

№24
(541)

ТВ-программа с 20 по 26 июня 2022 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**И СИЛ СТАНЕТ
БОЛЬШЕ,
И ТАЛИЯ ТОНЬШЕ**

стр. 11

**ГОТОВИМ
НА ПАРУ
ВКУСНУЮ
ЕДУ**

стр. 8

**АРТЁМ
СУЧЖКОВ**
**КОНЕЧНО, Я ЧЕЛОВЕК
НАСТРОЕНИЯ**

стр. 2

**ПОЧЕМУ УШИ
РАСТУТ ВСЮ
ЖИЗНЬ?**

стр. 15

**КАК
ПРИМЕНЯТЬ
СОДУ В БЫТУ?**

стр. 46

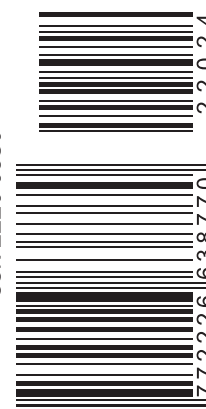
**ВМЕСТЕ
ВЕСЕЛО
В ПУТИ**

стр. 4

12+

Фото Надежды Александровой

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 22024

Обаятельный персонаж Володя Яковлев успешно перекочевал из «Полицейского с Рублёвки» в «Милиционера с Рублёвки», где события развиваются в 90-е годы.

Героя в молодости сыграл наш сегодняшний гость – актер Артём Сучков. И так это у него здорово получилось, что было решено снять продолжение. Новые серии мы увидим на ТНТ уже в июне, а пока давайте спросим Артёма о впечатлениях от съемок.

«Кайфую от этого проекта»

– *Расскажите, пожалуйста, о своём герое – как он становится в новых сериях? Чему научился Володя Яковлев, какие выводы сделал?*

– Есть такие люди, которые не умеют делать какие-либо выводы. Володя Яковлев с самого начала знает, что он все знает, все умеет и если что-то не получилось, то это что-то, разумеется, само виновато (улыбается). Да и вообще, чего ждать от человека, который каждый раз ведется на жесткие розыгрыши своего младшего брата?

– *Для вас это уже знакомый персонаж, с каким чувством приступали к съемкам? Было ощущение комфорта от роли, как говорится, как от домашних тапочек?*

– Я вообще кайфую от этого проекта и от людей,

Артём СУЧКОВ:

Конечно, я человек настроения

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»

– Я желаю вам хорошего дня и хорошего настроения. И пусть всё задуманное исполнится!

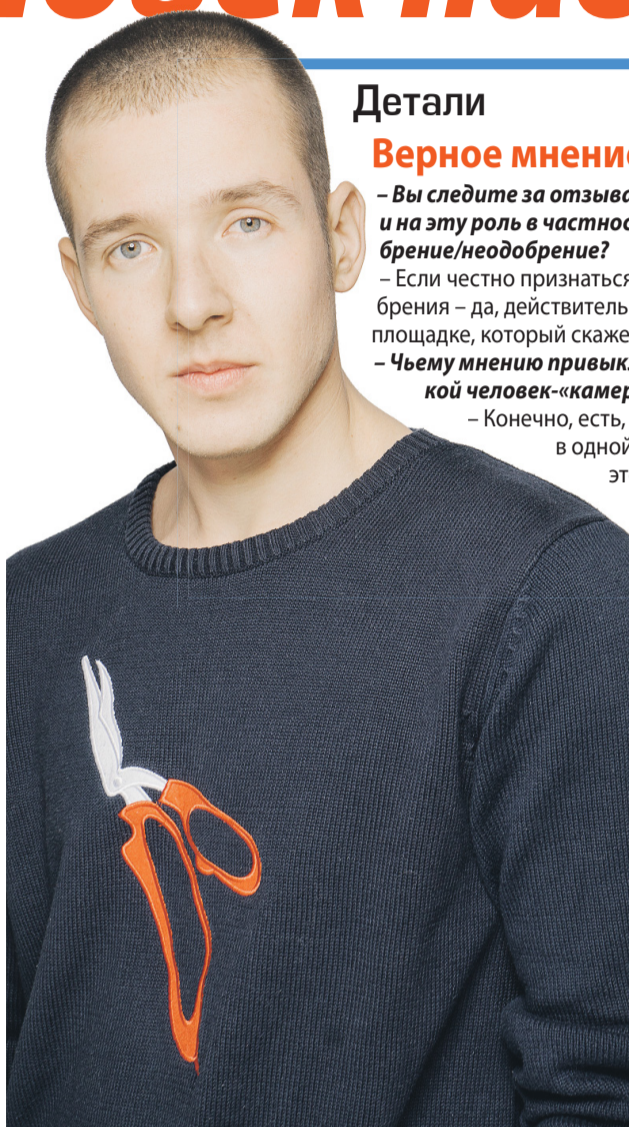
которые рядом со мной на площадке. Володьку Яковлева довольно трудно назвать «уютными домашними тапочками», потому что роль довольно энергос затратная и требует достаточно большой концентрации. Он скорее подходит на удобные кроссовки для бега – и ты бежишь в них марафон, и все горит, и ты горишь, и кроссовки горят.

Ностальгия станет веселее

– *Первый сезон сценарист Илья Куликов описывал как абсурдный и ностальгический одновременно, говоря*

об эпохе 90-х. Какой характер у нынешнего сезона? По чему ностальгировать будете? Какие абсурды произойдут на этот раз?

– Сценарно прошел всего лишь год, поэтому характер истории остался прежним. Разумеется, за год много что изменилось, и, конечно, ностальгировать станет веселее, потому что появилась новая техника, новые фильмы, новые игры, над которыми сейчас, конечно, все смеются, но в то время им верили, сопереживали, ну а кто-то даже подражал.



Детали

Верное мнение всегда рядом

– *Вы следите за отзывами на вашу работу вообще и на эту роль в частности? Насколько важно одобрение/неодобрение?*

– Если честно признаться, не слежу. А по поводу одобрения – да, действительно, я его жду. От режиссера на площадке, который скажет, то я делаю или не то.

– *Чьему мнению привыкли доверять? Есть у вас такой человек-«камертон»?*

– Конечно, есть, и этот человек живет со мной в одной квартире (смеется). Бывает, это мнение сложно принять, но я потом убеждаюсь в том, что оно действительно верное.

– *Говоря об абсурдах вообще – как вы к ним относитесь, если встречаете в обычной жизни?*

– Я довольно часто попадаю в какие-то абсурдные ситуации, но какой-то четкой схемы – как на них реагировать – я до сих пор не придумал. Но всегда смеюсь. Смех – единственное, по-моему, в нашей жизни, что спасает, защищает и не травмирует психику. Ведь если ты смеешься над этой ситуацией, ты как бы отстраняешься, и пережить ее становится значительно проще.

«Пою всё подряд»

– *Каким должен быть ваш идеальный день отдыха?*

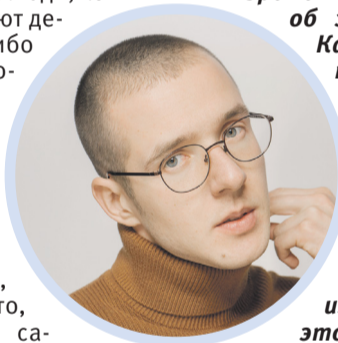
– Бывает абсолютно разным. Все зависит от того, как долго и усердно

я работал. Иногда бывает здорово провести какой-то яркий насыщенный день и понять, что ты отдохнул. А бывает так классно просто побыть дома одному и навести порядок в своей голове.

– *Знаю, что вы любите и умеете петь. Что поёте для души, какую песню в своём исполнении считаете лучшей?*

– Для души пою все подряд! Подпеваю своему плейлисту в машине, подпеваю сыну, когда он поет песни из мультфильмов. А вот по поводу песни – я человек довольно самокритичный, и мне кажется, ее не было и никогда не будет.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ



Артём Жигулин и Артём Сучков на съемках «Милиционера с Рублёвки».



Артём Жигулин и Артём Сучков на съемках «Милиционера с Рублёвки».

Дословно

Хорошая погода необходима!

– *Вы человек настроения? Может какая-то внешняя деталь, мелочь испортить вам его или, наоборот, поднять?*

– Про мелочи не знаю, не уверен. Но с годами начал замечать, что мое настроение стало зависеть от погоды (смеется). Ну а если без шуток, то, конечно, я человек настроения. Но если оно у меня плохое, я стараюсь этого не показывать, дабы не травмировать окружающих. Правда, те, кто меня знает, все равно подойдут и спросят, все ли у меня в порядке?

– *Расскажите, пожалуйста, чего ждете от наступающего лета – в профессиональном и личном плане? Нам ждать премьер с вашим участием?*

– От наступающего лета я очень жду хорошей погоды – нормальной летней теплой погоды! Потому что я ввязался в авантюру по строительству дачи самостоятельно. Я сам таскаю доски, заливаю фундамент и занимаюсь прочей ерундой, и хорошая погода мне просто жизненно необходима! И хочется уже это закончить как можно быстрее. А по поводу премьер – должен вас огорчить. Нам, артистам, известно не так много. Поэтому пока жду премьеру «Милиционера с Рублёвки» вместе с вами.

Блиц

– *Последнее кинопечатление?*

– Сериал «Вокруг света за 80 дней» с Дэвидом Теннантом.

– *Книга, к которой возвращаетесь раз за разом?*

– «Чайка по имени Джонатан Ливингстон».

– *Что вас раздражает в людях?*

– Злоба и зависть.

– *Какое человеческое качество для вас важнее всего?*

– Адекватность.

– *Куда мечтаете поехать в путешествие и почему?*

– Я за свои 30 лет ни разу не был в горах. И поэтому жду удачного случая, чтобы наконец взять и покорить какую-нибудь вершину.

Кстати

Телешоу как исключение

– *У вас уже есть опыт участия в телешоу. Не хочется ещё раз себя испытать в чём-то подобном? Или, например, предложить свой проект для телевидения?*

– Вы знаете, после «Последнего героя» у меня было еще несколько телешоу, и единственное, в чем убедился, – что в одну реку дважды не войдешь. И я такой человек, который существует по-настоящему, а шоу – это все-таки зачастую просто шоу. Но, конечно, существуют исключения из правил, и если такое исключение мне попадется, я обязательно соглашусь.

– *Вы говорили в интервью, что довольно часто ездите с семьей на вашу родину – в Нижний Новгород.*

– Да, мы стараемся часто ездить в Нижний Новгород, потому что там живут родственники. Кстати, пользуясь случаем, хочу поздравить своего деда с юбилеем – ему исполняется 90 лет – и хочу пожелать ему крепкого здоровья!

Даниил Спиваковский приглашает поразмышлять о любви

О спектакле «Ищу мужа» театрального агентства «Арт-Партнёр» зрители оставляют очень тёплые отзывы. Почему? Главная причина в том, что легкую комедию с музыкальными номерами исполняют популярные и любимые публикой артисты – Михаил Полицеймако, Мария Порошина, Ольга Тумайкина, Владислав Котлярский. Мы попросили поделиться впечатлениями о спектакле актера, который совсем недавно присоединился к творческому коллективу. Это удивительный и талантливый Даниил Спиваковский.

– В этом спектакле я встретился со своими замечательными коллегами, –

рассказал он нам. – С Мишей Полицеймако мы дружим давно, уже играли в одних постановках, понимаем друг друга с полуслова и с «полужеста», чувствуем друг друга на сцене. С Марией Порошиной сблизился со счета – сколько у нас совместных картин, причем в нескольких мы «были» мужем и женой, так что мы тоже пара «спетая», хотя на театральной сцене встретились впервые. А вот с замечательной актрисой Олей Ту-

майкиной, которая играет вместе с Машей одну роль, мы знакомы довольно давно, но вместе не играли, и я очень рад, что представилась возможность поработать на одной сценической площадке. Результат получился интерес-

ный, надеюсь, я привнес новое дыхание в этот проект. Это не первый спектакль театрального агентства «Арт-Партнёр», в котором я занят. Есть еще удивительная добрая комедия «Сеанс гипноза для семейной пары» с моими замечательными партнерами – Олесею Железняком, Андреем Ильиным – яркая, по-житейски мудрая, которую завершает актуальный во все времена монолог моего героя: «Любите друг друга и будьте счастливы всегда!»

Ближайший спектакль «Ищу мужа» с участием Марии Порошиной, Михаила Полицеймако и Даниила Спиваковского состоится 28 июня в ЦДКЖ в Москве.

Фото предоставлено МТА «Арт-Партнёр»



Героиня Виктории Исаковой стала судмедэкспертом

На Первом канале – премьера сериала «Заключение» с Викторией Исаковой в главной роли. По сюжету ее героиня Вера Елагина – блестящий хирург, специализирующийся на плановой абдоминальной хирургии (раздел медицины, занимающийся лечением патологий органов брюшной полости при помощи оперативного вмешательства). Но в один момент все в ее жизни начинает идти не по плану: развод с мужем, неожиданное расследование из-за гибели пациента и работа судмедэкспертом в Следственном комитете. Режиссером сериала стал Сергей Попов. Кроме Виктории Исаковой, в сериале снимались Дмитрий Куличков, Виталий Кищенко, Михаил Ширяев, Владислав Ветров и другие артисты.

– Это сериал о сильной женщине, – рассказывает режиссер Сергей Попов. – Вика сама производит впечатление волевой барышни, но при этом она – удивительно тонкая, хрупкая, звонкая и очень ранимая. Мы специально нашли ей такую квартиру, где большие окна, – видно город, и она одна сидит все время на подоконнике. Или за большим длинным столом, который мы специально изготовили для съемок. Я просил художника-постановщика, чтобы он и квартиру героини сделал похожею на операционную – там все стерильно. Вроде все хорошо – но настолько стерильно, что очень чувствуется одиночество героини...

Фото Первого канала



Дети Жириновского расскажут об отце Андрею Малахову

В пятницу, 17 июня, в эфире телеканала «Россия» – эксклюзивное интервью. О том, каким Владимир Жириновский был вне политической арены, знают немногие. Мало кому известно, что он был заботливым и любящим отцом троих детей. Впервые «неизвестные» дети знаменитого политика – дочь Анастасия и младший сын Олег – в эксклюзивном интервью Андрею Малахову раскроют образ Владимира Жириновского с новой, неожиданной стороны.

– Сложный был человек со сложным характером, но был такой, какой есть, – вспоминает об отце младший сын.

Ну а дочь Анастасия в числе прочего расскажет, как впервые познакомилась с папой своего будущего мужа. «Он не знал, кто отец», – признается она.

Фото телеканала «Россия»



Евгений Дятлов справится со всеми препятствиями

В эфире телеканала НТВ на этой неделе – премьера остросюжетной драмы «Акула» производства «Амедиа Продакшн» с заслуженным артистом России Евгением Дятловым в главной роли. В центре истории – начальник УГРО Александр Кулаков по прозвищу Акула, которому предстоит исправить ошибки прошлого и спасти семью, при этом находясь сразу по обе стороны добра и зла.

– Наш фильм не о том, как человек переосмысливает свои поступки, а о том, как он справляется с препятствиями, которые выросли на его пути, – рассказал нам исполнитель роли Акулы Евгений Дятлов. – Очень часто при решении проблем происходит смещение фокуса с понятий «добра и зла» на понятия «выполнил или не выполнил». «Буду ли я победителем или нет?» – вот это становится его главной задачей. Для таких людей, как мой герой, слабость равна гибели. И он попадает в такую четкую парадигму, поэтому ему очень трудно с этим смириться. Он постоянно ищет возможность быть сильным.

Фото «Амедиа Продакшн»



Владимир Сычёв отдал свой голос Колобку

В кинотеатре «Синема Парк Европейский» прошла светская премьера российского анимационного фильма «Кощей. Похититель невест». Эта история о том, что вот уже триста лет Кощей не может найти себе невесту.

Картину представили первым зрителям режиссер Роман Артемьев, продюсер Вадим Сотсков, актер Владимир Сычёв, который подарил свой голос харизматичному и никогда не унывающему Колобку, Екатерина Тарасова, озвучившая непокорную красавицу Тридевятого царства Варвару, Ирина Савина, вдохнувшая жизнь в Бабу-ягу, и другие члены большой творческой команды проекта.

