Финал. Трансляция из Москвы. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Караокинг. (16+)
 - 07.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
 - 07.35 У-Дачный чарт. (16+)
 - 08.35 Teen чарт. (16+)
 - 09.00 Плейлист. Зима. (16+)
 - 09.30 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
 - 10.30 Лига свежих клипов. (16+)
 - 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
 - 12.00 МузРаскрутка. (16+)
 - 12.30 Хит-Сториз. Премьер-министр «Два бриллианта». (16+)
 - 13.00 Плейлист. Зима. (16+)
 - 14.00 Моя волна. (16+)
 - 15.00 10 самых! (16+)
 - 15.30 Бабкино счастье. Судьба Надежды. (16+)
 - 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
 - 17.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
 - 19.00 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле-2022. Лучшее. (16+)
 - 22.00 Плейлист. Зима. (16+)
 - 23.15 Муз'итив. (16+)
 - 01.00 Лайкер. (16+)
 - 03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

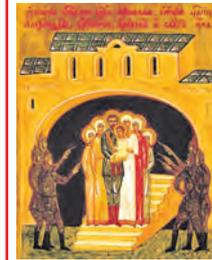
- МУЛЬТ**
- 06.00, 09.00, 13.00, 17.00, 21.00, 01.00 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 08.00, 12.00, 16.00, 20.00, 00.00, 05.00 «Мини-Мишки». (0+)
 - Малыши Кеша, Тучка, Лисичка, крот Валя, еноты-близнецы Саня и Соня, а также цыпленок Цыпа живут в маленьком игрушечном городке, где все выглядит нарядным и веселым. Каждый день они выходят из своих домиков и увлеченно играют на детской площадке, где постоянно попадают в различные сложные ситуации: то Лисичка боится спуститься с горки, то Кеша решает поменять свой собственный хвост, то Валя стесняется своего неумения танцевать. Проблемы, кажущиеся взрослым незначительными, для наших героев очень важны, и они отважно справляются с ними. Увлечательный анимационный спин-офф сериала «Ми-ми-мишки» ответит на большие вопросы вашего маленького ребенка.
 - 11.00 «Умка». (0+)
- О!**
- 05.00 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
 - 06.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05 «Улетная доставка». (0+)
 - 08.00 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 - 09.40 «Что в тарелке?» (0+)
 - «Героем» каждого выпуска программы станет всего один продукт: вместе с опытным поваром ребята узнают, как этот продукт появился, какие у него особенности и секреты, что важно о нем знать, чем он полезен и с чем сочетается? И, конечно, какие блюда из него можно приготовить.
 - 10.00, 00.40 О! Кино! «Три богатыря. Ход конём». (6+)
 - 11.10, 16.15, 01.50 О! Музыка! (0+)
 - 12.00 «Три кота». (0+)
 - 15.00 О! Кино! «Алеша Попович и Тугарин змей». (12+)
 - 17.00 «Отель у овец». (0+)
 - 20.10 «Мир за минутку». (0+)
 - 20.20 «Доктор Панда». (0+)
 - 02.40 «Царевны». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птицы. «Снежная Королева: Хранители Чудес», «Лутики». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.35 «Три кота». (0+)
 - 09.00 «Еда на ура! Как в сказке». (0+)
 - 09.25 «Морики Дорики». (0+)
 - 09.50 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 11.00 «Студия красоты». (0+)
 - 11.20 «Ум и Хрум». (0+)
 - 12.30 «Джастин и рыцари доблести». (0+)
 - Приключенческий мультфильм о настоящих рыцарях и смелости. Королевский сын Джастин мечтает стать рыцарем, но отец видит его в роли придворного чиновника. В поисках приключений романтический юноша сбегает из дома. В своих странствиях он знакомится с красивой Талией, которая поддерживает его мечту, и встречает мудрых наставников, готовых обучить Джастина рыцарскому мастерству.
 - 14.00 Час «Союзмультфильма». (0+)
 - 15.00 «Царевны и Таинственная гостья». (0+)
 - Новые волшебные приключения царевен в школе Дивногорье! В школе собираются праздновать Всеволодский день. По такому случаю царевны наряжаются в костюмы животных. Но прямо накануне праздника на школу нападает девочка-оборотница Марфуша, давно мечтающая поступить на обучение и обиженная из-за того, что на ее письма никто не отвечал. Она внезапно превращает Кошечку в ворона, а царевен - в зверей, костюмы которых они надели. А вместе с этим у девочек пропадают их волшебные способности.
 - 15.30 «Царевны». (0+)
 - 17.00 «Геройчики». (0+)
 - 19.45 «Два хвоста». (6+)
 - 21.00 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 21.20 «Простоквашино». (0+)
 - 22.30 «Мотофайтеры». (6+)
 - 23.00 «Флип Чейнджер». (6+)
 - 23.15 «Смешарики». (0+)
 - 00.40 «Ералаш». (6+)
 - 01.40 «Фиксики». (0+)
 - 03.00 «Машины сказки». (0+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 14.00, 22.00 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
 - 07.20, 15.20, 23.20 «Три богатыря на дальних берегах». (12+)
 - 08.35, 16.35, 00.35 «Три богатыря: Ход конём». (12+)
 - 09.55, 17.55, 01.55 «Три богатыря и Морской царь». (12+)
 - У богатырей семейные неурядицы. Чтобы развесься, они решают стогнуть в Китай за зубом дракона, символом мудрости и силы. В это же время князь Киевский отправляется на прогулку вместе с конем Юлием за сокровищами морского царя, чтобы пополнить казну и «залатать бюджет». Да вот только морской царь решил жениться и для этого утопил Киев.
 - 11.20, 19.20, 03.20 «Три богатыря и принцесса Египта». (12+)
 - 12.35, 20.35, 04.35 «Три богатыря и Наследница престола». (12+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00, 00.10 «Буба». (0+)
 - 07.00 «Бодо Бородо». (0+)
 - 08.00 «Енотки. Первые слова». (0+)
 - 09.00 «Бодо Бородо». (0+)
 - 11.00 «Чуч-Мяуч». (0+)
 - 12.05 «Тайны Медовой долины». (0+)
 - 12.30 «Простоквашино». (0+)
 - 21.15 Читаем вместе. (6+)
 - 21.30 «Крутиксы». (0+)
 - 22.35 «Снежная королева-3. Огонь и лед». (6+)
 - 01.00 «Простоквашино» (с сурдопереводам). (0+)
 - 01.55 «Вовка и зима в Тридевятом царстве» (с сурдопереводам). (0+)
 - 02.00 «Умка на елке» (с сурдопереводам). (0+)
 - 02.10 «Чебурашка». Секрет праздника» (с сурдопереводам). (0+)
 - 02.20 «Про Миру и Гошу. Просто о важном». (0+)
 - 02.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 Новый Завет вслух. (0+)
 - 05.45 В поисках Бога. (6+)
 - 06.15 Профессор Осипов. (0+)
 - 06.50 Святые России. (6+)
 - 07.55 Елизавета. (0+)
 - 09.00 Простые чудеса. (12+)
 - 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
 - 12.45 Завет. (6+)
 - 13.55 Расскажи мне о Боге. (6+)
 - 14.30 Профессор Осипов. (0+)
 - 15.00 Русский мир. (12+)
 - 16.05 «СЫНОВЬЯ УХОДЯТ В БОЙ». (12+)
 - СССР, 1969 г.
 - 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 19.55 «ПОМНИ ИМЯ СВОЕ». (12+)
 - СССР, Польша, 1974 г. В ролях: Людмила Касаткина, Людмила Иванова
 - 21.55 День Ангела. Преподобный Кирилл Белозерский. (0+)
 - 22.30 Щипков. (12+)
 - 23.00 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
 - 00.05 Спас-стрим. (16+)
 - 01.25 День Патриарха. (0+)
 - 01.35 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 03.15 Следы империи с Аркадием Мамонтовым. (12+)

Православный календарь

4 февраля
Неделя 35-я по Пятидесятнице. Глас 2.
Собор новомучеников и исповедников Церкви Русской.