Антон Артемьев рассказал о роли в «Цыцгендере»

В Москве начались съёмки фильма с необычным названием – «Цыцгендер». Главные роли в нем исполняют молодые артисты Кристина Кучеренко и Антон Артемьев.

В центре сюжета – 20-летняя Даша из провинциального Жигулевска, которая хочет доказать отцу важность феминизма. Но чтобы осуществить желаемое, ей нужно стать популярной блогершей и получить столичный грант на просветительский проект в родном городе. Ради этого она начинает снимать сюжеты об исправлении бойца без правил Антона, которого случайно встречает в поезде по дороге в Москву.

– Для роли в «Цыцгендере» я занимался пять раз в неделю боксом и два-три раза ходил в спортзал, в котором тренируются чемпионы мира, – рассказал исполнитель роли бойца Антона актер Антон Артемьев. – Тренер ставил мне технику так тщательно, будто готовил к чемпионату мира по боксу...

Режиссером проекта стал Радик Рахимов. В сериале также сыграют Денис Власенко, Валентина Ельшанская, Фёдор Лавров, Алексей Макаров, Эвелина Блэданс и другие.

Фото START



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»	
13.07.2022 – 17.07.2022 «ПО ВОЛЖСКИМ БЕРЕГАМ»	от 17 640 р
Москва – Калезин (резиденция Бабы Яги) – Углич (Музей кожевенного ремесла) – Ярославль (Ростов Великий) – Тверь (Успенский собор) – Икша (зел. стоянка) – Москва	
27.07.2022 – 30.07.2022 «А ПО КАМУШКАМ РЕЧКА БЕЖИТ»	от 12 870 р
Москва – Калезин (улиточная ферма) – Мышкин (Марьиново) – Углич (Музей кожевенного ремесла) – Москва	
31.07.2022 – 15.08.2022 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ»	от 95 900 р
С-Петербург – Ст. Ладога – Кийи – Соловки (2 дня: Б. Заяцкий, о. Кузова) – Архангельск (2 дня) – о. Кийи/г. Онега – Сосновец – Повенец (Кивач, г. Воттоваара) – Москва	
15.08.2022 – 26.08.2022 «ПОТОМУ ЧТО МЫ НАРОД БРОДЯЧИЙ»	от 38 520 р
Москва – Мышкин – Кострома – Городец – Новгород – Свияжск – Казань (Билла/Мамары) – Болгар – Чебоксары (Иошкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль (Полский монастырь) – Калезин – Москва	
29.08.2022 – 02.09.2022 «ЛЕТО, АК ЛЕТО БУДЬ СО МНОЙ»	от 16 110 р
Москва – Икша – Углич – Ярославль – Тутаев – Калезин (улиточная ферма) – Москва	
29.08.2022 – 09.09.2022 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС»	от 67 400 р
Москва – Углич – Горький – Кийи – Соловецкий архипелаг – Архангельск – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва	
10.09.2022 – 21.09.2022 «РУССКИЙ СЕВЕР»	от 63 700 р
Москва – Углич – Кийи – Сосновец – Соловки (2 дня) – Архангельск – Повенец (Медвежьегорск) – Ярославль – Гавто Москва	
12.09.2022 – 29.09.2022 «АСТРАХАНСКИЕ ПРОСТОРЫ»	от 56 496 р
Москва – Углич – Ярославль – Городец – Н. Новгород – Казань – Тольятти – Самара – Кувалыск – Балаково – Астрахань – Никольское – Волгоград – Саратов – Винновка – Тетюши – Чебоксары – Тутаев – Москва	
КРУИЗЫ 2023 СО СКИДКОЙ 20%	
30.07.2023 – 14.08.2023 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ»	от 93 280 р
С-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кийи – Соловецкий архипелаг (2 дня: Б. Заяцкий, о. Кузова) – Архангельск (2 дня: М. Корель, Северодвинск) – о. Кийи – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец – Москва	
СО СКИДКОЙ 10% НА FLOTRUSICH.RU, ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64, Действительно при наличии мест. Реклама	

СЕКРЕТ УСПЕХА

Цветущий помощник

Из невероятного множества комнатных цветов для рабочего стола лучше выбрать те, которые смогут простить вам несвоевременный полив и будут продолжать вас радовать каждый рабочий день при любых обстоятельствах.



Претенденты на стол

Какой цветок вы первым представляете рядом со своим компьютером? Вероятно, кактус? Мы тоже. Стать лучом света в темном офисном царстве может и бамбук. Он с легкостью переживет отсутствие солнечного света и будет радовать своего обладателя даже за офисной перегородкой. Также нельзя не сказать про суккуленты, любовь к которым все больше возрастает. Кроме того, что они красивые, они еще и неприхотливые. Чуть менее ленивым и забывчивым предлагаем рассмотреть денежное дерево. Ему потребуется всего несколько часов освещения в день (можно даже несильной интенсивности). Это легко позволит вам найти для него подходящее место в офисе.

Горшки и Ко

В офисах зачастую бывает мало места для цветочных горшков. Приходится расставлять их на полках, на узких подоконниках и на краю стола. Поэтому стоит отдать предпочтение небольшим цветочным горшкам строгих форм и нейтральных цветов, чтобы они соответствовали офисной атмосфере. Отличный вариант – длинный сосуд на несколько растений.

А польза в чём?

Во-первых, зеленый цвет листьев отлично помогает снять напряжение с глаз. Во-вторых, цветущее растение поднимает настроение в трудный день. В-третьих, зелень неплохо очищает пыльный офисный воздух.

С наступлением сезона отпусков и долгожданных путешествий всё актуальнее встаёт вопрос, чем же себя занять во время дороги, чтобы не заскучать?

А если вы планируете отдых с маленькими пассажирами, то развлекать придется не только себя, но и их. Как же подготовиться к поездке, чтобы дорога не превратилась в сплошную скуку?

Время для общения

К сожалению, в ежедневной суете не всегда хватает времени на живое общение. А в отпуске как раз оно есть. Так почему же не использовать его с пользой? Обсудите с близкими, о чем вы мечтаете, что вас тревожит, что интересно. А они, в свою очередь, тоже пусть расскажут о себе. Дорога обычно располагает к откровенному разговору.

Названия населённых пунктов

Интересный вариант – фотографировать (или просто записывать) необычные названия населённых пунктов, деревень или рек, которые встречаются вам на пути. Представьте, как интересно будет просматривать эти фото после путешествия! А для того, чтобы сделать фото, можно будет выйти из машины, размяться и подышать свежим воздухом. Отличная пятиминутка!

ВМЕСТЕ весело в пути



Зелёные машины

А можно в дороге поиграть. Договориться о том, что вы будете считать: зеленые машины, белые столбы, синие дома... Игра помогает сконцентрироваться, заставляет активизировать внимание, память. Существует и множество других игр, которые помогут скрасить часы ожидания. Например, «ассоциации», «города» или игра, в которой один участник называет слово, а следующий придумывает слово на последнюю букву уже названного слова.

Зарядка для глаз

В дороге это особенно интересно и актуально. Изучая новые пейзажи, задержите взгляд на дальних объектах, а затем переместите его на близлежащие предметы. Повторите такое упражнение несколько раз. Отличная зарядка получилась! А если вам идея с зарядкой пришлась по вкусу, добавьте несколько упражнений для шеи, рук и спины. Эти части тела тоже приятно размять в пути.

Долгожданный фильм

Заранее скачайте в свой гаджет тот фильм (или мультфильм), который вы давно хотели посмотреть, и наслаждайтесь. Не забудьте взять наушники и для ребенка, подключив их к разветвителю. Приятного просмотра! Только позаботьтесь о возможности зарядить устройство, когда будет садиться аккумулятор, чтобы не остаться без связи.

Аудиокниги по интересам

Заранее выбранная аудиокнига с учетом пожеланий всех членов вашей команды однозначно порадует каждого путешественника. Любите приключения не только в жизни, но и в книгах? Тогда смело отправляйтесь в аудиопутешествие!

Сказка с продолжением



Вместе с ребенком (попеременно) придумывайте продолжение сюжетной линии новой сказки. Никогда не знаешь, в какие края может завести фантазия не только ребенка, но и вас.

– Что главное при сборах в путешествие?
– Главное – брать в два раза меньше вещей и в два раза больше денег.

Кстати

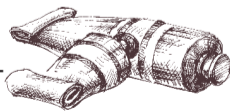
Если в машине удобнее отдать предпочтение аудиокниге, то в поезде (особенно в купе) можно почитать новую книгу вслух. Детям обязательно понравится книга, которую вы выбирали вместе как раз для такого случая. Только не забывайте показывать им картинки, ведь малыши это так любят! Вероятно, чтение – одно из наиболее популярных увлечений во время путешествий.

Желаем вам приятной дороги и отличного отдыха!
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Творения русских художников

Многие картины русских художников мы знаем с детства. У каждой из них, как правило, есть своя интересная история. Сегодняшняя наша викторина посвящена творениям художников России.

1. Современники Александра Сергеевича Пушкина рассказывают, что, увидев свой портрет, он написал такие строки: «Себя как в зеркале я вижу, но это зеркало мне льстит». Какому художнику в 1827 году Антон Антонович Дельвиг заказал портрет друга?
а) Василию Тропинину.
б) Оресту Кипренскому.
в) Василию Перову.



2. Хорошо известна картина Ильи Репина «Бурлаки на Волге», созданная художником в 1870-1873 годах. Считается, что впервые бурлаков живописец увидел на Неве, когда поехал на этюды к своей конкурсной картине «Иов и его друзья», а рисовать отправился на Волгу. Сколько бурлаков изображено на картине?

а) 8.
б) 11.
в) 15.
3. Над картиной «Богатыри» Виктор Михайлович Васнецов работал около 20 лет. Сам художник описал картину так: «Богатыри Добрыня, Илья и Алёшка Попович на богатырском



выезде – примечают в поле, нет ли где ворога, не обижает ли где кого?» Вспомните, какое оружие держит в левой руке центральный богатырь?
а) Палицу.
б) Меч.
в) Копье.
4. В 1856 году один известный купец и текстильный фабрикант за ещё незаконченную картину под названием «Искушение» заплатил 50 рублей задатка русскому художнику Нико-



лау Шильдеру. Вскоре меценат забрал заказ и с тех пор считал картину первой в своей коллекции русского искусства. Начало какой картинной галереи положила покупка?
а) Третьяковской.
б) Галереи современного искусства.
в) Эрмитажу.

ОТВЕТЫ

1-б. Орест Кипренский.
2-б. 11.
3-в. Копье, Добрыня Никитич – с
меном, Алёшка Попович – осова-
4-а. П.М. Третьяков – основа-
тель Третьяковской галереи.

20 июня на СТС стартует долгожданный сериал «Регби». Роль спортивного врача в нём досталась Сергею Селину.

Сергей рассказал нам о новой роли, о том, как проходили съемки и о своем отношении к регби.

По-отечески и с любовью

– Сергей, насколько вам комфортно было в новом образе в сериале «Регби», где вы сыграли роль спортивного врача?

– Абсолютно комфортно. У меня есть знакомые врачи, у которых я спрашивал те или иные моменты, консультировался. Молодые актеры отдавались игре так, что у меня дух захватывало на них смотреть. А что касается моего персонажа, то он был для героев почти родным отцом, старшим товарищем, да и я чувствовал, будто актеры – действительно мои дети, невольно ощущал в кадре за них ответственность. Ведь в нашем сериале отношения между героями непростые, моему персонажу приходилось по-отечески давать советы. Он человек особенный – ему не чужды проблемы молодых героев: старается поддержать каждого, но при этом его метод – и кнут, и пряник. Настоящий профессионал, влюбленный в свою профессию.

– Как ещё готовились к роли?

– Перед тем, как начать работать над ролью, я по-

Сергей Селин стал спортивным врачом

смотрел игры национальных чемпионатов Австралии и Новой Зеландии, а также наших российских команд, чтобы понять этот вид спорта.

«Открыл для себя регби»

– Насколько вы «прониклись» таким видом спорта, как регби?

– Открыл для себя этот вид спорта, в том числе благодаря нашему сериалу. В сериале «Регби» снимались и профессиональные регбисты, например. Было видно, насколько они живут спортом и что в регби заключается смысл их жизни. Они очень поддерживали актеров, подсказывали нам и помога-



Дословно

Голодное ТО

– А как относитесь к диетам? Во многих интервью вы говорили, что время от времени боретесь с лишним весом.

– Да, у меня есть предрасположенность к полноте. Зная это, я стараюсь держать себя в тонусе и так или иначе следить за собственным весом. Несколько раз проходил курс лечебного голодания в военном госпитале. Как я говорю, ТО – техническое обслужива-

ние. Это не просто голодание, а голодание под присмотром врачей, особая методика, такая своеобразная чистка организма.

– Насколько легко переносили такой курс?

– Вы знаете, под присмотром профессионалов это не так сложно осилить. Это не просто голодовка. Прежде всего, на третий день уже не хочется есть. Самое главное здесь – пить воду, много гуляешь на свежем воздухе (госпиталь находился в лесном массиве), делаешь оздоровительные капельницы... Самому было интересно узнать, сколько я смогу продержаться. В итоге получился такой интересный опыт. Не исключаю, что вернусь к нему снова.

ли. В России регби, конечно, по популярности уступает другим командным видам спорта. Но приятно, что оно развивается у нас большими темпами.

– А какой спорт вам близок?

– Я являюсь членом Федерации фигурного катания Санкт-Петербурга. Даже ездил на сборы на-

ших фигуристов, был на Олимпиаде в Сочи. И время от времени играю в хоккей. Не могу сказать, что спорта много в моей жизни, но по возможности стараюсь поддерживать себя в форме.

Юбилей на берегу океана

– Возвращаясь к сериалу «Регби», насколько быстро вы нашли общий язык с режиссёром?

– Аня Мирохина – настоящий профессионал. Она точно понимает, как и о чем снимать. Это очень важно. С ней было достаточно комфортно работать. Она четко ставила

задачи, вместе работали над персонажем, а каким он получился, решать зрителям.

– В прошлом году у вас был юбилей – 60 лет. Отмечали как-то особенно?

– Была очень нестандартная ситуация – пандемия. Но моя супруга Анна решила устроить мне сюрприз-путешествие: купила билеты на Мальдивы, и мы всей семьей отправились на один из островов. На берегу океана выпили по символическому бокалу шампанского, а дети на песке выложили камушками надпись: «С днем рождения, папа!». Получился такой семейный праздник для души.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

фото телеканала СТС

Увидеть мир в ярких красках

Скидка* 40%
на диагностику зрения

Консультация хирурга бесплатно

3Z Прогрессивная
офтальмология

м. ВДНХ, ул. Бориса Галушкина, 3
8 (495) 292 69 10 3z.ru



*Скидка предоставляется только для новых пациентов старше 45 лет записанных на диагностику. Скидка не суммируется с другими акциями и предложениями. Предложение действительно с 07.06.2022 по 31.07.2022 года в клинике 3Z по адресу: Москва, ул. Бориса Галушкина, 3. ООО «Три-З». Лицензия №ФС-26-01-002007 от 03.02.2022 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

Реклама

Народный артист России, представлять которого нет смысла, давно освоил несколько смежных профессий и в последние годы сосредоточил своё внимание на детском кино, продолжая дело Ролана Быкова и Владимира Грамматикова.

Э то то, что сегодня ему по-настоящему интересно. Галибин уже снял пять картин, на подходе новые. При этом Александр не оставляет свою основную профессию – он остается артистом и недавно выступил в роли митрополита Агофангела в премьерном спектакле «Ангелы вышли покурить» в театре «Школа современной пьесы» (ШСП)...

Верю – не верю

– Александр, спектакль, который поставил Иосиф Райхельгауз, неоднозначный. Он касается очень деликатной темы – веры и безверия.

– На самом деле в спектакле несколько тем, неоднозначных и невероятно важных, касающихся не только веры и безверия, но и любви-нелюби, семьи и одиночества. Внутри этих тем и существуют герои, которых автор пьесы Олег Маслов все время ставит перед выбором.