Сщмчч. Иоанна и Евфимия пресвитеров. Поминовение всех усопших, пострадавших в годину гонений за веру Христову.

Поста нет.

« Кто только в благополучии благодарит Бога, тот не имеет любви к Нему».

Свт. Тихон Задонский

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ПОСЛАНИЯ СВЯТЫХ АПОСТОЛОВ

Послание к Римлянам святого апостола Павла

Притом знаем, что любящим Бога, призванным по Его изволению, все содействует ко благу. Ибо кого Он предузнал, тем и предопределил быть подобными образу Сына Своего, дабы Он был первородным между многими братьями. А кого Он предопределил, тех и призвал, а кого призвал, тех и оправдал; а кого оправдал, тех и прославил. Что же сказать на это? Если Бог за нас, кто против нас? Тот, Который Сына Своего не пощадил, но предал Его за всех нас, как с Ним не дарует нам и всего? Кто будет обвинять избранных Божиих? Бог оправдывает их. Кто осужда-

ет? Христос Иисус умер, но и воскрес: Он и одесную Бога, Он и ходатайствует за нас. Кто отлучит нас от любви Божией: скорбь, или теснота, или голод, или нагота, или опасность, или меч? как написано: за Тебя умерщвляют нас всякий день, считают нас за овец, обреченных на заклание. Но все сие преодолеваем силою Возлюбившего нас. Ибо я уверен, что ни смерть, ни жизнь, ни Ангелы, ни Начала, ни Силы, ни настоящее, ни будущее, ни высота, ни глубина, ни другая какая тварь не может отлучить нас от любви Божией во Христе Иисусе, Господе нашем.

Э то чтение – удивительный гимн Божией любовью и заботе, который начинается с разговора о любви человеческой. Это кажется странным, ведь Бог выше и важнее людей, но педагогически это очень верно. Бог любит всегда – потому что Бог есть любовь, но воспринять эту любовь человек может только тогда, когда сам любит Бога, когда открывается Ему. Все мы знаем, что человека можно заставить говорить, можно заставить действовать, но нельзя заставить любить. Он может сделать это только самостоятельно. Именно поэтому отрывок о любви Божией начинается со слов о человеке. О том, что для него, если он любит Бога, все происходящее оказывается полезным, потому что приводит к благу. Стоит помнить, что

апостол пишет это не тем, кто живет среди христиан, не жителям Византии или Российской империи. Он пишет это небольшой общине, которая находится в центре языческого мира. Он пишет тем, кто каждый день проживает под страхом гонений и казни. При этом апостол довольно много внимания уделяет вопросу призвания и даже предопределения, так что может показаться, что Бог одних сотворил для спасения, а других для погибели. Однако если все сказанное апостолом рассмотреть в контексте Писания, окажется, что Христос за всех умер. И так, Бог сделал все для того, чтобы нас спасти. Его любовь и забота о нас так велики, что никто и ничто, никакие внеш-

ние обстоятельства не могут нам помешать. Апостол так и спрашивает: «Если Бог за нас, кто против нас?» Задумывались ли мы когда-нибудь об этом в таком ракурсе? Мы воспринимаем Бога как начальника, который смотрит на нас сверху вниз, как преподавателя, который дал нам контрольную работу и строго следит за тем, чтобы мы не списывали. Но Господь относится к нам совершенно иначе. В самых трудных ситуациях, в скорби и тесноте, в гонениях и в голоде, в нищете и на войне, в гуще событий, с которыми мы не можем справиться, нам стоит помнить, что Бог хочет нас спасти и дает нам силы преодолеть испытания. Апостол уверен: ничто из тварного мира не может отлучить нас от любви



Комментирует священник Стефан Домусчи

Божией во Христе. Конечно, ситуации могут быть разными. Мы сами можем своей жизнью от этой любви отказаться, сами можем закрыть свое сердце. И все же, даже тогда, когда мы сбились с пути и кажется, что идем в другую сторону, память о любви Бога и Его желании нас спасти поддержит нас и укажет нам дорогу к Нему.

ДОРОГА К ХРАМУ

ПОЧЕМУ АЛТАРИ ПРАВОСЛАВНЫХ ХРАМОВ НА ВОСТОКЕ?

Как-то не обращала внимания, а тут заметила, что алтари у всех православных церквей ориентированы на восток. Это имеет какое-то значение, когда мы молимся Спасителю?

С.И. Зайцева

Объяснение духовно-символического смысла этого обычая мы находим в Священном Писании. Спаситель мира назван Востоком (Лк. 1:78). Св. апостол Иоанн Богослов говорит, что Бог есть свет (1Ин. 1:5), а свет приходит с востока. Через св. пророка Малахию Господь называет Сына Своего Солнцем правды (Мал. 4:2). Поэтому алтари наших храмов обращены на восток.

Фото предоставлено радио «Вера»

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ОКНА ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, АЛ, ДЕРЕВО

Ремонт окон, балконов, жалюзи

- ОТДЕЛКА
- УТЕПЛЕНИЕ
- КРЫШИ
- ШКАФЫ

пенсионерам – скидка до 35%

8 (495) 740-76-09
 8 (495) 941-96-29

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ
 ХОЛОДИЛЬНИКОВ
 СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76
 8 (901) 519-52-48

Вызов бесплатно
 Пенсионерам скидки

РЕМОНТ НА ДОМУ

- Стиральных машин
- Холодильников

от 400 р.
 Гарантия
Скидка до 50%
 Выезд бесплатно

8-495-109-33-56
 8-977-000-93-81

РЕМОНТ
 СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
 ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ

Пенсионерам **50%** Бесплатный
 СКИДКА до **50%** ВЫЕЗД

8 (495) 106-25-69

■ 8 (495) 142-81-39, 8 (903) 796-14-08
 ДОМ БЫТА – ремонт крупной бытовой техники. Выезд на дом, профессиональные мастера. СРОЧНЫЙ РЕМОНТ всех моделей Холодильников, Стиральных машин, Телевизоров (плазма, ж/к, кинескопные), ремонт Антенного кабеля, настройка ТВ, ремонт Швейных машин, Оверлоков, Электроплит, Газовых плит, Индукционных плит, электропанелей. Гарантия, скидки! Тел.: 8 (495) 142-81-39, 8 (903) 796-14-08

■ 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48
РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ** на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. **ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО.** Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ



ВЕТКЛИНИКА
ВЫЕЗД ВЕТРАЧА 24 Ч.
 Лечебный (срочный), СТРИЖКА, БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ, КРЕМАЦИЯ.
 Тел.: 8 (495) 142-40-67, 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

ЛЕЧЕНИЕ ЖИВОТНЫХ на дому. Срочный ВЫЕЗД ветврача 24 часа. Безболезненное усыпление. Ветриуал. Тел.: 8 (916) 797-29-40, 8 (495) 231-05-58

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!
8 (495) 792-47-73

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ



КУПЛЮ ДОРОГО

Награды, знаки, медали, монеты, банкноты, часы, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, марки, сервизы, бронзу, картины, книги, открытки, АВТОГРАФЫ, шкатулки, янтарь, фото, дом.архив и другое. **ВЫЕЗД 24ч**

Тел. 8 (903) 666-33-55



КОМИССИОНТОРГ
ВЫКУПИТ ДОРОГО

ВСЁ ДО 1980 г., в том числе: СТАТУЭТКИ, СЕРВИЗЫ (остатки), ВАЗЫ, ЧУГУН, БРОНЗУ, ФАРФОР Кузнецова, Гарднера, ЗНАЧКИ, НАГРАДЫ, ИКОНЫ, ВСЁ из Китая, КОСТЬ, Часы, Монеты, Портсигары, Хрусталь и др. предметы старины

Выезд, оплата сразу, оценка бесплатно
 8 (916) 359-05-00
 8 (968) 907-44-82

■ 8 (926) 705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовары, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундиры, открытки, старые детские и ёлочные игрушки, патефоны, часы, иконы, и др. старинные вещи. Тел.: 8 (926) 705-30-59

■ 8 (903) 544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, наград. знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебрян. монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей

■ 8 (916) 993-36-64 Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, кожаные СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (916) 155-34-82 Елочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластинки и статуэтки из бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

■ 8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82
 Магазин выкупит дорого: сервизы (остатки). Вазы. Хрусталь. Статуэтки из фарфора, бронзы, чугуна. Столовые приборы, подстаканники. Часы. Книги. Открытки. Игрушки. Значки. Монеты. Украшения. Духи. Самовары. Иконы. Лампы. Кость. Всё из Китая. Выезд, оценка бесплатно. Тел.: 8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82

■ 8 (968) 922-82-38 Библиотеку высборочно. Папирус, Блатовская, Фаррар, Ясна Семи Глав. Литературу по Арианту, арианству, буддизму, конфуцианству. Статуэтки, нетцке, Будды, песочные часы приобрету. Тел.: 8 (968) 922-82-38

■ 8 (963) 921-08-38 Книги, архивы, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, бижутерию, часы, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 руб./г, фотоаппараты, открытки, фото, фарфор, статуэтки, самовары. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТАЛОГОВ. Тел.: 8 (963) 921-08-38, Дмитрий

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИТ!

Иконы. Статуэтки Будды. Янтарь. Статуэтки, фарфор, сервизы. Серебро, бронзу, часы. Монеты, значки. Автографы. Картины. Соцреализм. Сов. агитация. Старинную мебель. Бижутерию. Любой антиквариат и многое другое.

Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.
8-925-403-68-83

■ 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93
 СПАСИБО ЗА ЗВОНОК.
 КУПЛЮ советские и дореволюционные: книги, плакаты, афиши, документы, архивы, картины, графику, открытки, фото, приглашения, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора и любого металла. ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, САМОЛЁТАХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93

■ 8 (905) 796-72-32 Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканники, портсигары, фотоаппараты, самовары, мельхиор, монеты, банкноты, часы, бижутерию, значки, знаки, архивы, фото, открытки, статуэтки, сервизы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные игрушки, книги, картины. **ДОРОГО, выезд и оценка сразу.** Тел.: 8 (905) 796-72-32

■ 8 (967) 273-29-40 Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, мелочь 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будду, часы, сервизы, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканники, портсигары, самовары и др. **КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД.** Тел.: 8 (967) 273-29-40, Дмитрий, Ирина

■ 8 (916) 993-36-64 Времен СССР: приглашенные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, прейскуранты, акции времен приватизации. Довоенные: альбомы военных заведений, карты географические и военные, чертежи техники, открытки и конверты, бонус купюры, вексели, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

■ 8 (903) 195-24-32, 8 (903) 546-76-09
 Покупаем старинные предметы: иконы, серебро, фарфор (сервизы, статуэтки, вазы), бронзу, стекло, украшения, монеты, значки, открытки и др. Бесплатный выезд и оценка. Тел./WhatsApp: 8 (903) 195-24-32, Владимир; 8 (903) 546-76-09, Олеся.

■ 8 (926) 050-12-40 Дорого куплю. Сервизы, посуду, цветное стекло, иконы, картины, фарфор, награды, столовое, ювелирное серебро, золотые коронки, коньяк времён СССР. Деньги сразу. Выезд бесплатный. Тел. вотсап: 8 (926) 050-12-40.

■ 8 (905) 777-77-53 ПОСУДУ, СТАТУЭТКИ, фарфор, сервизы «МАДОННА». Пив. кружки. САМОВАРЫ. ПОДСТАКАННИКИ. ПОРТСИГАРЫ. Хрусталь. Иконы. Значки. Медали. Часы. Видеоманитофоны, приёмники. Ноутбуки. Телефоны. Телевизоры. Фототехнику, объективы. Бинокли. Готовальни. Патефоны. ОТКРЫТКИ, календари. Книги, журналы. Швейн., печатн. машинки. Чугун. Касли, бронзу. Царизм. Кукол, игрушки. Подсвечники. Муз. инструменты, ПИАНИНО. ПРИМУСЫ, керосин. лампы. Бижутерию. Серебро, мельхиор. Компасы, карты. Вазы, жест. банки. Мебель. Люстры СССР. Спорт. инвентарь. ПЛАСТИНКИ. БИЛЫЕ СТАТУЭТКИ. Воен. обмундирование. Кинокамеры. Пер. ручки. Тел.: 8 (905) 777-77-53

МАРКИ СССР, Китай, Земство (полные листы марок до 1957 г.), (непочтовые марки соцреализм) конверты, открытки, почтовые карточки, фотографии городов СССР до 1940, АНТИКВАРНАЯ БУМАГА, коллекции, архивы, исторические документы (земские, военные, благотворительные, рекламные, агитационные, почтовые, КРАСНЫЙ КРЕСТ). Все до 1957 года. КУПЛЮ. Тел.: 8 (916) 319-96-67, 8 (499) 249-77-32

■ 8 (925) 514-36-14 ОТКРЫТКИ, актёры. Пособу. Фарфор «МАДОННА», СТАТУЭТКИ, мельхиор, СЕРЕБРО от 50 руб./г. Ёлочные игрушки. Журналы. Дет. книги. Ноты. МАГНИТОФОНЫ, КАССЕТЫ, CD. Телефоны. Фотоаппараты. Юбелейн. руб., монеты, стар. деньги, значки. Модели машин, авиации, желез. дорог. Духи. Календари, марки. Тел.: 8 (925) 514-36-14

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую литературу по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. Тел.: 8 (495) 721-41-46

■ 8 (999) 333-33-72 Сервизы, хрусталь, статуэтки, фарфор, иконы, награды, значки, знаки, портсигары, подстаканники, картины, столовые приборы, изделия из кости, Будд куплю дорого! Выезд и оценка бесплатно. Москва, МО. Оплата сразу. Тел.: 8 (999) 333-33-72

■ 8 (931) 337-91-68 Купим книги. Выезд. Оплата сразу. Тел.: 8 (931) 337-91-68

■ 8 (495) 128-50-09 Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Тел.: 8 (495) 128-50-09

■ 8 (964) 585-40-04 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели машинок, ёлочные игрушки, иудаизм и любой антиквариат. Тел.: 8 (964) 585-40-04

■ 8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель, колонки, динамики, запчасти. В любом состоянии. Радиоизмерительное оборудование (осциллографы, радиодетали и т.д.). Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое студийное концертное оборудование. Дмитрий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

■ 8 (495) 508-53-59 Модели авто, железную дорогу, старые фото, военную форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовары, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фотоаппараты, хронометры, игрушки и духи СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, марки, открытки, документы, знаки, этикетки, радиоаппаратуру, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

■ 8 (925) 448-47-68 Куплю ёлочные игрушки, коллекции календариков, фант. открыток, пластинок, старые духи, плюшевых медведей, детские советские журналы, фарфоровые статуэтки, фотографии, азбуки, буквари, книги, ковры, винтажную бижутерию, музыкальные инструменты. Тел.: 8 (925) 448-47-68

■ 8 (985) 724-42-35 Покупаю ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ КРУГЛЫЙ ГОД. Тел.: 8 (985) 724-42-35, Екатерина

РАЗНОЕ

■ ИЗВЕЩЕНИЕ О ПРОВЕДЕНИИ СОБРАНИЯ О СОГЛАСОВАНИИ МЕСТОПОЛОЖЕНИЯ ГРАНИЦЫ ЗЕМЕЛЬНОГО УЧАСТКА. Кадастровым инженером Цымбаревичем Павлом Валерьевичем (почтовый адрес: 141506, Московская область, г. Солнечногорск, ул. Военный городок, дом 1, кв. 7., Номер регистрации в государственном реестре лиц, осуществляющих кадастровую деятельность №77-11-79 от «25» января 2011 г., Член Ассоциации Саморегулируемой организации СРО КИ СРО «ОПКД» (дата вступления в СРО «22» августа 2016 г., уникальный реестровый номер кадастрового инженера в реестре членов СРО КИ N 2195). Сведения о СРО КИ СРО «ОПКД» содержатся в государственном реестре СРО КИ (уникальный номер реестровой записи от «08» июля 2016 г. N 003), (СНИЛС) 142-360-092-22, Контактный телефон +7 (926) 557-21-17, адрес электронной почты: pavel_geo@mail.ru)) выполняются кадастровые работы по исправлению ошибки в местоположении границ земельных участков с кадастровыми номерами 50:09:0070102:291 местоположение: Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: обл. Московская, р-н Солнечногорский, рп. Андреевка, ул. Рождественская, участок 26, номер кадастрового квартала: 50:09:0070102 и 50:09:0070102:114 местоположение: Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: обл. Московская, р-н Солнечногорский, г.п. Андреевка, ул. Андреевка, участок 27, номер кадастрового квартала: 50:09:0070102. Заказчиком кадастровых работ является Голубева Наталья Юрьевна, почтовый адрес: г. Москва, ул. Вилиса Лациса, дом 42, кв. 262, т. +7 (916) 660-41-66. Собрание по поводу согласования местоположения границы земельного участка состоится по адресу: Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: обл. Московская, р-н Солнечногорский, г.п. Андреевка, ул. Рождественская, участок 26. Обоснованные возражения о местоположении границ земельных участков после ознакомления с проектом межевого плана принимаются с «24» января 2024 г. по «26» февраля 2024 г., требования о проведении согласования местоположения границ земельных участков на местности принимаются с «24» января 2024 г. по «26» февраля 2024 г. по адресу: Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: обл. Московская, р-н Солнечногорский, рп. Андреевка, ул. Рождественская, участок 26. Смежные земельные участки, в отношении местоположения границ которых проводится согласование: Кадастровый номер 50:09:0070102:213, местоположение: Местоположение установлено относительно ориентира, расположенного в границах участка. Почтовый адрес ориентира: обл. Московская, р-н Солнечногорский, г.п. Андреевка, ул. Рождественская, участок 18 с (Терехиныным Евгением Евгеньевичем и Терехиной Ирминой Анатольевной). При проведении согласования местоположения границ при себе необходимо иметь документ, удостоверяющий личность, а также документы о правах на земельный участок.

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

IRBIS
ДВЕРНАЯ ФАБРИКА
БЕЗ МАГАЗИННОЙ НАЦЕНКИ!

СТАЛЬНЫЕ И МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
МЫ ЗНАЕМ О ДВЕРЯХ ВСЕ! www.dveri-irbis.ru
МЕБЕЛЬ, КУХНИ, ШКАФЫ, АНТРЕСОЛИ, АРКИ, ПОРТАЛЫ, ОБИВКА.

ВЫЗВАТЬ СПЕЦИАЛИСТА С КАТАЛОГОМ БЕСПЛАТНО!

АКЦИЯ!
ДВЕРЬ В ПОДАРОК

СКИДКИ ДО 20%
МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ

от 5500 руб. все включено

В стоимость входит: Дверное Полотно, Коробка, Наличники. Цены указаны с учетом скидки!

8 (495) 201-38-70
с 09:00 до 21:00 (БЕЗ ВЫХОДНЫХ)

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ
МЕЖКОМНАТНЫЕ ВХОДНЫЕ ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО

СКИДКИ до 30%

ВЕТЕРАНАМ НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

Более 1000 моделей от простых до элитных любых размеров
ДВЕРНЫЕ ЗВОНКИ, ВИДЕОГЛАЗКИ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ И СИГНАЛИЗАЦИЯ

ОТДЕЛ ПРОДАЖ 7:00 – 23:00 ЕЖЕДНЕВНО

8 (495) 208-03-88

• РАССРОЧКА: 0%
• ДОСТАВКА: 0₽
• ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА: 0₽

ЗНАКОМСТВА

■ 8 (985) 985-60-25 Устали от одиночества? Звоните! Знакомства для Москвы и Московской области. До 90 лет. Профессиональная сваха. Тел.: 8 (985) 985-60-25

■ 8 (909) 624-91-05 Москвич 62/180/75 жаелает познакомиться с приятной, доброй женщиной от 50 лет для серьёзных отношений, желательны в Москве (ЮВАО). Тел.: 8 (909) 624-91-05

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8 (495) 363-80-48 От 700 руб! Профессионально и НАДОЛГО УНИЧТОЖИМ тараканов, клопов, блох, грызунов, плесень и запахи холодным туманом. Препараты БЕЗОПАСНЫ для детей и животных. В подарок выполним БАРЬЕРНУЮ ЗАЩИТУ от живности соседей! САНЭПИ-ДЕМСТАНЦИЯ. Тел.: 8 (495) 363-80-48

■ 8 (965) 386-47-09 СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, ПЛЕСЕНИ и т.д. Пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Москва и МО. Тел.: 8 (965) 386-47-09

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки НЕДОРОГО. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Недорого. Пенсионерам СКИДКА. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Телефоны: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (495) 999-28-82, 8 (985) 999-28-82 Квартиру/комнату СНИМУ у добропорядочных хозяев. Чистоту, порядок, своевременную оплату гарантирую. Срочно! Тел.: 8 (495) 999-28-82, 8 (985) 999-28-82

■ 8 (909) 641-37-99 Срочно, сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

■ 8 (903) 515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Эля.