– Поскольку спектакль касается деликатной темы, экспертом выступил православный священник одного из подмосковных храмов...

– В этой пьесе нет никакой неправды. Автор довольно глубоко попытался заглянуть в человека через его отношение к вере. Мне кажется, это очень редкая пьеса, во всяком

Александр ГАЛИБИН:

// Мне нравится работать с молодыми



Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»

– В спектакле ШСП «Ангелы вышли покурить» есть прекрасные слова из 1-го Послания апостола Павла к коринфянам: «А теперь пребывают сии три: вера, надежда, любовь, но любовь больше...»

случае, в современной драматургии я подобных еще не встречал.

– Вы давно уже сами выступаете в качестве режиссёра. Когда продолжаете выходить на съёмочную площадку или театральные подмостки как артист, не мешают режиссёрские качества, не хочется самому поруководить, подсказать?

– Как режиссер я работаю только в своих проектах, в чужой огород не лезу.



Дословно

Посвящение отцу

– Раз заговорили о проектах, в пору спросить, над чем сегодня трудитесь?

– Подал несколько сценариев в министерство культуры. Как режиссер занимаюсь только детским кино, мне интересны дети и их взаимоотношения с окружающим миром. Я снял уже пять детских картин, и у всех судьба сложилась благополучно, если не сказать счастливо. Два месяца назад закончил снимать «Приключения маленького Бахи». Картина снималась в Дагестане, в старинном селении Чох, на высоте 2000 метров. В фильме заняты только дагестанские актеры, причем потрясающие. Там, где снимали картину, живут замечательные люди. За два месяца съемок я получил от общения с ними громадное удовольствие. С нетерпением жду выхода этой картины. Это национальное кино, которое мы потеряли.

Все мы родом из детства

– Как случилось, что востребованный и популярный артист Галибин увлёкся детской темой?

– Все началось в 2005 году с картины «Золотая рыбка». Понадобилось 10 лет, чтобы заинтересовать людей, которые бы взяли ее продвигать. «Золотую рыбку» я посвятил своему отцу, она рассказывает о детях войны. У меня много лет было ощущение, что мне надо об этом сказать так, как это знаю и чувствую. Потому что мои родители – блокадники, у папы вообще судьба непро-

стая. Он всех потерял в блокаду, когда ему было 13 лет, попал в детдом. И мне очень хотелось рассказать об этом. Так появился сценарий «Золотой рыбки». В продолжение этой темы родился другой проект – картина «Сестренка». Потом уже снял фильмы «Маруся форева!» и «Моя ужасная сестра».

– Легендарный мультипликатор Юрий Норштейн говорил: если человек не заглядывает в детство, дела его совсем плохи. А вы не только к нему возвращаетесь, вы снимаете о нём фильмы...

– Я всегда говорю, что все мы родом из детства, и свои детские темы черпаю

■ Подробности

Город ветров, парусов и воздуха

– В издательстве АСТ вышла книга «В Питере жить», где известные люди рассказывают о любимых районах города. Если бы вам предоставилась такая возможность, о чём бы рассказали?

– Я бы говорил о площадях. Потому что Петербург, несмотря на его геометрическую прямолинейность, – город ветра, город парусов и воды, воздуха и объема. Это можно почувствовать на любой площади, которая есть в Питере. Мне это очень нравится.

– Александр, не могу не спросить напоследок: есть ли шансы увидеть вас сегодня в качестве актёра в новых картинах?

– Кинопредложения есть, но они неинтересные. Поэтому не хочется на них отвлекаться. Но если предложение будет стоящим, с удовольствием откликнусь. Пока же те сценарии, что предлагают, отклика во мне не находят.

там. Во всех фильмах я иду от маленького человека, потому что он тоже личность, и я никогда не заставляю его делать то, что он не может. Мне кажется, что в детском кино это важно. Большие режиссеры, которые работали с детьми (Асанова, Быков, Грамматиков), никогда не забывали, что имеют дело с личностью. А мы нередко видим желание взрослых реализовать свои амбиции через ребенка. Я этим не занимаюсь.

«Петербургу воздаю должное»

– Вы работаете не только с маленькими детьми, но и со взрослыми – ведёте в ГИТИСе актёрско-режиссёрский курс и мастерскую при театре «Школа современной пьесы».

– Да, в этом году выпускаю 4-й курс и набираю

новый. Мне нравится работать с молодыми, но огорчает, что они мало знают, не хватает образования. У молодых людей, что приходят сегодня поступать, нет тех знаний, что были у нас. Это не значит, что тогда все было хорошо, нет, было по-разному. Но прежде всего там были знания, которыми мы владели и несли дальше. Сейчас этого не хватает.

– Вы родились и учились в Ленинграде, теперь живёте и работаете в Москве. По сути, оба города для вас теперь родные...

– У меня один родной город – Петербург. В Питере мои корни, там похоронен папа, там живет мама, которой 93 года. И я с радостью туда возвращаюсь. В своем фильме «Маруся форева!» я отдал дань этому городу, другому – Выборгу, где отчасти проходило мое детство, посвятив картину «Моя ужасная сестра».

Наталья АНОХИНА



Начались съёмки сериала «Большая вода»

Телеканал НТВ приступил к съёмкам 16-серийного приключенческого боевика «Большая вода» (производство продюсерского центра «Леан-М» и киностудии Team Films). Главную роль в нем играет Максим Емельянов, снявшийся в таких проектах, как «Фарца», «На белом коне», «Комиссарша», «Перевал Дятлова», «Бессмертные». Его персонаж по имени Егор – житель небольшого сибирского городка, где всем правит кровожадный хозяин золотого прииска. От жестокости этого человека страдают все, но никто не может его остановить: одни боятся наказания, а другие обменяли совесть на золото. Егор в одиночку вступает в борьбу со своим врагом и его поделщиками... Создатели обещают, что сериал будет интересен не только захватывающим сюжетом, но и красивыми видами природы с лесами и реками. Такие места нашли в Тверской области, куда сейчас и отправилась съемочная группа.



– Мой герой – военный, он преисполнен благородства, чести, обладает негибким внутренним стержнем, благодаря которому Егор, вернувшись со службы, способен точно оценить весь трагизм ситуации, которая сложилась в его родном поселке, – рассказывает Максим Емельянов. – Он не испытывает сомнений и вступает в борьбу.

Фото PR НТВ

Егор Корешков рассказал о новой роли

В Москве стартовали съёмки сериала с рабочим названием «Вторая линия». Производством занимается «Кинокомпания братьев Андреасян». Режиссером сериала стала дебютантка Юлия Курашик.

Главный герой сериала – работник телефонной службы психологической поддержки Павел. Однажды ему звонит некто Евсей, угрожающий взорвать загородный дом, где находятся жена и сын Павла. Таинственному подрывнику не важны деньги – ему нужно только, чтобы психолог понял, кто с ним на линии, и назвал его настоящее имя. У главного героя есть только один час, чтобы вспомнить всех своих проблемных абонентов и спасти свою семью... Главную роль в проекте играет Егор Корешков, на протяжении восьми серий он будет единственным актером, появляющимся в кадре.

– Такой материал – редкость, – делится с нами Егор Корешков. – Это сочетание театра и кино: практически моноспектакль, в котором раскрываются все грани персонажа: его надежды, его боль, его страхи, его любовь... Для меня это одновременно подарок и актерский вызов. Я уверен: это будет очень интересно!

Выход сериала в одном из онлайн-кинотеатров запланирован на конец 2022 года.

Фото пресс-службы фильма



Будь любим любимым на CTC Love

Новый, четвёртый сезон шоу «Сердца за любовь» на телеканале CTC Love – это самый невероятный аукцион в истории проекта!

Участники шокируют не только своим внешним видом, но и выбором партнера, ведь в этом сезоне снимались самые разные люди: от электрика до блондина, от двойника Дэниела Крейга до мамкиного пирожка, а еще топ-блогеры, тиктокеры и известные рэперы, ведь девиз этого сезона – «Будь любим любимым!».

Более того, в новом сезоне будет специальный выпуск с героями 60+, и борьба за лучшего зрелого мужчину была действительно жаркой. И немного про музыку – теперь у шоу есть свой саундтрек от SQWOZ BAW и Джарахова.

Героиня Аглаи Тарасовой попадает в сложную ситуацию

В Москве начались съёмки сериала с рабочим названием «Вика-Ураган». В центре истории – девушка Вика (ее играет Аглая Тарасова). Ее жизнь изменилась в одночасье: случайно выбив пьяному хулигану глаз, Вика попала в женскую колонию, а когда вернулась – обнаружила, что мир вокруг нее стал совсем другим: предприимчивая мама переоборудовала квартиру дочери в секс-шоп, любимый муж встречается с ее же лучшей подругой, но самое главное – маленький сын Гриша находится в специализированном интернате...

Также в сериале снимаются Ирина Розанова, Николай Фоменко, Иван Добронравов, Настасья Самбурская, Яна Сексте, Татьяна Кравченко и другие. Премьера запланирована на телеканале ТНТ в следующем году.

Фото телеканала ТНТ



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

Shop & Show

16+

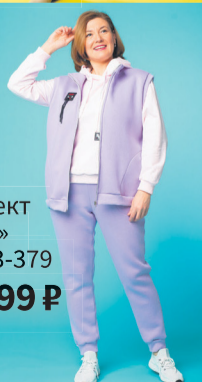
Джемпер «Марина»
009-052-794
от 1299 ₺



Костюм «Лизетта»
009-056-125
от 1499 ₺



Комплект «Хейда»
009-053-379
от 4999 ₺



ТРИ ОБРАЗА ДЛЯ ЛЮБОГО СЛУЧАЯ ОТ СТИЛИСТОВ SHOP&SHOW

Джемпер «Марина» – идеальный вариант на каждый день, в котором вы всегда будете выглядеть безупречно. Он смотрится невероятно стильно как с джинсами и брюками, так и с юбками. К тому же, это отличная альтернатива, если вам уже наскучили черно-белые тельняшки. На этом его плюсы не заканчиваются, один из самых важных – довольно бюджетная цена. Согласитесь, особенно приятно, когда вещь не только качественная, но и не очень дорогая.

Как быть королевой даже дома? Стилисты Shop&Show знают ответ и рекомендуют добавить в свой гардероб **трикотажный костюм «Лизетта»**. В таком и делами удобно заниматься, и гостей встречать совсем не стыдно. Отдельного внимания заслуживает принт: цветы, бабочки, надписи. Этот комплект точно для смелых модниц, которые не боятся добавлять акцентные вещи в свой гардероб, в том числе и домашний.

Мы уверены, вы всегда выглядите безупречно – даже на прогулке или за городом. Угадали? Тогда вам точно понравится **комплект «Хейда»**. Он не только модный и очень уютный, но и практичный. В вашем гардеробе появятся сразу три вещи: худи, жилетка и брюки – все можно носить как вместе, так и по отдельности. Тем более, что спорт-шик по-прежнему в тренде.

ОХОТА НА МИЛЛИ 000 000 ₺

Успейте принять участие в «ОХОТЕ НА МИЛЛИОН»!

В июне на телеканале и сайте Shop&Show проходит акция. Каждую неделю вручаются 50 000 рублей, а также подарки от брендов. Телезритель с наибольшим количеством баллов заберет главный приз – 500 000 рублей, суммарно Shop&Show подарит миллион! Ищите коды в прямом эфире, выкупайте заказы и участвуйте в розыгрыше призов. Присоединитесь к охоте, используйте промокод **ОХОТА2** и получите дополнительные 300 баллов. **Все подробности в эфире и на сайте shopandshow.ru.**

Зайдите на сайт www.shopandshow.ru или позвоните по телефону **8 (800) 707 94 88**
При заказе введите промокод **ОХОТА2**
Нажмите кнопку «Применить»

Реклама

Акция действительна с 03.06.2022 по 30.06.2022 г. Цены актуальны на 06.06.2022 г. Организатор акции: ООО «Маркет-тв». Адрес: 109451, Москва, улица Братиславская, дом 14, эт. 1, помещ. XIX, офис 1ф, ОГРН: 5177746148322, ИНН 9723037680. Подробнее об организаторе, сроках и правилах проведения акции на сайте <https://shopandshow.ru/million/>. Предложение не является офертой.

Все знают, что еда, приготовленная на пару, полезна – ведь именно такой способ готовки рекомендован для различных лечебных диет. Видимо, именно поэтому многие считают приготовленную на пару еду недостаточно вкусной, «больничной».

Мы решили развеять это заблуждение и публикуем сегодня несколько рецептов вкуснейших блюд. Попробуйте приготовить их на пару, и, думаем, результат вас очень приятно удивит.

ПОСЛОВИЦЫ

На век не наешься.
Есть калачи – не сидеть на печи.
Когда я ем, то глух и нем.
Ешь хлеб, коли пирога нет.
Ел бы пирог, да в печи сжег.
Не поешь толком – будешь волком.
Кто как жуёт, тот так и живёт.



Приготовим на пару очень вкусную еду

Вечером в офисе.
– Ну как, напечатал?
– Нет, принтер бумагу зажевал...
– Ох, не напоминай о еде!



– Доктор, что мне принимать от депрессии?
– Просто принимайте себя три раза в день после еды.
– Себя надо подготовить?
– Нет, принимайте как есть.

Знай и запомни



Этот рецепт может стать отличной основой для экспериментов. Индейку можно заменить любым мясом (курицей, говядиной, свининой), тыкву – другими овощами (морковь, цукини, картофелем и т. д.), и в результате получить десятки очень разных вариантов паровых котлеток – буквально на любой вкус. А при добавлении разнообразных специй количество возможных вариантов возрастет до сотен! Экспериментируйте смело, и ваше повседневное меню заиграет новыми красками.

НЕЖНЫЕ ТЫКВЕННЫЕ КОТЛЕТКИ



Хорватская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 153 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
■ 200 г фарша из индейки
■ 500 г мякоти тыквы
■ 1 луковица ■ 2 яйца
■ 2 ст. л. сливок ■ пучок зелени ■ специи ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Тыкву и лук натереть на крупной терке, зелень мелко нарубить.
- 2 В одной миске соединить фарш, тыкву, лук, зелень, яйца, сливки, посолить, добавить специи, тщательно перемешать.
- 3 Сформировать небольшие котлетки, выложить в пароварку, готовить 25-30 минут.

СЁМГА С СОУСОМ



Норвежская кухня.
На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 197 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
■ 4 стейка из семги (или форели) ■ 2 лимона
■ 250 г клюквы (можно замороженной) ■ 2 ст. л. меда
■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Семгу посолить, поперчить, выложить в пароварку, готовить 15 минут.
- 2 С одного лимона срезать цедру, выжать сок; второй лимон разрезать на 4 части.
- 3 В ковш (или небольшую кастрюлю) налить 1 стакан воды, довести до кипения, добавить мед и клюкву, лимонный сок и цедру.
- 4 Соус варить на небольшом огне 12-15 минут, размешивая клюкву по мере ее размягчения. Готовый соус протереть через сито.
- 5 Подавать рыбу с соусом и четвертинкой лимона.

БОСТОНСКИЙ ТЁМНЫЙ ХЛЕБ



Американская кухня. На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 274 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
■ 1 стакан теплого молока ■ по 1 стакану пшеничной, ржаной и кукурузной муки ■ 4 ст. л. меда ■ 100 г изюма
■ 2 ч. л. сливочного масла ■ 5 г соды ■ 1 ч. л. соли

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Всю муку просеять с содой и солью, добавить мед, молоко и изюм, замесить однородное гладкое эластичное тесто.
- 2 Формы для выпечки смазать маслом, разложить по формам тесто, заполняя их на треть.
- 3 Бумагу для выпечки разрезать на квадраты соответствующего размера, смазать с одной стороны маслом, накрыть формы и зафиксировать шпагатом (или резинками).
- 4 Поставить формы в пароварку, готовить 1,5 часа (при необходимости доливая горячую воду).
- 5 Проверить готовность хлеба деревянной палочкой (или зубочисткой), при необходимости готовить еще 10-20 минут.
- 6 Вынуть формы из пароварки, осторожно (можно обжечься!) снять бумагу, оставить на 15-30 минут, после чего хлеб можно вынуть из формы и подавать.