■ 8 (919) 109-10-80 Срочный выкуп квартир, комнат в Москве и ближайшем Подмосковье. Выкуп ипотечных квартир. Телефон: 8 (919) 109-10-80, Анатолий

МЕБЕЛЬ

■ 8 (968) 089-44-57 Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпусной. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Не стандартная мебель. Тел.: 8 (968) 089-44-57

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

■ 8 (495) 771-28-64 ОБИВКА, РЕСТАВРАЦИЯ МЕБЕЛИ В ЦЕХУ и ДОМА. ВЫБОР ТКАНИ, КОЖЗАМ, КОЖА. Вызов консультанта на дом. Тел.: 8 (495) 771-28-64

■ 8 (926) 981-93-63 Перетяжка мягкой мебели на дому. В Москве и Подмосковье. Тел.: 8 (926) 981-93-63.

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ
ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ
(495) 740-21-51
круглосуточно

**ЭМАЛИРОВКА
ВАНН** от завода

8 (495) 782-63-86
8 (495) 782-51-63

Выезд по Москве и МО без выходных

Ключ-Сервис
ЗАМКИ
замена, ремонт
8(495)997-91-37

■ 8 (977) 354-98-39 Ремонт квартир, демонтаж, штукатурка стен и потолков, стяжка, электрика, шпателька, поклейка обоев, укладка ламината, натяжные потолки. Тел.: 8 (977) 354-98-39, Владимир

■ 8 (916) 471-14-83 Ремонт квартир под ключ. Все виды отделочных работ, любой сложности. Качественно и недорого! Штукатурка, стяжка, шпателька, покраска, электрика, сантехника, плитка, ламинат. Ванна под ключ. Гарантия и качество, разметка бесплатно. Пенсионерам хорошие скидки. Буду рад вам помочь. Тел.: 8 (916) 471-14-83, Павел

■ 8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плинтуса. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП Как уговорить лечиться?
ЗАПОИ
ВЫЗОВ НАРКОЛОГА НА ДОМ ПО МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЮ
Круглосуточно. Приезд врача от 30 мин.
ПОМОЩЬ
НАРКО- и АЛКОЗАВИСИМЫМ АНОНИМНО *Болезнь не приговор!*
8 (495) 776-30-03
www.n-help.ru
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
ООО «НаркоХелп» Лиц.№ ПО-77-01-002153

НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ
Срочный выезд врача на дом 24 часа по Москве и области
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ
Анонимно. Кодирование. Снятие ломки. Реабилитация. Наркологическая помощь.
8-909-152-21-91
Лиц. №ЛО41-01162-50/00366814
Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

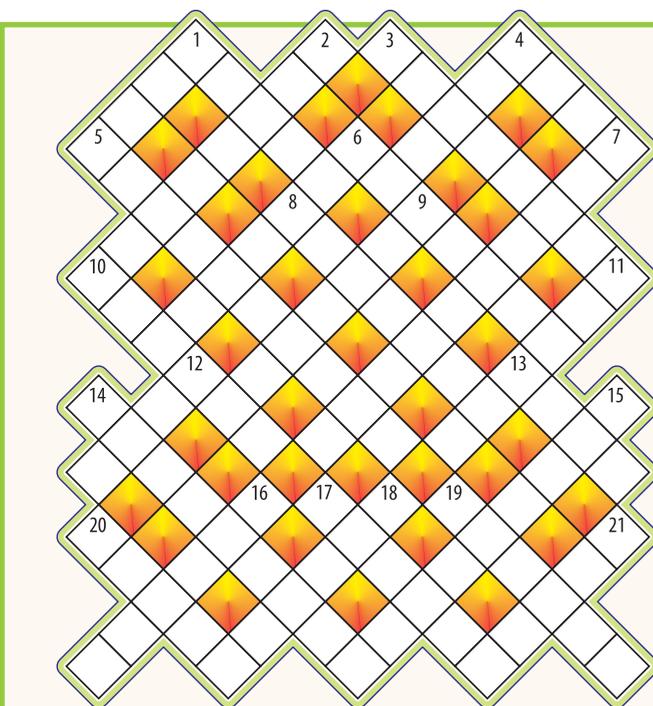
- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

■ 8 (499) 409-91-42 Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернём или раслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
ПО ЛЮБЫМ ВОПРОСАМ
8 800 555-20-16

ТЕЛЕФОН ОТДЕЛА РЕКЛАМЫ
ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»:
8 (495) 792-47-73



ДИАГОНАЛЬ

Слева-вниз-направо: 1. Город, дом и улица на конверте. 3. Червонец эпохи Екатерины Великой. 4. Бочком бежит по берегу моря. 5. Отравляющее свойство бледной поганки. 6. Межгалактический корабль в фильме «Кин-дза-дза!» 8. Джонс, искатель приключений в исполнении Харрисона Форда. 10. Столица Хакасии. 13. «Растяни ..., гармошка» (мульти.). 14. Бусы или браслеты. 17. Старинный пирог с начинкой из

петухов. 19. Стопка книг, обмотанная веревкой. 20. Ей принадлежит Гренландия. **Справа-вниз-налево:** 1. Ей до Европы рукой подать через Урал. 2. Кривая из алгебры, похожая на U. 4. Им Георгий Победоносец пронзает Змея на гербе Москвы. 6. Душевный склад человека. 7. «... навсегда» про Джеймса Бонда. 9. Телега, а по названию - поч-

ти субмарина. 11. Знаток мелей и фарватеров. 12. Так называемая «корона замужества», древнерусский женский головной убор в виде открытой короны, богато украшенной жемчугом, бисером, драгоценными камнями. 15. Ругань по старинке. 16. Зимняя шапка со шнурками. 18. Опекунша при сеньорите. 21. Большой нож для бумаги в типографии.

Ответы. Слева-вниз-направо: 1. Адрес. 3. Империя. 4. Краб. 5. Ядовитость. 6. Пенепан. 8. Индиана. 10. Абакан. 13. Мехэ. 14. Укрешение. 17. Курник. 19. Связка. 20. Дания. Слева-вниз-направо: 1. Азия. 2. Парабола. 4. Копье. 6. Психика. 7. Бриллианты. 9. Подвода. 11. Лопман. 12. Кика. 15. Охивание. 16. Ушанка. 18. Дунья. 21. Резак.

Каждый из нас однажды встречает что-то своё, созданное и предназначенное лично для него.

Надо только верить и не бояться начать все сначала, иначе чудо никогда не случится.

Традиции, которые меняют жизнь

Несколько лет назад меня отправили на курсы повышения квалификации и переподготовки в краевой центр, который находился за 200 километров от моего города. Обучение было очно-заочным, завершающий этап пришелся на первую рабочую неделю после новогодних праздников. А это, как известно, время непростое – святочные дни. На Руси издавна славилось оно главными зимними гуляниями и забавами.

Заселилась я в четырехместный гостиничный номер. Мне очень повезло с соседками – женщины оказались порядочными, неназойливыми, с чувством юмора и собственного достоинства. Днем мы «догрызали» гранит науки, вечерами чаевничали с задушевными разговорами.

– Послезавтра Крещение, – напомнила нам Галина. – Надо за водой сходить в храм.

– Как-то раз на праздник я окунулась в прорубь, – сказала Катя, отхлебывая из чашки горячий чай. – Ощущения были невероятные, но больше меня на такие подвиги не сподвигнуть.

Я улыбнулась. Уже много лет крещенское купание стало нашей семейной традицией.

Время исполнения желаний



– Представьте себе, я мужа в проруби нашла, – ответила я соседкам. – Так что для меня этот день особенный.

– Рассказывай! – хором воскликнули дамочки.

Муж из проруби

...Наступивший новый год открывал для меня радужные перспективы: новый город, в который мечтала переехать, новая интересная работа, и вообще, новая жизнь. Я всем сердцем и душой чувствовала, что приняла правильное решение, прописанное исключительно для меня.

В первый рабочий день Светлана, с которой я подружилась во время отпуска в туристическом лагере и благодаря которой оказалась на новом месте, ошарашила новостью: – Женька, забыла тебе сказать, на Крещение мы всем отделом едем за город – будем нырять в купель! Когда Николай Николаевич возглавил наш

дружный коллектив, он ввел эту замечательную традицию – для здоровья тела и духа и сплочения сотрудников. – И что, все купаются? – удивилась я.

– Если нет желания и настроения, можно просто постоять рядом или умыться лицо – вода в это время волшебная, все болезни смывает и омолаживает. Если честно, новость меня не обрадовала. Я никогда не любила холодные процедуры, комфортная вода для моего тела – не ниже 22 градусов.

«И сдалось мне это купание!» – говорила я себе, кутаясь в пуховик.

Вокруг меня царил оживление: кто-то уже разминался в плавках, выдыхая в морозный воздух клубы пара, кто-то изящно дефилировал по скрипучему снегу в купальнике. Несколько человек, подобных мне, в теплом одеянии притоптывали у кромки льда.

– Смелее! – улыбнулся мне симпатичный сероглазый парень в шортах и

с размаху нырнул в прорубь.

Неожиданно я представила себя на горячем, залитом солнцем песчаном берегу моря. И вот уже босиком и в купальнике я стою на деревянной лестнице. Осторожно, шаг за шагом стала спускаться. На последней ступеньке поскользнулась, съехала в воду и быстро под нее ушла.

Реакция сослуживцев была мгновенной – из проруби меня тут же вытащили. Николай Николаевич, который внимательно следил за каждым «моржом», и симпатичный сероглазый парень, только-только вылезший на берег, уже через секунду после моего погружения были в воде.

Я даже не успела испугаться – только яркий свет залил все пространство и жар обжег тело. Меня укутали в плед, дали горячего чая. Я чувствовала себя великолепно, будто обнулилась. Эйфорию от того первого купания омрачала только нарастающая боль в левой лодыжке.

“ Все, что неожиданно изменяет нашу жизнь, – не случайность. Оно – в нас самих и ждет лишь внешнего повода для выражения действия».

Александр Грин

– Растяжение, – констатировал мой сероглазый спаситель.

Он подхватил меня на руки и отнес в теплую палатку. Сам наложил тугую повязку и помог одеться.

– Я отвезу вас домой, пару дней вам придется провести в постели.

По первому образованию мой коллега оказался фельдшером, и дальнейшее наблюдение за моей ногой взял на себя. А еще у нас удивительным образом совпали имена: Евгений и Евгения. А еще через полгода мы поженились.

«Раз в крещенский вечерок...»

– Действительно, сейчас время чудес, желания исполняются, – сказала Ксения, еще одна моя соседка по номеру. – Моя родная сестра мужа нашла по башмаку, вернее, кроссовку.

– Она из полиции, что ли? – поинтересовалась Галина.

– Нет, мы из бани обувь бросали – на суженого.

И мы с интересом стали слушать ее историю.

В окружении Ксюши на Крещение другая традиция – вместо ледяной проруби они предпочитают париться в бане. Старшая сестра нашей соседки по номеру Марина в тот год впервые за много лет приехала в родной город. Личная жизнь у девушки не складывалась, и она переквалифицировалась на карьеру. Ксения, которая уже несколько лет была в счастливом браке, мечтала, чтобы у сестры тоже все было хорошо.

На дачу к друзьям поехали большой веселой компанией. Пока мужчины жарили мясо, женская половина парилась в бане.

– Давайте проверим гипотезу об обуви, кото-

рая укажет на женихов, – предложила какая-то из парильщиц.

Несмотря на наличие мужчин у большинства участниц посиделок, предложение было встречено на ура. Предусмотрительная Ксения к своей брендовой обуви привязала веревку – чтоб из сугроба сразу вытащить.

Закинув башмаки со словами: «Укажи, откуда придет суженый», разгоряченная женская команда, завернутая в простыни, стала искать в снегу свою обувь. Быстрее всех вернулся сапог к Ксюше, остальным пришлось покопаться в сугробах. У Марины кроссовок вылетел за забор, о чем с радостью сообщили мужчины, жарившие шашлык.

– А что там, за забором? – растерялась Марина.

– Пролесок, болото, потом свалка городская... – стал перечислять хозяин дачи.

– Бомж, что ли? – растерялась девушка.

– Вообще-то, в той стороне Москва.

В этот момент в железную калитку настойчиво постучали. У порога стоял сердитый мужчина с кроссовком в руке и с сиянием под глазом.

Выяснение отношений закончилось мирным добрым ужином. Оказалось, к соседу приехал друг. Из столицы. Неженатый...

Марина теперь живет в Москве, помогает мужу развивать собственный бизнес и наслаждается материнством.

ЕВГЕНИЯ

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! А у вас есть история любви, изменившая вашу судьбу, которую вы хотели бы рассказать? Ждем ваши истории по адресу: telek@kardos.ru



Магический фрукт

Да-да, именно так он и называется, это не поэтический эпитет. Магический фрукт – это плод вечнозеленого кустарника из семейства сапотовых. Внешне он похож на кизил: это продолговатые красные ягоды. А свое необычное название магический фрукт получил благодаря свойствам менять вкус других продуктов. Например, если съесть немного таких ягод, то в течение нескольких часов вы не будете ощущать кислоту. Лимон покажется слаще апельсина!



Знание – сила!

Древние учёные, в распоряжении которых не было сложных измерительных приборов, делали удивительные открытия! Например, древнегреческий математик и астроном Эратостен смог довольно точно вычислить окружность Земли. У него получилось 39 375 км. Он ошибся всего на 700 км, используя только лишь углы тени от Солнца. И это за 200 с лишним лет до нашей эры!