Кстати

Бостонский темный хлеб имеет необычайно легкую структуру и довольно оригинальный вкус. Интересно, что для его приготовления не существует даже каких-то специальных форм – можно использовать любую емкость, способную выдержать пар. Домохозяйка или даже повар могут испечь этот хлеб в том, что есть под рукой: в форме для кекса или в высокой жестяной банке из-под кофе. Кстати, классической формой бостонского хлеба является цилиндр, который кладут набок и режут нетолстыми, примерно в 1 см, кружками.

ФЛАН ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ



Французская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 286 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:
■ 1 маленький кочанчик цветной капусты (или брокколи)
■ 2 моркови ■ 1 луковица-шалот (можно заменить белым репчатым луком)
■ 1 зубчик чеснока
■ 0,5 стакана молока
■ 200 г маскарпоне (можно заменить творожным сыром) ■ 2 ст. л. жирных сливок (можно заменить сметаной) ■ 0,5 ст. л. сливочного масла ■ 3-4 веточки петрушки
■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Морковь и капусту нарезать тонкими ломтиками (капусту предварительно разобрать на соцветия), выложить в пароварку, готовить 5 минут.
- 2 Шалот, чеснок и петрушку мелко нарубить, сложить в одну миску, добавить маскарпоне, сливки и молоко, посолить, поперчить, перемешать; добавить морковь и капусту, еще раз перемешать.
- 3 Полученной массой заполнить смазанные маслом порционные жаропрочные формочки, поместить их в пароварку, готовить 25-30 минут.
- 4 Готовый флан подавать немедленно прямо в формочках в качестве горячей закуски или основного блюда.



Детали

Флан – одно из основных блюд французской кухни, его история насчитывает несколько веков. Интересно, что изначально фланы были исключительно десертами и подавались в конце трапезы. Однако со временем это блюдо приобрело бесконечное множество вариантов, среди которых и основные блюда, и закуски – как горячие, так и холодные. Если в предлагаемом нами варианте флана овощи заменить ягодами и фруктами, а в конце охладить, получится прекрасный, по-французски изысканный десерт.

Ксения Лукьянчикова известна зрителям по фильмам «Северная звезда», «Молчание», «Крылья империи», «Тайны и ложь», «Осиное гнездо», «Красная королева», «Неразрезанные страницы» и многим другим.

Актриса рассказала о любимых продуктах и поделилась рецептами салатов, которые идеально подойдут для летних обедов и ужинов.

Мясо – по сезону

– Ксения, расскажите, как поддерживаете здоровье и красоту?

– До мая 2021 года я усиленно занималась кикбоксингом, но в конце весны прошлого года меня сбил самокатчик и я получила серьезную травму – были сломаны два ребра. Конечно, пришлось пересмотреть свои правила и привычки, и сейчас я практикую йогу и медитацию.

А еще занимаюсь растяжкой, чтобы тело не задеревенело. Если говорить о еде, то я практикую интуитивное питание. Я согласна с теорией, что организм сам знает, когда ему есть, сколько и что именно. Был период, когда в течение полутора лет я вообще не ела мяса.

– А сейчас?

– Сейчас у меня происходит примерно так: мясо я ем где-то с ноября по апрель. А в теплое время года его мне совсем не хочется, и я обхожусь без него совершенно спокойно. В этот период перехожу на овощи, фрукты и морепродукты – я их большой ценитель. Однако это совсем не означает, что если мне захочется мяса, то я не по-



Ксения ЛУКЬЯНЧИКОВА:

Я постоянно колдую со специями

Рецепт от звезды

Правила вкусного борща

– Главное правило вкусного борща – хорошее настроение и правильные специи. И если уж готовить борщ, то обязательно с мясом – только не со свиной, так как свинину я вообще не ем. И сало в борщ я тоже не добавляю. Обычно для борща я беру говядину на кости. Отдельно делаю зажарку: пассерую помидоры, лук, морковь и чеснок. Когда бульон готов, добавляю зажарку, картофель и свежую тонко нарезанную капусту. Важный момент: капусту надо не пере-



варить! Борщ я всегда подаю со сметаной, а сверху обязательно посыпаю зеленым луком. К борщу прекрасно идут пампушки, но и хрустящий хлебушек, поджаренный в тостере, тоже хорош.

зволить себе его. Иногда за бокалом хорошего вина я люблю полакомиться сочным стейком. Конечно, я не буду себе отказывать в таком удовольствии.

Только завтрак и ужин

– А если говорить о режиме питания – он у вас есть?

– Наверное, это не очень полезно, но ем я всего два раза в день.



– Это связано с работой?

– Чаще всего – да. Когда идет съемочный процесс, я могу с утра позавтракать, а поужинать уже часов в 12 ночи, иногда и позже. Обед с собой я беру не всегда. И, кстати, у меня есть правило: есть не менее чем за три часа до сна.

– И как вам удаётся держать такой долгий перерыв между приёмами пищи?

– Сейчас я постоянно пропадаю на работе и о

еде думать особо некогда. И потом, двух приемов пищи мне оказалось вполне достаточно.

Любимый суп – грибной

– Из каких продуктов состоит ваш ежедневный рацион?

– Я не представляю свой день без яиц. Их я либо жарю, либо варю, либо готовлю омлет. Есть огромное количество ва-

Детали

Быстрые салаты

– Какие салаты вы обычно готовите?

– Это может быть традиционный салат из огурцов, помидоров и болгарского перца. Только туда я еще добавлю итальянские или французские травы и заправлю сметаной. Второй вариант салата: авокадо, креветки, огурцы, салат айсберг или китайская капуста. Добавляем специи и поливаем соевым соусом. Получается очень вкусно, а самое главное – быстро и легко...



риаций на тему того, как готовить яйца. Еще мой холодильник заполнен молочными продуктами, овощами. Обожаю грибы и авокадо – если бы на Земле осталось только авокадо, я бы точно не грустила! В этом полезном продукте есть все, что нужно человеку: витамины, минералы и антиоксиданты.

– Что-то готовите из авокадо – или едите просто так?

– Да как угодно! Жалко только, что суп из него сварить не получится! (Смеется.)

– Любите готовить супы?

– Люблю готовить и борщи, и супы: рыбные, овощные, грибные. А вот мясные готовлю намного реже. Овощные супы готовятся легче легкого: закинул все овощи, какие есть в холодильнике, и сварил. А мой самый любимый суп – грибной.

– Какие грибы обычно добавляете?

– Белые. Эти грибы мне привозят мои секретные поставщики (смеется.) Я обрабатываю их – и кладу в морозилку, чтобы в любое время года их можно

было достать и сварить вкусный и ароматный суп.

Еда как творчество

– Как вы относитесь к самому процессу приготовления еды?

– Творчески. Я считаю, что приготовление пищи – это сакральный момент. И если ты делаешь это без настроения, то такой едой можно отравиться.

– В чём главный секрет ваших блюд?

– В том, что я постоянно колдую со специями. Очень люблю острую еду, так что специи присутствуют практически в любом моем блюде. И их всегда много – четыре-пять видов.

– Что это за специи?

– После путешествия в Таиланд в 2016 году я очень полюбила тайские специи. Вкус у них особенный – медовый, горчичный. Но мне нравятся и другие приправы: куркума, зира, мускатный орех, итальянские и французские травы, а также наши привычные лук и чеснок. Если говорить о любимых, то это куркума и зира.

Елена СОКОЛОВА

ПОДРОБНОСТИ

Если есть продукты – из них можно что-то приготовить

– Блюда каких стран вам особенно близки?

– Я ни разу не была в Италии, но мне очень нравится итальянская кухня. И все же свое предпочтение отдаю азиатской и тайской. Обожаю рис и морепродукты, залитые всевозможными соусами. А мой любимый суп – том ям.

– Привозите ли вы из других стран понравившиеся рецепты?

– Я не люблю готовить по рецептам, тем более не буду сидеть и студировать кулинарные книги. Если есть продукты –

из них всегда можно что-то приготовить. И делаю я это по наитию и на глаз.

– Если будет свободное время и выбор: купить хороших продуктов и приготовить что-то самой или пойти в



ресторан – что предпочтёте?

– Тоже зависит от настроения. Но, скорее всего, я бы пошла в ресторан.

– И что бы там заказали?

– Обязательно бы заказала том ям и морепродукты. Я обожаю устрицы и морские ежи!

– Что приготовите к приходу гостей?

– Как правило, это нарезка, овощные салаты – в общем, что-то легкое. Или же закажу доставку. Стоять весь день у плиты точно не буду!



Проблемы с кожей встречаются не только у подростков, лицо может преподнести неприятный сюрприз в любом возрасте. Например, камедоны – чёрные точки, которые не только не украшают нас, но и могут стать причиной воспаления кожи.

Сегодня мы поговорим о том, что такое эти черные точки, как они образуются и как правильно с ними бороться.

Чёрные точки – что это?

Напомним, камедоны – научное название черных точек на коже. Они представляют собой пробки из кожного жира. В норме кожный жир выделяется из пор в небольших количествах и несет защитную функцию: препятствует потере влаги, питает верхний слой эпидермиса, поддерживает полезную микрофлору.

Кстати, чем больше жира выделяют поры, тем позже образуются морщины – ведь кожа при этом максимально защищена от высыхания. Именно поэтому у обладательниц жирной кожи морщин значительно меньше, чем у всех прочих.

При выделении кожного жира имеет жидкую консистенцию, но на воздухе он становится более плотным, как бы застывает. И если кожу вовремя и тщательно не очистить, жир забивается в поры, затвердевает и чернеет под воздействием кислорода. Так образуются камедоны.

Подробности

7 простых полезных правил

Правильное очищение кожи заключается в соблюдении нескольких очень простых правил:

- очищать кожу необходимо ежедневно, утром и вечером;
- умываться следует теплой (не горячей и не холодной) водой;
- агрессивные средства для очищения и умывания старайтесь регулярно не использовать, выбирайте мягкие очищающие средства, не содержащие спирт и щелочь (пенки, гели);
- для удаления ороговевшего слоя используйте мягкие (с мелкими частицами) скрабы и щадящие пилинги;
- чаще используйте минеральные маски – они хорошо очищают поры;
- используйте для очищения специальные полимерные полоски на клейкой основе – они хорошо удаляют и ороговевшие клетки эпидермиса, и черные точки;
- очистив кожу, используйте тоник или лосьон, подходящий вашему типу кожи.



Откуда на лице камедоны и как их победить

Кстати

Не иссушайте кожу

Помните, что значительное количество средств для очищения кожи содержит спирт и антибактериальные компоненты. Именно такие средства могут стать причиной образования камедонов. Дело в том, что, во-первых, вместе с вредными бактериями уничтожаются и полезные, без которых страдает естественная защита кожи.

А во-вторых, иссушается верхний слой эпидермиса. К чему это приводит, мы уже рассказывали выше. Кроме того, при иссушении верхнего слоя эпидермиса сужаются поры, и кожный жир, продолжая вырабатываться, но не имея естественного выхода на поверхность кожи, скапливается под ней, что может привести к еще более неприятным последствиям – от угрей до подкожных жировиков.

Напомним, камедоны – научное название черных точек на коже.

ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ КАМЕДОНОВ

Как мы уже отметили, чаще всего основная причина возникновения черных точек – недостаточное или неправильное очищение кожи. Подробнее об этом мы поговорим ниже, но сначала назовем другие возможные причины.

Гормональные

1 Изменение гормонального фона – основная причина появления камедонов в подростковом возрасте, но не только. Гормональные перепады могут также стать причиной появления черных точек при беременности, на фоне приема оральных контрацептивов и в период менопаузы.

Неправильное питание

2 Злоупотребление высокоуглеводной пищей – сладостями, выпечкой – а также жирными, жареными, солеными и копчеными продуктами может привести к образованию камедонов даже у абсолютно здорового человека. Это результат несбалансированного питания, нехватки витаминов, минералов, жирных кислот и других необходимых для нормального функционирования организма веществ.

Вредные привычки

3 Злоупотребление алкоголем и курение называется на состоянии кожи самым негативным образом, в том числе и образованием черных точек.

Физическое воздействие

4 К возникновению камедонов нередко приводит привычка трогать лицо руками. Дело в том, что руки, которыми трогают лицо, далеко не всегда чистые. И даже если визуально на руках нет грязи, на них могут находиться различные болезнетворные микробы и бактерии, провоцирующие закупорку пор. Кроме того, прикосновения забивают поры чисто механически, сами по себе. Так, у тех, кто много разговаривает по телефону, нередко черные точки на щеках.

УФ-излучение

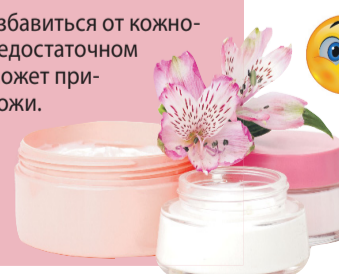
5 Ультрафиолетовые лучи оказывают прямое воздействие на активность сальных желез, провоцируя чрезмерное выделение кожного жира. Кроме того, под воздействием УФ-излучения расширяются поры, что способствует попаданию и застыванию в них еще большего количества кожного жира. Кстати, в том числе и поэтому использование солнцезащитных средств, особенно для жирной кожи, просто необходимо.



Беседуют две девушки:
– Как ты думаешь, что в девушке важнее, ум или красота?
– Умный вопрос.
– Красивый ответ.

Недостаточное увлажнение

6 Стремление избавиться от кожного жира при недостаточном увлажнении может привести к иссушению кожи. Но при этом очень быстро затвердевают (и конечно, чернеют) и верхушки жировых пробок.



– Машка ужасно обозлилась на своего мужа.
– За что?
– Попросила у него две тысячи на салон красоты, а он ей дал пять.



Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит врача-косметолога Татьяну Ковалевскую за помощь в подготовке материала

В современном хлопотном и суетливом мире нам нужно много энергии, чтобы всё успеть: быть успешными на работе, заботливыми в семье, активными в спорте.

Какие продукты могут помочь и при этом не повредить фигуру? За советами мы обратились к кандидату медицинских наук, диетологу, члену экспертного совета Национальной ассоциации диетологов и нутрициологов (НАДН), ведущему специалисту консервативного лечения ожирения в Центре коррекции веса ГКБ № 29 им. Н.Э. Баумана Дарье Русаковой.



Следим за индексом

– **Имеет ли значение, какой гликемический индекс у продуктов, предназначенных для перекуса?**

– Гликемический индекс имеет большое значение, так как влияет на уровень глюкозы в крови, а значит, на чувство голода и аппетит. Если перекусывать продуктами с высоким гликемическим индексом, то постоянно будет хотеться еще что-нибудь съесть. Поэтому предпочтительно выбирать продукты с низким гликемическим индексом, особенно во второй половине дня.

– **Доктор, вы перечислили мне 20 полезных продуктов для похудения. Я ем их все, каждый день, но не худею. Может, мне дозировку увеличить?**



Энергии больше, талия тоньше

Лучшие продукты

– **Порекомендуйте топ-5 продуктов, которые быстро восполнят силы и не навредят фигуре?**

1 Теплый чай (травяной, например) или кофе с молоком, но без сахара. Это поможет притупить легкий голод, а также вывести лишнюю жидкость из организма.

2 Орехи и сухофрукты. Они полезные и питательные, но и калорийные. Поэтому употреблять их можно в небольшом количестве (не более 30-50 г в сутки).

3 Кисломолочные продукты с жирностью не более 5%. Кефир, ряженка, несладкий йогурт и голуб утолят, и благоприятно отразятся на микрофлоре кишечника, и окажут иммуностимулирующее действие на весь организм в целом. Размер порции – не более 1-2 стаканов.

4 Салат из свежих зеленых овощей. Желательно не использовать заправки, которые добавят лишних калорий. Овощи содержат пищевые волокна. А, например, белокочанная капуста и огурцы благодаря содержанию тартроновой кислоты помогут замедлить преобразование углеводов в жиры.

5 Желе. Желатин, который лежит в основе этого десерта, содержит коллаген (структурный белок), который еще называют белком молодости. Калорийность желе небольшая, поэтому вы легко сможете им себя побаловать.