Повсеместный континент

Хотите проверить, хорошо ли ваш собеседник знает географию? Задайте ему вопрос: какой континент находится сразу во всех полушариях? Напомним, их четыре: Южное, Северное, Восточное и Западное. Человек, который прилежно учился в школе, без труда ответит, что это Африка. Она разделена экватором примерно по «талии». А нулевой меридиан делит континент на неравные части. В Западном полушарии находятся Гвинея, Кот-д'Ивуар, Гамбия, Марокко, Сьерра-Леоне и несколько других государств.



Транссиб в цифрах и фактах

Считается, что Транссибирская магистраль (самая длинная железная дорога в мире) начинается в Москве и заканчивается во Владивостоке, преодолев 9288 км. На самом деле фактически она началась как раз во Владивостоке, первый участок был построен именно там. Сейчас преодолеть это расстояние можно примерно за семь дней, при этом поезд проедет через 3901 мост.

Светлана СИДОРЧУК

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-20-24 и получи ПОДАРОК*! Скидки на ТВ-ХИТЫ до -60%

Вертикальный пылесос 2 в 1 «Кристалл»

лот 16593 ~~5999 р.~~ **3999 р.**

- 2 в 1: вертикальная и ручная модель.
- Циклонная система без потери мощности всасывания.
- Тройная система фильтрации.
- Насадка для пола и ковровых покрытий, щелевая насадка, насадка-щеточка для мебели.
- Вертикальная парковка.

Материал корпуса: пластик.
Напряжение: 220-240 В.
Потребляемая мощность: 700 Вт.
Мощность всасывания: 130 Вт. Вес: 1,58 кг.
Размер: 40×10×10 см (пылесос), 107 см (высота в собранном виде). Длина шнура питания: 4 м.
Объем контейнера для пыли: 1,2 л.



Складная стиральная машинка «Мини Автомат» + ведро в ПОДАРОК!

лот 102943 ~~4999 р.~~ **2499 р.**

- Работает от электросети или от PowerBank.
- Удобно брать в поездку, на дачу.
- Цикл стирки 30 мин.
- Можно использовать как посудомоечную машину.

Напряжение: 220 В. Потребляемая мощность: 10 Вт. Вес: 600 г.
Размеры: 9×5,4 см (стиральная машинка); 25×20 см (ведро).
Длина провода: 143 см. Материал: пластик, силикон.
В комплекте: мини-стиральная машинка с USB-проводом и блоком питания для сети 220 В, присоска, 2 фиксатора для провода. **В ПОДАРОК:** складное силиконовое ведро (5 л).



Простыня на резинке

лот 16558 от ~~1099 р.~~ **1499 р.**

- Подойдет для матрасов высотой до 20 см.
- Материал: 100% хлопок.
- Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.
- Цвет: мятный, розовый, желтый, кофейный, синий.

Надежная фиксация



Наматрасник непромокаемый

лот 103314 от ~~1099 р.~~ **1499 р.**

- Защищает матрас от влаги и грязи.
- Верхний слой – дышащий, нижний – непромокаемый.
- Для матрасов высотой до 30 см.
- Материал: махра (80% хлопок, 20% ПЭ), полиуретановая мембрана.
- Размер на выбор: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см.

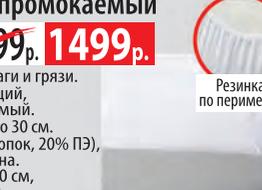
Резинка по периметру



Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594-06 ~~3999 р.~~ **2999 р.**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и нецапающие ножки.
- Материал: пластик, алюминий.
- Вес: 2,3 кг. Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см.
- Размер (Ш×Г×В): 51×31×50 см.
- Максимальная нагрузка: 120 кг.
- **В ПОДАРОК:** самоклеящаяся противоскользящая подушка!



Самоочищающаяся швабра «Проце простого» с ведром

лот 18945 ~~2199 р.~~ **1799 р.**

- Проникает в труднодоступные места.
- Специальная система отжима и полоскания.
- Не нужно пачкать руки, нет нагрузки на спину.
- Объем ведра: 3,3 л.
- Длина ручки: 130 см.
- Размер насадки: 33×12×0,6 см.
- Материал: пластик, металл, микрофибра. В комплекте: швабра, ведро, 2 сменные насадки из микрофибры, инструкция.

2 отсека: для полоскания и отжима



Ножницы для педикюра

лот 402091-02 ~~899 р.~~ **599 р.**

- Ножницы для педикюра из нерж. стали с длинной ручкой и угловым лезвием для стрижки жестких ногтей.
- Требует меньше усилий, чем обычные ножницы и не скользят по ногтю, благодаря покрытию.
- Подходят тем, кому трудно нагнуть пальцы.
- Материал: нерж. сталь, пластик.
- Размер: 21×5,9 см, длина лезвия: 3,5 см.



Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 20 шт.

лот 925760 ~~6999 р.~~ **3999 р.** **20 шт. – 10 м²** **Выгода – 3000 р.!**

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под нужный размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Надежно и просто клеятся на любую поверхность.

Материал: вспененный полиэтилен.
Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серебристый мрамор» (4).
Размер одной панели: 70×77 см.
В комплекте: 20 шт.



Набор для перемещения мебели «Транспортер»

лот 27948 ~~2499 р.~~ **1299 р.**

- Поможет легко передвинуть мебель по любому напольному покрытию.
- Максимальная нагрузка на каждую платформу – до 100 кг.
- Рычаг выдерживает 150 кг.

Материал: металл, резина, пластик.
В комплекте: 1 подъемный рычаг (длина: 35,5 см), 4 транспортировочные платформы (10×7,5×3 см).
Цвет может отличаться от представленного.

4 платформы с колесами

Подъемный рычаг

При помощи рычага подложите платформы под мебель:



Бритва 3 в 1 «Леомакс Рейзер»

лот 402968-01 ~~1999 р.~~ **1499 р.**

- 3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
- Водонепроницаемая, легкая и компактная.
- Работает от аккумулятора.
- Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия). В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышечкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы. Мощность: 5 Вт. Емкость аккумулятора: 800 мАч. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.



Умные очки «Анти-блик»

лот 18502 ~~999 р.~~ **599 р.** 1 шт. ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- Улучшают видимость на дороге днем и ночью при вождении.
- Защищают глаза во время работы с опасными инструментами.
- Можно надевать поверх обычных очков с диоптриями.
- Убирают блики на воде во время рыбалки. Ударопрочные.
- Материал оправы и линз: ПВХ. Длина дужек: 13 см.
- Размер очков: 15×5,4×4 см (в сложенном виде).
- В комплекте: 1 или 2 шт. (укажите при заказе).



Фонарь сверхъяркий

лот 103278-01 ~~799 р.~~ **599 р.**

- Сверхъяркий светодиод.
- Магнит для крепления к металлическим поверхностям, петля для подвешивания.
- Дальность освещения: до 60 м.
- Регулировка яркости и угла свечения.
- Время непрерывной работы – до 6 ч.
- Материал: пластик. Мощность: 5 Вт.
- Размер: 29×4×4 см.
- Световой поток: 350 Лм.
- Работает от 3 батареек AAA (в комплект не входят).

Петля для подвешивания

Магнит для крепления к металлической поверхности



Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 ~~1999 р.~~ **999 р.**

- Заклеит, уплотнит и отремонтирует.
- Можно использовать под водой.
- Прочно контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металлов, дерева, керамики, стекла и др.
- Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см, лента в подарок: 10×100 см.