А что на ужин?

– **Что съесть на ужин, если это основной приём пищи в течение дня?**

– Для ужина идеально подойдут птица, рыба, морепродукты, творог с овощами (приготовленными или в виде салата).

Кстати

Прилив сил после...

тренировки

Интенсивная ходьба, как и любые другие кардиотренировки, заставляет сердце биться быстрее, а легкие активнее работать. В результате каждая клеточка нашего организма получает больше кислорода, питательных веществ. И вы быстро почувствуете прилив сил и энергии.

Татьяна МИХАЛЁВА

Фото из личного архива Дарьи Русаковой и www.shutterstock.com

Коллаген, добро пожаловать!

НА ЗАМЕТКУ

О пользе коллагена сказано и написано много, никого не нужно убеждать в необходимости его получения. Главный вопрос: откуда его брать, чтобы организм усваивал этот белок в наилучшем виде и успешно выработывал свой?

Из питания

Будем честны: мало кто готовит дома разнообразно и питательно. В наш скоростной век полуфабрикаты и фастфуд пользуются популярностью практически в каждой семье. А эта пища не может похвастаться богатым содержанием полезных белков...

Поэтому единственный вариант – все-таки переходить на правильное пи-

тание. Это значит, что в меню нужно сократить красное мясо и добавить рыбу (лосось, тунец), а также фрукты и овощи красного цвета, цитрусовые, яйца, сухофрукты, орехи и желе.

Из пищевых добавок

Это выход для тех, кто по объективным причинам не может организовать пра-

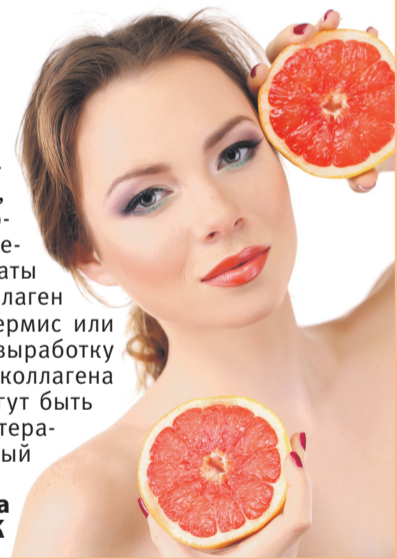
вильное питание. Добавки позволяют доставлять в организм необходимые для выработки собственного коллагена вещества в легкоусвояемом виде.

Из косметических препаратов

Предыдущие два варианта позволяют получать коллаген системно и обеспечивать им организм:

и суставы, и кости, и мышцы, и связки, и кожу. А косметические препараты доставляют коллаген именно в эпидермис или стимулируют выработку собственного коллагена в коже. Это могут быть инъекции, мезотерапия, аппаратный лифтинг и т. п.

Светлана СИДОРЧУК



TRAДИЦИОННОЕ 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 ПРОВИСТА, г. Ганновер, Германия. www.provista-ag.ru

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Любите выращивать огурцы и мечтаете о достойном урожае? Тогда без грамотной системы подкормок не обойтись!

Огурец – это лиана, поэтому ему важно получать питательные вещества на всем протяжении роста. Когда и чем подкормить огурцы, чтобы собрать вкусные и хрустящие плоды?

После высадки

Через две недели после высадки (когда появятся 4-5 настоящих листьев) обязательно подкормите огурцы, чтобы обеспечить рост корневой системы и зеленой массы. Выберите какой-то один из предложенных способов подкормки и поддержите свои растения.

● **ОРГАНИКА.** Куриный (птичий) помет – самая популярная подкормка, и при этом самая эффективная! В ней масса питательных веществ и микроэлементов: азот, сера, цинк, магний, калий (все в легкоусвояемой для растений форме). Если у вас есть доступ к куриному помету, разведите 1 часть помета в 20 частях воды. После полива внесите по 0,5 л раствора под растение. Удобрение позволит нарастить зеленую массу и обеспечить растение всем необходимым для дальнейшего роста и развития. Свежий птичий помет можно заменить современными гранулированными формами (внимательно читайте инструкцию!).

● **МИНЕРАЛЬНЫЕ УДОБРЕНИЯ.** Рекомендуемые составы для начала роста огурцов: 1 ст. л. мочевины + 60 г суперфосфата на 10 л воды; 10 г аммиачной селитры + 10 г суперфосфата + 10 г калийной соли на 10 л воды. В этих составах есть и фосфор (для корневой системы), и азот (для зеленой массы), и калий (как ресурс для развития бутонов, завязей и плодов). Внести под корень после полива по 0,5 л под растение. Если погода сырая, корневую подкормку можно заменить подкормкой по листу.

Во время цветения

Вторая подкормка проводится, когда начинается период цветения. В это время растениям нужны калий и кальций, а также микроэлементы (особенно важен бор).

● **ОРГАНИКА.** В период образования завязей подкормка золой. Зола содержит множество полезных минералов, к тому же способствует раскислению почвы. Чтобы приготовить зольный раствор для корневой подкормки, на 10 л воды добавьте 1 стакан золы и 1 стакан 9-процентного уксуса (уксус нужен, чтобы сделать кальций, содержащийся в золе, доступным для растений). Дайте раствору настояться сутки и внесите по 0,5 л под растение. Если льют дожди, жидкую подкормку можно заменить рассыпанием сухой золы в зоне корней.

● **МИНЕРАЛЬНЫЕ УДОБРЕНИЯ.** Рекомендуемый состав: 20 г калийной селитры, 30 г аммиачной селитры и 40 г суперфосфата. Развести в 10 л воды и полить под корень.

Самая эффективная внекорневая подкормка – борной кислотой. Растворите в 10 л воды 5 г борной кислоты и опрыскайте растения. Подкормку бором нужно повторить, когда пойдет вторая и последующие волны цветения.

В период плодоношения

После первого плодоношения нужно возобновить потраченные лианой питательные вещества. Важен азот, калий и кальций. Какие средства подходят для огурцов в период плодоношения?

● **ОРГАНИКА.** Можно повторить подкормку птичьим пометом: 1 часть помета на 20 частей воды, или развести гранулированное органическое удобрение типа «Оргавит» по инструкции. Можно приготовить травяной настой: ведро наполнить измельченной травой, залить водой (вверху оставить место для подъема массы в процессе брожения). Настаивать 3-5 дней. Отфильтрованный настой развести из расчета 1 л на ведро воды. Под куст внести 2,5 л подкормки.

● **МИНЕРАЛЬНЫЕ УДОБРЕНИЯ.** Можно опрыскать кусты мочевиной (50 г на 10 л воды). Или сделать корневую подкормку калийной селитрой (20 г на 10 л воды).

Правила подкормок, о которых нужно помнить!

● Удобрения вносятся только после полива, чтобы не сжечь корни растений.
● Нельзя использовать одновременно золу и азотные подкормки. Химическая реакция высвободит активный

азот, что спровоцирует гибель растения.
● Следует чередовать внесение органики и минеральных составов.
● Дефицит и переизбыток микроэлементов негативно сказываются на растениях.

● Корневые подкормки хороши, когда стоит сухая и солнечная погода.
● Внекорневые подкормки полезны, когда погода стоит пасмурная.

Валерия ПАШЕЧКИНА



КСТАТИ

Есть мнение, что огурцы нужно удобрять каждые две недели. Так стоит поступать, если почва бедная и вы сажаете огурцы на одном месте несколько лет. Если почва богатая, а огурцы чувствуют себя прекрасно, достаточно 3-4 подкормок за сезон, согласно предложенному плану.

Подкормим огурцы, и они накормят нас

Только наш человек понимает смысл выражения «огурцы пошли». Для иностранцев – это головоломка...



КАК САДОВОД САДОВОДУ

Что за вздутия на листьях смородины?

Если вы заметили на листьях смородины вздутия с красным или бордово-лиловым отливом, не гадайте – это галловая тля, а вернее, последствия её деятельности. Как с ней бороться?

- **МЕХАНИЧЕСКИЙ СПОСОБ.** Все пораженные листья нужно безжалостно удалить. Так как тлю переносят муравьи, на стволы нужно надеть липкие ловчие пояса, которые будут препятствовать движению насекомых вверх.



НАРОДНЫЕ МЕТОДЫ.

В некоторых случаях справиться с проблемой можно народными средствами: обработка кустов раствором хозяйственного, зеленого или табачного мыла; перенесение на куст божьих коровок, опудривание земли под кустом древесной золой.

● **БИОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА.** Эффективные средства биологического происхожде-

ния – «Фитоверм», «Битоксибациллин», «Агравертин». Но важно помнить, что работают они при температуре выше 15 градусов. И после дождя обработку придется повторить.

● **ХИМИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА.** Синтетические средства, такие как «Актара», «Фуфанон» или «Фуфанон-Нова», имеют большой срок ожидания. Поэтому обработку ими нужно произвести до цветения или уже после сбора урожая.



Даже если у вас очень узкие подоконники и места в комнате совсем мало, можно завести растения-малыши. Они компактны и выглядят очень мило.



– Купите своей жене цветы!
– У меня нет жены.
– Тогда купите цветы своей невесте!
– У меня нет невесты.
– Тогда купите цветы на радостях, у вас всё ещё впереди...



Растения-малыши

Хавортия

Этот цветок напоминает инопланетное растение или как минимум обитателя морских глубин. У него нет стебля, а все листья собраны в розетку. Листья бывают разной формы: круглые, треугольные и даже листья-шарики, длинные, короткие... Рисунок на листьях тоже меняется от вида к виду. Полосочки, мелкие пупырышки, большие точки или неоднородные пятна от светло-до темно-зеленого. Растет хавортия неспешно. В высоту в зависимости от вида мо-

жет достигать 30 см, но чаще не более 10-15 см. В уходе неприхотлива, но нуждается в хорошем рассеянном освещении для сохранения яркости рисунка и декоративности. Оптимальная температура для хавортии – 20-25 градусов летом и 15 градусов зимой. Полив растения требует регулярного. Но для хавортии лучше недолив, чем переувлажнение, избытка влаги растение не любит. Горшок предпочтителен неглубокий и широкий, чтобы хватило места для роста боковых побегов.



Кстати

Полезный мох

Мхи – одни из самых маленьких и древних растений. В высоту вырастают, как правило, около 1 см, иногда достигают 5 см. Мхи гораздо старше динозавров – им около 400 млн лет. Могут существовать в самых экстремальных условиях. А еще мох способен впитывать и удерживать количество воды, в 30 раз превышающее его собственную массу. Кстати, это свойство используют в домашнем цветоводстве, добавляя в землю мох сфагнум или раскладывая его на поверхности грунта или на поддоне с горшком. Сфагнум хорошо впитывает влагу, а потом щедро делится с растением, заодно увлажняя воздух.

Литопсы

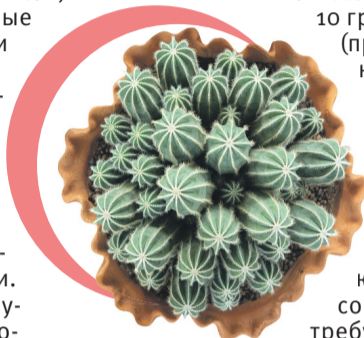
Эти растения внешне напоминают камешки небольшого размера, которые еще и цветут по весне. Как правило, в диаметре они не превышают 1-2 см. Бывают зеленого цвета, коричневые, фиолетовые. Предпочитают большое количество рассеянного света. В летнее время прекрасно себя чувствуют при комнатной температуре. Зимой желательно понижение температуры содержания до 15 градусов. Не требуют частого полива. Зимой литопсы надо поливать крайне редко (максимум раз в месяц), весной и летом – пару раз в месяц.



Кактусы

Ну куда же без них! У кактусов множество поклонников, есть целые группы и форумы кактусоводов. Ведь это не просто растение с колючками. Существует много разных видов кактусов: и пушистые, и плоские, и шарообразные, ребристые, и даже разноцветные (красные, желтые). Многие из них еще и цветут. Все кактусы любят обилие света, но без жаркого палящего солнца. Эти колючие цветы хоро-

шо переносят высокую температуру – до 30-35 градусов летом. Зимой желательно понижение до 10 градусов (прохладное зимнее содержание стимулирует цветение кактусов). Полив требуется, но без переувлажнения, и даже допустимо небольшое подсыхание почвы между поливами. Горшок для кактуса нужен неглубокий, но широкий – его диаметр должен быть больше диаметра корневой системы растения процентов на 50.



Любовь АНИНА

Серия специальных выпусков журналов о здоровье

Справочники «Здоровье. Аллергия», «Здоровье. Иммуитет» и «Здоровье. Лишний вес и похудение» объединили в себе ответы на вопросы, которые мы порой боимся задать даже самим себе: откуда взялся «спасительный круг» на моей талии, почему обостряется псориаз после ссоры с мужем, как любимая кошка влияет на течение астмы...

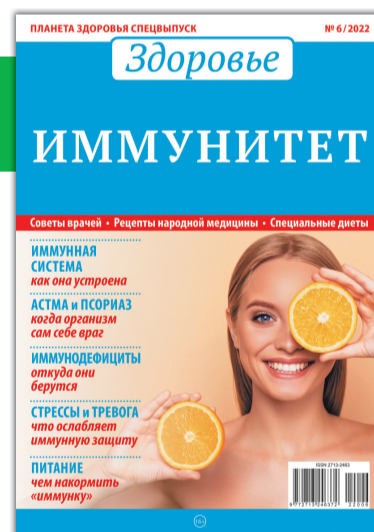
МЫ НЕ БОИМСЯ ЗАДАВАТЬ ВРАЧАМ ЭТИ ВОПРОСЫ И НАХОДИТЬ НА НИХ САМЫЕ НЕОЖИДААННЫЕ ОТВЕТЫ. В НОВЫХ ЖУРНАЛАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- как не паниковать и правильно действовать, если у находящегося рядом человека случился анафилактический шок или развился отек Квинке;
- какие признаки и симптомы должны побудить обратиться к врачу и почему не стоит заниматься самолечением;

- какие лекарства нужно всегда иметь под рукой аллергикам, астматикам и людям с ослабленным иммунитетом;
- как взять под контроль свой вес, чтобы свести к минимуму риски тяжелых заболеваний.

А также вашему вниманию проверенные временем рецепты народной медицины, подробные диеты и многое другое.

16+ Реклама



ЗАКАЗЫВАЙТЕ
НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА
НА САЙТАХ:

OZON **WILDBERRIES**
ozon.ru¹ и wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование журнала:
ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ спецвыпуск

¹ 000 «Интернет решения». 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. I, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз». 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

ЧИТАЙТЕ НОВУЮ СЕРИЮ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ! ВСЕ ВЫПУСКИ В ПРОДАЖЕ С 24 ИЮНЯ!

СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

С приходом тёплых дней на наших столах появляется редиска.

Яркая, сочная, она так радует глаз, так просится в рот, что просто невозможно устоять. Да и не нужно, ведь редиска очень полезна.

Редис – один из самых ранних овощей, вызревающих на грядках в открытом грунте. Форма этого корнеплода бывает разной: от совершенно круглой до удлиненно-цилиндрической. А уж разнообразию расцветок может позавидовать любая овощ: редиска бывает красная, розовая, белая, желтая и даже фиолетовая. При этом корнеплод может иметь совершенно по-другому окрашенный хвостик – белый, красный, розовый, желтый.

Не так давно селекционеры вывели новый сорт редиса – арбузный. Снаружи у этой редиски горьковатая зеленая кожура, а внутри – сладкая сердцевина алого цвета.

По мнению ботаников, ближайший родственник редиски – капуста.

Редиска

СОЧНАЯ, ХРУСТЯЩАЯ



ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ

В 100 г редиса содержится: 1,2 г белков, 0,1 г жиров, 3,4 г углеводов; энергетическая ценность – 19 ккал. Витамины: В1, В2, В5, В6, В9, С, РР, каротин (провитамин А). Микро- и макроэлементы: калий, кальций, йод, железо, магний, натрий, фосфор. Также редис содержит горчичное масло, фолиевую кислоту, клетчатку, фитонциды.



Кстати

ПОХВАЛЬНОЕ СЛОВО БОТВЕ

Ботва редиса содержит немало полезных веществ. Молодые листочки можно употреблять в свежем виде – например, добавлять в салаты, а можно использовать как ингредиент для горячих блюд – например, в зеленых щах.

ЦИФРА

250 г

редиса достаточно для получения суточной нормы витамина С.

ИЗ ИСТОРИИ ВОПРОСА

ПУТЬ ДЛИННОЮ В ТРИ ТЫСЯЧИ ЛЕТ

Редис выращивали еще в Древнем Китае – более 1000 лет до нашей эры. В Европу этот овощ привез Марко Поло в конце XIII века, а в Россию – Пётр Первый в XVII веке. Пётр Алексеевич редиску очень любил и считал, что она придает энергии и улучшает настроение. Однако цареву окружение корнеплод не оценило, и потому достаточно долгое время его выращивали только на специальном участке Аптекарского огорода. Но в конце XIX века русский селекционер Ефим Грачев вывел специальные – районированные – сорта редиса, которые очень быстро стали популярными.

Светлана ИВАНОВА

На грядках

Редис по-своему уникален. Это один из очень немногих овощей, которые были выращены из семян на Международной космической станции. Благодаря короткому периоду вегетации, редиска успешно выросла и созрела, несмотря на экстремальные условия: невесомость и отсутствие солнечного света. Это очень перспективная культура для космических путешествий, так как в пищу у редиски идут и верхушки, и корешки. Не исключено, что в будущем в межгалактических космолетах на специальных грядках будут выращивать редиску.

Подружка говорит подружке:

– Слушай, я парня в гости пригласила. Подскажи, а компот варят только из фруктов или из овощей тоже?
– Компот из овощей – это борщ!



Материал для творчества

Мексиканцы разглядели в редиске хороший материал для творчества. В городке Оасака празднуют «Ночес де Раба-нос», креативный праздник редиски. История началась еще в XVI веке, когда в Мексику был завезен редис. Испанские монахи, чтобы привлечь внимание к овощу, стали вырезать из него различные фигурки. К концу XIX века это так укоренилось у местного населения, что до сих пор проводится в городке. Для праздника выращивают специальные сорта: Чемпион (Champion) и Бармен (Bartender), длина плода при этом достигает полуметра, а вес 3 кг!



Хранение редиса

В холодильнике редиска может храниться около двух недель в закрытом пакете, а листья (их тоже можно хранить) – не более трех дней. Листья предварительно заворачивают в мокрую бумагу.

ВАЖНО!

Употребление редиса в пищу имеет ряд серьезных противопоказаний. Не рекомендуется употреблять редис при обострении заболеваний ЖКТ (особенно язвенных), печени, желчного пузыря. С осторожностью – при проблемах с щитовидной железой. Словом, если вы решили активно лакомиться редиской, проконсультируйтесь с врачом.



Какие питомцы радовали Сальвадора Дали?

? Видела фотографию, на которой экстравагантный испанский художник Сальвадор Дали выгуливает на поводке очень необычного домашнего питомца. Известно ли что-то о домашних животных Дали?

Юлия Юрьевна Шведова,
Рязанская область

На полотнах Дали – парадоксальные сочетания образов и форм на грани сна и реальности, шокирующие обывателей того времени. Сам испанец – личность эпатажная, и питомцев он держал очень необычных, которые подчеркивали его индивидуальность. В детстве у Дали жила летучая мышь, к которой он был очень привязан. Когда Сальвадор стал взрослым, то взял под опеку муравьеда из парижского зоопарка. Конечно, Дали дома муравьеда не держал, так как для животного нужны особые условия, которых в квартире не создашь, но порой выходил с ним прогуляться. Скорее всего, именно фотографию с муравьедом вы и видели, так как однажды художник устроил фотосессию со своим питомцем на улицах города. Дома у Дали жил также оцелот – хищное млекопитающее из семейства кошачьих (дикая кошка из тропических лесов Америки). Длина оцелота от головы до кончика хвоста составляет от 100 до 140 см, высота – около 50 см, вес – от 10 до 16 кг. У оцелотов буйный нрав, но, по словам современников, Дали всегда находил общий язык со своей крупной дикой кошкой. Живописец часто брал своего оцелота по кличке Бабоу в различные поездки и походы в рестораны. В уважаемых заведениях он уверял хозяев, что это не дикий зверь, а крупная домашняя кошка, которую он покрасил «под хищника». Зная его экстравагантные выходки, художнику верили.



Когда псевдоним заменил настоящее имя?

? Всегда считала, что Фредди Меркьюри – типичный англичанин. Когда услышала имя Фаррух Булсара, никак не соотнесла его с лидером «Queen». Неужели Фредди Меркьюри – это псевдоним?

Татьяна Корнеева, Талдом

Фаррух Булсара – настоящее имя лидера всемирно известной группы «Queen», а Фредди Меркьюри – псевдоним. Популярный певец и шоумен родился на острове Занзибар, по национальности он парс.

Фаррух означает «счастливым», но это имя было трудным для произношения, и одноклассники в Англии называли его Фредди... А когда «Queen» уже начали записывать свой первый одноименный альбом, певец решил сменить и фамилию на «Меркьюри» (от англ. Mercury – «Меркурий», в честь планеты, которую он считал для себя покровительствующей). Это имя прозвучало в песне «My Fairy King» («Мой сказочный король»), в которой есть строки: «Mother Mercury, look what they've done to me, I cannot run I cannot hide» («Мать Меркурий, посмотри, что они сделали со мной, я не могу бежать, я не могу скрыться»).

Между нами, женщинами



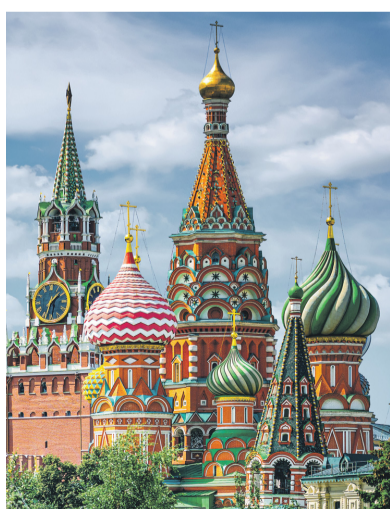
Кто считался «женским» самураем?

? Самураи – всемирно известный японский феномен. Все знают, что самурай – это воин, мужчина с уникальными боевыми навыками и понятиями о чести. Но недавно я задумалась: все ли самураи были мужчинами? Наверняка в Японии существовали и женщины-самураи?

Карина Смеловская, Московская область

Тех, кого можно считать женщиной-самураем, в Японии называли «онна-бугейся», где второе слово означает человека, владеющего боевыми искусствами, а «онна» указывает на принадлежность к женскому полу. То есть для японцев воительницы были не разновидностью самурая, а разновидностью женщины. Но все же они принадлежали к сословию самураев. В отличие от «букэ-но-онна», любой женщины, родившейся в семье самураев, онна-бугейся владела тем же оружием, что и мужчины ее клана. В отличие от других «самурайских дам», которые, конечно, умели постоять за себя и даже при необходимости лишиться себя жизни, онна-бугейся не откладывали свои знания и умения на крайний случай. Они проявляли себя на войне, а также обучали боевым искусствам мальчиков своего клана. К сожалению, положение японских женщин сильно изменилось к XVII веку. У них отняли имущественные права, и девочек практически перестали учить обращению с оружием. Несмотря на это, в сражениях XIX века самурайские дамы поражали наблюдателей чудесами смелости и боевыми навыками. Дело в том, что в самурайских семьях сложилась внутренняя женская культура: матери и бабушки рассказывали дочерям и внукам о тактике боя и деяниях легендарных онна-бугейся. Так сохранилась традиция, и предания о подвигах онна-бугейся дошли до наших дней.

Встречаются два товарища.
– Слышал, ты женился. Как жизнь?
– Думал, что после свадьбы станет больше денег, так как будет два источника дохода...
– Случилось?
– Да – я устроился на вторую работу.



Почему «кремль» и «кромка» – родственники?

? Коллега уверена, что красивое слово «кремль» и бытовое «кромка» – исторически однокоренные слова. Правда ли это?

Петрова Мария, Кострома

У большинства россиян слово «кремль» ассоциируется с величественным сооружением на Красной площади. Но изначально подобные сооружения строились во всех пограничных городах Руси. Слова

с тем же корнем («кром» в значении «край»): «кромка», «укромный», «закрома». В словаре В.И. Даля упоминаются другие слова с тем же корнем, но с более конкретизированным значением: «кремль» – «лучшая часть заповедника, крепкий и крупный строевой лес», «кремлевское дерево» – «дерево на краю леса, выросшее одиноко и на просторе, крепкое строевое дерево». Таким образом, изначально «кремль» по смыслу связывался с лесом, а затем название было перенесено на сам образ деревянной рубленой крепости.

Для чего растут уши?

? Правда ли, что уши и нос человека растут всю жизнь?

Наталья Петренко, Нововоронеж

Физиологи выделяют 14 типов носов. Ученые уверены, что нос продолжает расти практически всю жизнь, и по некоторым наблюдениям, в период с 30 до 90 лет может вырасти на 1 см. Научно обоснованного мнения, почему нос растет всю жизнь, не существует. Согласно одной из версий, во всем виновата сила гравитации. По другой версии, причина в том, что нос состоит из хрящевой ткани, которая не костенеет, а следовательно, сохраняет способность к росту. То же самое относится и к ушам. Согласно исследованиям, уши ежегодно добавляют к своему размеру 0,22 мм на протяжении всей жизни.

 ПЕРВЫЙ


21.45 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 Жить здорово! (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 Время
21.45 ПРЕМЬЕРА. «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)
Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Виктория Исакова, Дмитрий Куличков, Виталий Кищенко, Михаил Ширяев.
Вера Елагина - блестящий хирург, специализирующийся на плановой абдоминальной хирургии. Профессия научила её быть решительной и жесткой, уметь прятать свои чувства. Перфекционизм Веры относится к работе, одежде, семье.
22.45 Большая игра. (16+)
23.45 Информационный канал. (16+)
03.00 Новости
03.05 Информационный канал. (16+)

 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.45 «ИЗ ЖИЗНИ НАЧАЛЬНИКА УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
07.20 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)
СССР, 1980 г. Детектив.
09.00 Известия. (16+)
09.30 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
13.00 Известия. (16+)
13.30 «ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
17.30 Известия. (16+)
18.00 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ-3». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

 РОССИЯ 1


21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)

- 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 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ЕЛИЗАВЕТА». (16+)
Россия, 2021 г. Историко-приключенческая сага. В ролях: Юлия Хлынина, Александр Балуев, Агриппина Стеклова, Алексей Агранович, Виктор Раков.
Захватывающая романтическая история любви и испытаний будущей императрицы Елизаветы, юной дочери Петра Первого.
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
00.00 «Их звали травники». (16+)
01.10 «НА ПОРОГЕ ЛЮБВИ». (12+)
Россия, 2018 г.
В ролях: Кирилл Запорожский, Арина Постникова, Антонина Дивина.
Весна 1941 года. Деревня Ельино. В Николая влюблены две девушки - подруга детства Катя и Аня, дочь председателя колхоза. Николай собирается жениться на Ане.
04.29 Перерыв в вещании

 ЗВЕЗДА

- 05.15 «СНЕГ И ПЕПЕЛ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.50 Новости дня. (16+)
09.35 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)
11.20 18.50 «Открытый эфир». (16+)
13.25 14.05 «СПУТНИКИ». (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
18.15 «Специальный репортаж». (16+)
21.50 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
22.15 «Загадки века». (12+)
23.05 «ДВАЖДЫ РОЖДЕННЫЙ». (12+)
00.40 «ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)
02.00 «Провал Канариса». (12+)

 ТВУ


08.15 «Алексей Жарков. Эффект бабочки». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Алексей Жарков. Эффект бабочки». (12+)
09.00 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 «Петровка, 38». (16+)
12.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «СПЕЦЫ». (16+)
17.00 «Месть брошенных жён». (16+)
17.50 События
18.20 «Петровка, 38». (16+)
18.35 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ». (12+)
22.00 События
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
23.50 События. 25-й час
00.20 «Расписные звезды». (16+)
01.00 «Звёздные отчимы». (16+)
01.40 «Ракетчики на продажу». (12+)
02.20 «Осторожно, мошенники!» (16+)
02.45 «Петровка, 38». (16+)
03.00 «ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА». (12+)
04.40 «Евгений Евстигнеев. Мужчины не плачут». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)
05.55 Перерыв в вещании

 ОТР

- 06.00 «ОСЕННИЕ КОЛОКОЛА».** (0+)
07.20 15.15 «Календарь». (12+)
08.00 Отражение-1
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
11.45 «Новости Совета Федерации». (12+)
12.00 13.20 Отражение-2
15.50 «Свет и тени». (12+)
16.20 22.40 «Прав!Да?» (12+)
17.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
17.50 «1812». (16+)
18.45 «Отчий дом». (12+)
19.30 01.00 Отражение-3
21.00 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (12+)
23.20 «За дело!» (12+)
00.00 «Большая страна». (12+)

 НТВ


09.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Начальство отказывает Пригову в проведении операции по спасению Физика - теперь они вместе с Гуляевым должны сдать местным властям...
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
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 «ПОД ЗАЩИТОЙ». (16+)
Оперативник по борьбе с организованной преступностью, капитан Станислав Дмитриев участвует в сложной операции главного управления УГРО МВД по ликвидации наркотрафика в столице и работает под прикрытием в банде криминального авторитета Грачёва.
23.00 «Сегодня»
23.25 «ПЁС». (16+)
03.15 «ШАМАН. НОВАЯ УГРОЗА». (16+)

 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.50 16.40 «Историс». (12+)
13.50 15.50 17.35 01.50 04.45 «Доктор 24». (12+)
14.45 17.30 00.10 «The City». (12+)
15.15 «Торги Москвы». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 Познавательный фильм. (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 02.15 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)

 РОССИЯ К

 РОССИЯ К Культура


16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.40
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 Черные дыры. Белые пятна
08.15 23.30 Цвет времени
08.35 «ЩЕДРОЕ ЛЕТО»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.00 XX век
12.30 20.50 Линия жизни
13.25 «Гатчина. Свершилось»
14.15 «Долгое эхо Роберта Рождественского». 90 лет со дня рождения поэта
15.05 «Роман в камне»
15.35 «Острова»
16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»
СССР, 1985 г. Мелодрама. В ролях: Михай Волонтир, Клара Лучко.
17.40 Мастера исполнительского искусства. Государственный квартал им. А.П. Бородина
18.45 «Маргарита Лаврова. Принцесса оперетты»
19.45 Главная роль
20.05 «Великие реки России»
21.45 «ИЮЛЬСКИЙ ДОЖДЬ»
01.15 Мастера исполнительского искусства. Дмитрий Маслеев
02.15 «Николай Лебедев. Война без грима»
03.00 Перерыв в вещании

 360°

- 05.00 01.00 «Бизнес Подмосковья». (12+)
06.00 «Новости Московской области»
08.00 16.30 17.05 «Маршрут построен». (12+)
09.00 10.00 11.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 00.00 «Новости 360»
09.05 10.05 21.00 22.05 «Сделано в России». (12+)
12.00 14.30 «Перевернутый класс». (12+)
12.40 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
13.05 18.05 «Армагеддон». (12+)
15.05 «Основатели». (12+)
15.35 23.30 «Огородники». (12+)
17.40 22.40 «Внимание! Еда!» (12+)

 СТС


19.35 «ЛИГА СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.25 «СТЮАРТ ЛИТТЛ». (0+)
10.00 «СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ». (12+)
12.40 «СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)
15.05 «Семейка Крудс». (6+)
17.05 «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
США - Австралия, 2016 г. Фэнтези. В ролях: Брентон Туэйтс, Джерард Батлер, Чедвик Боузмэн.
19.35 «ЛИГА СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)
США - Канада - Великобритания, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Бен Аффлек, Генри Кавилл, Эми Адамс. Брюс Уэйн, вдохновленный самопожертвованием Супермена, вновь обретает веру в человечество. Вместе со своей новой союзницей Дианой Принс Уэйн начинает собирать отряд людей со сверхспособностями для борьбы с пробудившейся угрозой...
22.00 «РЕГБИ». (16+)
22.45 «ЛЁД-2». (6+)
01.10 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
02.10 «ДВОЙНОЙ ПРОСЧЁТ». (16+)
03.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)
05.45 «6 кадров». (16+)

 МОСКВА ДОВЕРИЕ

- 06.00 07.30 10.30 03.00 04.30
«Тайны кино». (12+)
06.45 03.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
08.20 Это было смешно. (12+)
08.50 16.20 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
11.20 20.00 «СМЕЛОГО ПУЛЯ БОИТСЯ». (12+)
12.55 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ». (12+)
14.15 23.05 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (6+)
17.35 Звёзды советского экрана. (12+)
18.05 01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
21.30 «ПОСЛЕДНЯЯ ОСЕНЬ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ХИЩНИКИ». (16+)</p> <p>05.00 04.40 «Территория заблуждений». (16+)</p> <p>06.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!»</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (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>15.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «ХИЩНИКИ». (16+)</p> <p>22.00 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.25 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>00.30 «КРИМИНАЛЬНОЕ ЧТИВО». (18+)</p>	<p>23.00 «ЛЮСИ». (18+)</p> <p>07.00 «Простоквашино». (0+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>15.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p> <p>18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>20.00 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО ИГОРЯ МУХИЧА». (16+) Следователь Игорь Мухич - обладатель непостижимой логики. Его последняя операция по задержанию неуловимого преступника - огонь!</p> <p>21.00 «МИЛИЦИОНЕР С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>21.50 «ЖУКИ». (16+)</p> <p>23.00 «ЛЮСИ». (18+)</p> <p>00.45 «ВЗРЫВНАЯ БЛОНДИНКА». (18+)</p> <p>02.40 «Такое кино!» (16+)</p> <p>03.05 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.50 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)</p> <p>04.40 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>05.30 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>01.30 «ДРУГИЕ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 «Старец». (16+)</p> <p>11.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.40 Мистические истории. (16+)</p> <p>15.45 Гадалка. (16+)</p> <p>16.55 Всё в твоих руках. (16+)</p> <p>17.25 «Слепая». (16+) Лидия Караваева тяжело переживала третий развод. В этот раз она осталась не только без мужа, но и без жилья.</p> <p>18.30 «Старец». (16+)</p> <p>19.30 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «КОСТИ». (16+) В бухте обнаружены останки женщины. К несчастью, сохранился лишь торс жертвы, что оставляет следствию минимум зацепок...</p> <p>23.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 1». (16+)</p> <p>01.30 «ДРУГИЕ». (16+)</p> <p>03.15 «КОСТИ». (16+)</p>	<p>02.45 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.40 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>07.45 Невероятные истории. (16+) В каждой программе вы увидите подборку сюжетов, в которые невозможно поверить.</p> <p>08.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>13.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+) Россия, 1999-2004 гг. Боевик. В ролях: Михаил Пореченков, Андрей Краско, Зоя Буряк. 29-летний Алексей Николаев некогда был актером, а теперь он агент Федеральной службы безопасности. По натуре Леха разгильдяй и ветреный парнишка, который постоянно ухитряется во что-нибудь вляпаться...</p> <p>18.30 Дорожные войны. (16+)</p> <p>20.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>04.10 Улётное видео. (16+)</p>	<p>13.00 «ЗАСТЫВШИЕ ДЕПЕШИ». (16+)</p> <p>06.00 09.05 12.35 15.00 17.00 20.25 03.30 Новости</p> <p>06.05 16.05 23.00 Все на Матч!</p> <p>09.10 12.40 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.30 Футбол. «Челси» (Англия) - «Ливерпуль» (Англия). Лига чемпионов. (0+)</p> <p>11.30 «Есть тема!»</p> <p>13.00 15.05 «ЗАСТЫВШИЕ ДЕПЕШИ». (16+)</p> <p>17.05 Смешанные единоборства. Ф. Емельяненко - Ф. Мальдонадо. Fight Nights. (16+)</p> <p>18.00 «Нас не стереть!» (0+)</p> <p>19.20 05.05 «Громко»</p> <p>20.30 Автоспорт. Чемпионат России по дрифт-рейсингу. (0+)</p> <p>21.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов»</p> <p>23.40 Смешанные единоборства. К. Кэттер - Дж. Эмметт. UFC. (16+)</p> <p>00.50 «Спортивный детектив». (12+)</p>	<p>12.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>06.30 «Лаборатория любви». (16+)</p> <p>06.40 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>09.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>10.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.25 «Порча». (16+)</p> <p>13.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>15.05 «ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)</p> <p>19.00 «БЕДНАЯ САША». (16+)</p> <p>22.45 «Порча». (16+)</p> <p>23.20 «Знахарка». (16+)</p> <p>23.50 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.25 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.10 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>05.40 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.50 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>

– В будущем году, – сказал начинающий огородник, – я сделаю всё наоборот: я посажу сорняки, и пусть их задушат овощи!

Внук поздравляет бабушку:
– Бабушка, поздравляю тебя с днём рождения!
Задумался.
Она ему помогает:
– И желаю...
– И желаю, желаю... желаю... О, блинов с вареньем. Напечёшь?

Хозяин сада – мальчишке.
– Кто позволил тебе залезть на грушу?
– А что мне оставалось делать, когда я внизу увидел табличку с надписью: «По траве не ходить»?

АГЕНТСТВО НЕДВИЖИМОСТИ ЮРИДИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

8 495 150-53-54
8 985 555-25-46

ВЫ ХОТИТЕ ДОРОГО И БЫСТРО ПРОДАТЬ КВАРТИРУ, ВЫГОДНО КУПИТЬ НЕДВИЖИМОСТЬ, БЕЗОПАСНО СОВЕРШИТЬ СДЕЛКУ. ЗВОНИТЕ!!! МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ.

МЫ РАБОТАЕМ ПО ФИКСИРОВАННЫМ ТАРИФАМ.

Мск Дом 24

ВОЛГОГРАДСКИЙ ПРОСПЕКТ, 2
mskdom24.com

Реклама

ПЕНСИОНЕРАМ!
НАДЕЖНОСТЬ И СТАБИЛЬНОСТЬ

Задумайтесь о завтрашнем дне, заключите договор РЕНТЫ сегодня!

- ✦ Единовременная выплата до 5 000 000 рублей
- ✦ Ежемесячно до 50 000 рублей
- ✦ Оплата всех коммунальных услуг
- ✦ Ремонт в квартире
- ✦ Уход и помощь по хозяйству

8 (495) 626-46-06
www.mosrenta.com

ООО «МГР» ОГРН 1167746806732 Реклама



НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий
Выбери своё любимое фото

Массу положительных эмоций и воспоминаний вызывают любимые фотографии.

Ответы. Волосы справа у лица, тени, цветоток в волосах вверху, завиток справа, завиток слева, виток слева, виток у цветка слева, бантик у котика, хвост, цвет цветка на рукаве, бутон справа вверху.



КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.40 «ИСПЫТАТЕЛЬ». (12+)
07.05 «Снежные дорожки». (0+)

TV1000
05.30, 06.15 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.05 «ОТЕЦ НЕВЕСТЫ». (6+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.40 «Смешарики». (6+)
06.35 «Фиксики». (6+)

ДОМ КИНО
05.30 «Ералаш». (6+)
06.30 «Три богатыря и Шамаханская царица».

ИЛЛЮЗИОН+
01.55, 03.35 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
05.20 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.10 «ПРИЛИЧНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
07.40 «ПРО ЖЕНУ, МЧТУ И ЕЩЕ ОДНУ...» (12+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.45 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.30 «ЮНОСТЬ ПЕТРА». (12+)
01.50 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
07.35 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ВРАЧ». (12+)
11.00 «ПРАВО НА ОШИБКУ». (12+)

CINEMA
07.20 «ИЗГОЙ». (16+)
09.50 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)

red .RED
01.15, 02.15, 03.10, 04.10, 05.05 «ЧУЖЕСТРАНКА». (16+)

РЕТРО
06.00 «ЛЕДИ ИСЧЕЗАЕТ». (16+)
07.40 «ЕВГЕНИЙ ОНЕГИН». (12+)

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

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ДЫШИ СО МНОЙ».

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

TV 21 ВЕК
10.00, 18.00, 02.00 «КРЫЛЬЯ УРАГАНА».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «ВСТРЕЧНОЕ ТЕЧЕНИЕ». (16+)
05.45, 10.20 «СПЕЦКОР ОТДЕЛА РАССЛЕДОВАНИЙ».

ПОБЕДА
04.40 «ГЕРОЙ 115». (16+)
05.40 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00, 05.20, 05.50 «ЛЮБИМЦЫ». (16+)
06.10 Пятница News. (16+)

Ю
05.00 Папа попал. (16+)
07.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.00 Из истории советского периода. (6+)

VIASAT HISTORY
06.15, 06.40 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00, 06.45 Невероятный доктор Пол. (16+)

07.40, 08.35 Инстинкт выживания. (16+)
09.25, 10.15 Авто-SOS. (16+)

УСАДЬБА
08.35 Top-10. (12+)
09.00 Дачных дел мастер. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
09.55 Уральская рыбалка. (12+)
10.30 Беларусь: в поисках хорошего клева. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

00.30, 13.30, 19.30 Тай-Бо. (16+)
01.30, 14.30, 20.30 Кроссфит 2.0. (12+)

ПЕРВЫЙ



21.45 «ЗАКЛЮЧЕНИЕ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 Жить здорово! (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 Вечер
21.45 **ПРЕМЬЕРА. «ЗАКЛЮЧЕНИЕ».** (16+)
На водохранилище обнаруживают тело 15-летнего подростка. Вера и Пахомов пытаются уговорить его друга дать показания против их тренера, который подсаживал мальчиков на наркотики и заставлял за дозу торговать собой. Парень соглашается свидетельствовать против мужчины, однако адвокат тренера «вытаскивает» его на свободу.
22.45 Большая игра. (16+)
23.45 Информационный канал. (16+)
03.00 Новости
03.05 Информационный канал. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
05.25 **«БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ».** (16+)
09.00 Известия. (16+)
09.30 **«ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
Россия, 2016 г. Криминальный. В ролях: Михаил Пореченков, Илья Шакунов, Виктория Тарасова, Олег Чернов, Анна Попова.
13.00 Известия. (16+)
13.30 **«ОДИН ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
17.30 Известия. (16+)
18.00 **«МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ-3».** (16+)
19.50 **«СЛЕД».** (16+)
23.10 **«СВОИ-3».** (16+)
00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
00.30 **«СЛЕД».** (16+)
03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



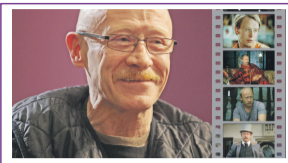
01.45 «СОРОКАПЯТКА». (12+)

- 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 «Кто против?» (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«ЕЛИЗАВЕТА».** (16+)
Пётр I скончался. Для Елизаветы смерть отца становится страшным ударом. Екатерина готова принять правление державой. Но сенат не принимает её, желая венчать на престол наследника-мужчину. К тому же Екатерина знает о завете супруга, и потому не может довериться даже своей дочери Елизавете.
22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
00.00 «Война за память». (12+)
01.45 **«СОРОКАПЯТКА».** (12+)
Россия, 2008 г. Военная драма. В ролях: Сергей Удовик, Ян Цапник, Дмитрий Кубасов, Наталья Лесниковская, Виталий Овчаров. Первые дни Великой Отечественной войны. Войска Красной Армии отступают...
03.23 Перерыв в вещании

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 **«БЕЗ ПРАВИЛ».** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.50 Новости дня. (16+)
09.20 «Освобождение». (16+)
09.45 **«СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ».** (12+)
11.20 18.50 «Открытый эфир». (16+)
13.25 **«СПУТНИКИ».** (16+)
14.00 Военные новости. (16+)
18.15 «Специальный репортаж». (16+)
21.50 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
22.15 «Великая Отечественная в хронике ТАСС». (12+)
23.25 «Улика из прошлого». (16+)

ТВУ ТВЦ



10.40 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.50 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА».** (12+)
10.40 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (12+)
11.30 События
11.50 «Петровка, 38». (16+)
12.05 **«АКАДЕМИЯ».** (12+)
13.45 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.10 **«СПЕЦЫ».** (16+)
17.00 «Охотницы на миллионеров». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 **«ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-2».** (12+)
22.00 События
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Жанна Прохоренко. 30 лет одиночества». (16+)
23.50 События. 25-й час
00.20 «90-е. Криминальные жены». (16+)
01.05 Хроники московского быта. (16+)
01.45 «Три генерала - три судьбы». (12+)
02.25 «Осторожно, мошенники!» (16+)
02.50 «Петровка, 38». (16+)
03.05 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ДЕДУШКИНА ВНУЧКА».** (12+)
04.45 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)
05.55 Перерыв в вещании

ОТР ОТР

- 05.35 17.00 **«НЕБЕСНЫЙ СУД».** (12+)
06.25 17.50 «1812». (16+)
07.20 15.15 «Календарь». (12+)
08.00 ОТражение-1
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 **«АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ».** (12+)
11.45 00.45 «Большая страна: открытие». (12+)
12.00 13.20 ОТражение-2
15.50 «Финансовая грамотность». (12+)
16.20 22.25 «ПравДа?» (12+)
18.45 «Отчий дом». (12+)
19.30 01.00 ОТражение-3
21.00 **«ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ».** (12+)
23.05 «Последний герой». (12+)
00.15 «Активная среда». (12+)

НТВ НТВ



09.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

- 04.45 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 **«МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
На окраине села в полуразрушенном доме засели боевики, захватившие в заложники следователя Верещагина, которая ведет дело о пожаре на складе боеприпасов.
10.00 «Сегодня»
10.35 **«МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
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 **«ПОД ЗАЩИТОЙ».** (16+)
Находят труп, якобы принадлежащий Михееву. Дмитриев проводит собственное расследование, ему помогает новый подопечный - хакер Влад, который успел насолить и преступникам, и спецслужбам.
23.00 «Сегодня»
23.25 **«ПЁС».** (16+)
03.10 «Их нравы». (0+)
03.30 **«ШАМАН. НОВАЯ УГРОЗА».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
12.45 13.45 15.45 16.35 01.35
04.30 «ГОСТ». (12+)
12.50 14.50 16.40 «Историс». (12+)
13.50 15.50 17.35 01.50 04.45
«Доктор 24». (12+)
14.45 17.30 00.10 «The City». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.02 «Москва сегодня». (16+)
19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
20.30 02.15 «Рейд». (16+)
21.15 23.45 «Московский патруль». (16+)
21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
00.40 «WOW эффект». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



12.45 «СОРОК ПЕРВЫЙ»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00
15.00 19.30 23.40
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 Цвет времени
07.45 20.05 «Великие реки России»
08.40 **16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»**
10.15 «Наблюдатель»
11.10 00.00 XX век
12.45 **21.45 «СОРОК ПЕРВЫЙ»**
СССР, 1956 г. Драма. В ролях: Изольда Извицкая, Олег Стриженов, Николай Крючков. Гражданская война. Отряд красноармейцев берет в плен белого офицера Говоруху-Отрока.
14.15 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
15.05 «Эрмитаж»
15.35 «Сати. Нескучная классика...»
17.40 Мастера исполнительского искусства. Дмитрий Маслеев
18.40 «Николай Дупак. Судьба длиною в век»
19.45 Главная роль
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 «Белая студия»
23.10 «Роман в камне»
01.30 Мастера исполнительского искусства. Государственный квартет им. А.П. Бородина
02.40 «Забываемое ремесло»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 01.00 «Бизнес Подмосковья». (12+)
06.00 «Новости Московской области»
08.00 16.30 17.05 «Маршрут построен». (12+)
09.00 10.00 11.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 00.00 «Новости 360»
09.05 10.05 21.00 22.05 «Сделано в России». (12+)
12.00 14.30 «Перевернутый класс». (12+)
12.40 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
13.05 18.10 «Армагеддон». (12+)
15.05 «Основатели». (12+)
15.35 23.30 «Огородники». (12+)
17.40 22.40 «Внимание! Еда!» (12+)

СТС СТС



19.40 «ПАССАЖИРЫ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Три кота». (0+)
06.15 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.05 Уральские пельмени. (16+)
10.45 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
16.00 **«РЕГБИ».** (16+)
17.05 **«ЛЁД-2».** (6+)
Россия, 2020 г. Спортивная драма. В ролях: Александр Петров, Аглия Тарасова, Мария Аронова, Юлия Хлынина, Надежда Михалкова. Фигуристка Надя и хоккеист Саша поженились и теперь мечтают о ребёнке. Правда, цена, которую им придется заплатить за эту мечту, будет невообразимо высока...
19.40 **«ПАССАЖИРЫ».** (16+)
США, 2016 г. Фантастическая драма. В ролях: Дженнифер Лоуренс, Крис Пратт, Майкл Шин. Космический корабль с пассажирами на борту, погруженными на время полёта в искусственный сон, держит курс на планету, которая станет для них новым домом.
22.00 **«РЕГБИ».** (16+)
23.00 **«ЗВЁЗДНЫЙ ДЕСАНТ».** (16+)
01.25 **«АЛЕКСАНДР».** (16+)
04.15 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
05.50 «6 кадров». (16+)
06.00 07.30 03.45 «Раскрывай тайны звёзд». (12+)
06.45 08.15 10.55 00.15 03.00 04.30 «Тайны кино». (12+)
09.05 **16.15 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
10.25 «Тайны нашей эстрады». (12+)
11.45 **«ПРАЗДНИК».** (6+)
13.30 **«ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ».** (12+)
14.55 **23.00 «К ЧЁРНОМУ МОРЮ».** (12+)
17.35 Звёзды советского экрана. (12+)
18.05 **01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
20.00 **«ВТОРЖЕНИЕ».** (12+)
21.35 **«ПОСЛЕДНЯЯ ОСЕНЬ».** (12+)

● 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 фотоматериалы 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
 20.00 «ЖИВОЕ». (16+)	 23.00 «АННА». (18+)	 01.45 «ЭЛЬ КУКУЙ». (18+)	 06.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)	 23.15 «НЕСЛОМЛЕННЫЙ». (16+)	 15.00 «НОТЫ ЛЮБВИ». (16+)
05.00 «Территория заблуждений». (16+) 06.00 «Документальный проект». (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 «Загадки человечества». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ЖИВОЕ». (16+) 21.55 «Водить по-русски» 23.25 «Знаете ли вы, что?» 00.30 «АССА». (16+) 03.10 «ИГЛА». (16+)	07.00 «Простоквашино». (0+) 08.30 «Модные игры». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 15.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 20.00 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО ИГОРЯ МУХИЧА». (16+) Премьера! Пока Игорь становится предметом спора двух заклятых друзей - Кромберга и Столярова - в агентство Мухича поступает дело о загадочном отравлении. Полиция не справилась, определить преступника не смог даже полиграф. 21.00 «МИЛИЦИОНЕР С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.00 «ЖУКИ». (16+) 23.00 «АННА». (18+) 01.20 «ШОУ НАЧИНАЕТСЯ». (12+) 02.50 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.00 «Знаки судьбы». (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.00 «Старец». (16+) 11.30 Гадалка. (16+) 14.40 Мистические истории. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 16.55 «Всё в твоих руках». (16+) 17.25 «Слепая». (16+) Дима всегда заботился о своей репутации. Он был хорошим сыном, ответственным отцом и примерным семьянином. 18.30 «Старец». (16+) 19.30 «Слепая». (16+) 20.30 «КОСТИ». (16+) На дереве обнаружены части скелета. В ходе расследования к делу подключается отец Брендан, получивший новое назначение в Институте... 23.30 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ 2». (16+) 01.45 «ЭЛЬ КУКУЙ». (18+) 03.15 «КОСТИ». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) Видеосюжеты, которые вошли в программу, зафиксированы уличными камерами наблюдения, сняты случайными очевидцами... 06.10 «ВОРОНИНЫ». (16+) Россия, 2009 г. Комедийный сериал. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова, Станислав Дужников, Анна Фролова, Борис Клюев. Молодая семья спортивного журналиста Константина Воронина живёт на одной лестничной площадке с родителями... 07.45 Невероятные истории. (16+) 08.30 Улётное видео. (16+) 13.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+) 18.30 Дорожные войны. (16+) 20.30 Улётное видео. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.45 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 04.10 Улётное видео. (16+)	06.00 08.55 12.35 15.00 17.00 19.20 03.30 Новости 06.05 22.15 Все на Матч! 09.00 12.40 Специальный репортаж. (12+) 09.20 Футбол. «Барселона» (Испания) - ПСЖ (Франция). Лига чемпионов. (0+) 11.30 22.55 «Есть тема!» 13.00 15.05 «ЗАСТЫВШИЕ ДЕПЕШИ». (16+) 16.05 Все на Кубок PARI Премьер! 17.05 Смешанные единоборства. Х. Нурмагомедов - К. МакГрегор. UFC. (16+) 18.00 «Нас не стереть!» (0+) 19.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Нижний Новгород». Кубок PARI Премьер 23.15 «НЕСЛОМЛЕННЫЙ». (16+) 01.50 Американский футбол. «Нэшвилл Найтс». «Остин Акустик». Лига легенд. (16+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 09.00 Давай разведёмся! (16+) 10.00 Тест на отцовство. (16+) 12.15 «Понять. Простить». (16+) 13.20 «Порча». (16+) 13.50 «Знахарка». (16+) 14.25 «Верну любимого». (16+) 15.00 «НОТЫ ЛЮБВИ». (16+) 19.00 «БЕДНАЯ САША». (16+) 22.50 «Порча». (16+) 23.25 «Знахарка». (16+) 00.00 «Верну любимого». (16+) 00.30 «Понять. Простить». (16+) 01.35 Тест на отцовство. (16+) 03.15 Давай разведёмся! (16+) 05.45 Пять ужинов. (16+) 06.00 По делам несовершеннолетних. (16+)

Груз для уравнивания	РЕЧНЫЕ КРУИЗЫ!			Неродной отец	Ринго, бывший в барабаны в "Битлз"	
Отношение к людям как к людям	теплоход «К. А. Тимирязев» скидка пенсионерам! 11 – 18 июля 2022 (8 дней) от 31 800 руб./чел. Москва – Мышкин – Кострома – Н. Новгород – Городец – Чкаловск – Ярославль – Калязин – Москва (в столицу Поволжья!) теплоход «Бородино» скидка пенсионерам! 18 июля – 4 августа 2022 (18 дней) от 124 500 руб./чел. Москва – Уglich – Кострома – Н. Новгород – Казань – Чистополь – Агидель – Уфа – Елабуга – Чебоксары – Макарьев – Муром – Касимов – Рязань – Коломна – Москва (по 5 рекам!) теплоход «Михаил Танич» скидка пенсионерам! 25 – 29 июля 2022 (5 дней) от 15 500 руб./чел. Москва – Уglich – Кострома – Мышкин – Москва (на малую родину Островского!) теплоход «К. А. Тимирязев» скидка пенсионерам! 29 августа – 11 сентября 2022 (14 дней) от 39 600 руб./чел. Москва – Уglich – Кострома – Н. Новгород – Козьмодемьянск – Чебоксары – Казань – Самара – Тольятти – Тетюши – Болгары – Свяжжск – Городец – Ярославль – Калязин – Москва (Верхняя, Средняя и Нижняя Волга!) 3-разовое питание, экскурсии, развлекательные программы включены! AP travel В наличии также есть круизы по Белой, Дону, Беломорскому каналу (на Соловьи), Волго-Балту (Кики, Валаам). Открыты продажи на 2023 год! Звоните! ap-travel.ru 8 (495) 166-84-91			Сосуд для терпения	Бык в упряжке	
	Опера Сальери	Морская мера расстояния	Кривой кинжал теплохранителя паши	Зодчий Большого театра	Безобидная змея (разговорно)	Бе-е-едняжка, выпоротая Сидором
	Коронный танец на венгерской вечеринке	Надоевшее однообразие в жизни	Показная роскошь, шегольство	Тип, что сторонится людей	"Укус" горячей сковородки	Наклейка, разрешающая въезд "за бугор"
	След, где печать прошла	... снежной лавины	Монетный "штем-пель"		"На каждый ... не наздравствуешься"	
	Танцевальный номер под "Кумпарситу"	Его захватывает от восторга				

 Две подружки:
 Чтобы в семье всё шло гладко, кто-то один должен быть шелковым.

 – Ты чего это решил бороду отпустить? Лень бриться?
 – У меня от бритвы раздражение.
 – Чувствительная кожа? Мажься ромашковым кремом.
 – Нет, он меня раздражает.

 – Ты чего такая расстроенная?
 – Да из-за мужа. И вообще... Какая же трудная у меня работа – домохозяйка! Зарплаты нет, выходных нет, отпуска нет, работа не кончается... А муж с гордостью говорит: «Моя жена не работает, дома сидит».

ПЕНСИОНЕРАМ! 23 ИЮНЯ

ВСЕ О ДОГОВОРЕ РЕНТЫ на Дне открытых дверей в "Жилсоцгарантии"

- Лекция о договоре ренты
- Встреча с руководством и пенсионерами, которые уже заключили договор
- Доклад о деятельности "Жилсоцгарантии" за 27 лет

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
 Наш сайт: zsg.ru/renta
 «Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты
 Записывайтесь заранее!

8 (495) 626 45 55

Московская меховая фабрика Мех-экспо

АКЦИЯ!
ДАВАЙТЕ МЕНЯТЬСЯ К ЛУЧШЕМУ
СДАЙТЕ СТАРУЮ ШУБУ ИЛИ ДУБЛЕНКУ
И ПОЛУЧИТЕ ВЫГОДУ ПРИ ПОКУПКЕ НОВОЙ ШУБЫ!
 Акция действует и на головные уборы из меха
РЕМОНТ И УТЕПЛЕНИЕ ШУБ В УСЛОВИЯХ ПРОИЗВОДСТВА

ПЕНСИОНЕРАМ ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ
 Время работы: пoned. – субб. с 10:00 до 17.00, вых. – воскр.
 Проезд от ст. м. «Преображенская площадь», посл. вагон из центра, авт. 86, 171 до остановки «2-й Электrozаводский переулoк», ул. Электrozаводская, 21, проходная № 4.
 При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 31 АВГУСТА

8 (495) 971-55-55,
8 (926) 843-95-55
 Внутренний телефон 43-53

Предъявителю купона скидка на шубу **3000** рублей!

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 06.50 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». 07.45 Мультфильмы. (0+)

ИЛЛЮЗИОН+. 00.10 «ТОНЯ ПРОТИВ ВСЕХ». 02.00 «ВСЁ САМОЕ ЛУЧШЕЕ». 03.35 «ЛЕВ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН. 08.05 «СЧАСТЛИВАЯ ЖИЗНЬ КСЕНИИ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!. 05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины

В программе возможны изменения по независимым от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР. 05.00 «ОХОТА НА ВЕРВОЛЬ-ФА». (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ. 00.00 Час истины. (12+)

УСАДЬБА. 09.45 Правила огорода. (12+)

ПЕРВЫЙ



22.45 «КРЕПОСТЬ». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 10.00 Жить здорово! (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Информационный канал. (16+)
 21.00 Время
 21.45 **ПРЕМЬЕРА. «ЗАКЛЮЧЕНИЕ».** (16+)
 22.45 **«КРЕПОСТЬ».** (16+)
 Беларусь-Россия, 2010 г. Военный фильм. В ролях: Алексей Копашов, Андрей Мерзликин, Павел Деревянко, Александр Коршунов. 21 июня 1941 года, Брестская крепость. Лейтенант Андрей Кижеватов, майор Петр Гаврилов и комиссар Ефим Фомин занимались повседневными делами...
 00.30 Премьера. «Парад победенных». (12+)
 01.20 Информационный канал. (16+)
 03.00 Новости
 03.05 Информационный канал. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 09.00 13.00 17.30 Известия. (16+)
 05.25 «Живая история». (12+)
 05.50 **«БЛОКАДА».** «ЛУЖСКИЙ РУБЕЖ». (12+)
 07.50 **09.25 «БЛОКАДА».** «ПУЛКОВСКИЙ МЕРИДИАН». (12+)
 09.50 **«БЛОКАДА».** «ЛЕНИНГРАДСКИЙ МЕТРОНОМ». (12+)
 11.50 **13.30 «БЛОКАДА».** «ОПЕРАЦИЯ «ИСКРА»». (12+)
 13.40 **«ОРДЕН».** (12+)
 18.00 **«МОРСКИЕ ДЬЯВолы-3».** (16+)
 19.50 **00.30 «СЛЕД».** (16+)
 23.10 **«СВОИ-3».** (16+)
 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
 03.25 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



01.10 «ТРИ ДНЯ ЛЕЙТЕНАНТА КРАВЦОВА». (12+)

04.00 «22 июня, ровно в четыре утра... Реквием Роберта Рождественского»
 05.10 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 «Кто против?» (12+)
 17.00 Вести
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести. Местное время
 21.20 **«ЕЛИЗАВЕТА».** (16+)
 Пажы Елизаветы вламываются в дом к вице-канцлеру Остерману в поисках завещания Петра. Но все идет не по плану. Екатерина уверена, что завещание у цесаревны.
 22.20 **Вечер с Владимиром Соловьёвым.** (12+)
 00.00 «22 июня, ровно в четыре утра... Реквием Роберта Рождественского»
 01.10 **«ТРИ ДНЯ ЛЕЙТЕНАНТА КРАВЦОВА».** (12+)
 Россия, 2012 г. Военная драма. В ролях: Алексей Воробьев, Владимир Гостюхин, Ксения Суркова. Восемнадцатилетний лейтенант Кравцов прибывает на службу в действующую армию.
 04.22 Перерыв в вещании

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

03.30 Мемориальная акция «Свеча памяти»
 05.25 08.20 09.25 10.15 11.15 11.40 12.30 13.15 14.15 15.15 16.15 17.15 18.15 23.30 «Неизвестная война. Великая Отечественная». (16+)
 Документальный сериал рассказывает об истинной роли и вкладе нашего народа в победу над фашизмом.
 08.00 09.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 Новости дня. (16+)
 19.00 Вечер памяти «В сердце матери»
 04.00 **«НЕ ЗАБЫВАЙ».** (16+)
 Россия, 2004 г. Военная драма. В ролях: О. Арнтгольц, И. Колесников, Т. Догилева, Т. Лютаева.

ТВУ ТВЦ



10.40 «Евгений Весник. Обмануть судьбу». (12+)

06.00 «Настроение»
 08.15 «Большое кино». (12+)
 08.45 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ВАШЕ ВРЕМЯ И СТЕКЛО».** (12+)
 10.40 «Евгений Весник. Обмануть судьбу». (12+)
 11.30 События
 11.50 «Петровка, 38». (16+)
 12.05 **«АКАДЕМИЯ».** (12+)
 13.45 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.05 **«СПЕЦЫ».** (16+)
 17.00 «Проклятые звёзды». (16+)
 17.50 События
 18.10 «Петровка, 38». (16+)
 18.25 **«ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-3».** (12+)
 22.00 События
 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
 23.05 Прощание. (16+)
 23.50 События. 25-й час
 00.20 «Удар властью. Галина Старовойтова». (16+)
 01.00 «Знак качества». (16+)
 01.40 «Остаться в Третьем рейхе. Лени Рифеншталь». (12+)
 02.25 «Осторожно, мошенники!» (16+)
 02.50 «Петровка, 38». (16+)
 03.00 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. ВАШЕ ВРЕМЯ И СТЕКЛО».** (12+)
 04.40 «Евгений Весник. Обмануть судьбу». (12+)
 05.20 «Мой герой». (12+)
 05.55 Перерыв в вещании

ОТР ОТР

05.35 **17.00 «НЕБЕСНЫЙ СУД».** (12+)
 06.25 «1812». (16+)
 07.20 15.15 «Календарь». (12+)
 08.00 ОТражение-1
 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
 10.10 **«ЗИМНИЙ ВЕЧЕР В ГАГРАХ».** (12+)
 11.