ЛЕНТА В ПОДАРОК!



Прибор для приготовления хот-догов

лот 202957-02 ~~2999 р.~~ **2499 р.**

- Горячие блюда гриль и выпечка за 10 минут!
- Простое использование.
- Компактное хранение.
- Легкий уход.

Материал: пластик (корпус), алюминий с антипригарным покрытием.
Мощность: 750 Вт.
Питание от сети: 220-240 В.
Внешний вид прибора может отличаться от представленного.



Электрическая турка

лот 200772 ~~1699 р.~~ **999 р.**

- Ненагревающаяся съемная ручка.
- Скрытый нагревательный элемент.
- Защита от включения без воды и защита от перегрева.

Материал: пластик, металл. Объем: 0,5 л.
Мощность: 600 Вт.
Напряжение: 220-240 В.
Длина провода: 60 см.

Черный

Фиолетовый



Термокастрюля «Магия вкуса»

лот 203246 от ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Поддерживают температуру пищи несколько часов.

Внутри – чаша из нержавеющей стали.

Материал: пластик, нержавеющая сталь. Объем: 1,4 л или 2,3 л (укажите при заказе). В комплекте: 1 кастрюля с крышкой. Не предназначены для использования на плите и в духовом шкафу.

1,4 л

2,3 л



Термос-кувшин

лот 203140 ~~1999 р.~~ **999 р.**

- Сохранит температуру напитка в течение 12 ч.
- Узкий носик поможет аккуратно налить напиток в чашку.
- Съемное дно позволит заменить стеклянную колбу.

Материал: пластик (корпус), стекло (колба). Объем: 1 л.



Очиститель универсальный «Антижир», 3 шт.

лот 103478-01 ~~1299 р.~~ **999 р.** 3 шт.

- Быстро и эффективно удаляет жировые, белковые, масляные загрязнения, копоть и пригар.
- Подходит для обезжиривания и полировки хромированных и никелированных поверхностей.
- Устраняет неприятные запахи.

Объем одного флакона: 500 мл. В комплекте: 3 флакона.



Чудо-эмульсия «Антикор» 5 в 1, 3 шт.

лот 19128-02 ~~1299 р.~~ **999 р.** 3 шт.

- Устраняет коррозию и не дает появиться новой.
- Готовит поверхность к покраске.

Состав: вода, ортофосфорная кислота, функциональные добавки.
Объем: 500 мл. В комплекте: 3 шт.
При работе используйте средства защиты кожи, органов дыхания и зрения!



Жидкая резина «Фикс Про 3 в 1»

лот 102640 ~~1299 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- 3 в 1: герметик, жидкая резина и клей.
- Блокирует проникновение влаги.
- Подходит для любой поверхности.
- Предотвращает образование ржавчины и коррозии.

Объем баллона: 450 мл.
Цвет: черный, белый, прозрачный. В комплекте: 2 баллона одного цвета.

До

После



Ультразвуковой отпугиватель насекомых и грызунов «Защитник», 2 шт.

лот 10035 ~~1999 р.~~ **999 р.** 2 шт.

- Электромагнитные импульсы отпугивают крыс, тараканов, пауков, мух и комаров.
- Работает от сети 230 В. Материал: пластик. Размер: 11×7,5×6,5 см.
- Зона влияния: до 200 кв. м.
- В комплекте: 2 шт.



Компактная мини-духовка, 7 л

лот 202693 ~~5999 р.~~ **3999 р.**

- Проста и удобна: приготовит блюда из мяса, рыбы, овощей; испечет пироги.
- Регулировка температуры от 100 до 250°C.
- Таймер на 60 минут.

Мощность: 600 Вт. Объем: 7 л.
Размер: 20×32×24 см. Вес: 1,98 кг.
В комплекте: мини-духовка, решетка, противень.
Цвет: «зеленое яблоко», белый (укажите при заказе).

«Зеленое яблоко»

Белый



Казан-Вок «Сила гранита» и крышка с давлением

лот 22678 ~~3999 р.~~ **1999 р.**

Выпускной клапан для пара

Крышку можно ставить вертикально

Бордовый

Черный

- В казане создается высокое давление, что ускоряет приготовление.
- Керамическое покрытие Granitex.
- Стеклокрышка Ø 32 см с клапаном для пара.
- Подходит для плит любого типа. Объем: 4 л. Дно казана: Ø 17 см.
- Высота борта: 9,5 см. Цвет: черный, бордовый.



Многофункциональная овощерезка

лот 91511-02 ~~1999 р.~~ **1499 р.**

- 9 видов нарезки.
- Ножи из нержавеющей стали.
- Нарезка падает в контейнер, кухня остается чистой.
- Шинкует, натирает, нарезает соломкой, кубиками и др.
- Размеры: 31,8×11,5×11,5 см.
- Материал: пластик, нерж. сталь.
- В комплекте: контейнер с крышкой, корзина, 8 насадок, держатель, грешок для чистки.
- Цвет может отличаться от представленного.



Кадка с гнетом «Разносолы»

лот 28938-02 ~~3699 р.~~ **2999 р.**

- Ароматные заготовки квашеной капусты, соевых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках!

Материал: древесина липы, нержавеющая сталь.
Объем: 10 л.



Ветчинница «Гурмэ»

лот 203327 ~~1499 р.~~ **999 р.**

- Поможет приготовить ветчину, колбасу, рулеты, зельц и др. в домашних условиях!
- Уложит в ветчинницу сырое мясо или фарш и готовьте: в духовке, аэрогриле, мультиварке или просто отварите в кастрюле!

Материал: нержавеющая сталь.
Размер: 11×17 см.
В комплекте: корпус, днище, прижимная крышка, 4 пружины, инструкция.



Набор керамических контейнеров, 3 шт.

лот 28486 ~~1499 р.~~ **799 р.** Вакуумные крышки 3 шт.

- Вакуумные крышки обеспечивают длительное хранение продуктов.
- Циферблат на крышке поможет выставить дату закрытия.

Материал: керамика, пластик.
В комплекте: 3 контейнера с крышками. Объем: 250 мл, 500 мл, 750 мл.
Можно использовать в СВЧ и посудомоечной машине.



***ВАШ ПОДАРОК:**

при заказе от 1000 р. Доска разделочная + нож в чехле (цвет в ассортименте)

при заказе от 2000 р. Складные очки «Фокус Плюс» с футляром



Элтацин®

ПРИ ВЕГЕТОСОСУДИСТОЙ ДИСТОНИИ

Метеочувствительность

Раздражительность

Головные боли

Нарушение сна

Астения

Апатия

Головокружение



Чтобы узнать
подробнее
о препарате,
отсканируйте
этот код, 18+

Медицинский научно-производственный комплекс

БИОТИКИ

Элтацин®

Регистрационное удостоверение ЛС-000499

Глицин+Глутаминовая кислота+Цистин
таблетки подъязычные 70 мг+70 мг+70 мг
30 таблеток

Применяется при синдроме
вегетативной дисфункции

Увеличивает физическую
работоспособность

Повышает сократительную
способность миокарда



БИОТИКИ
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД

реклама

Регистрационное удостоверение ЛС-000499

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ**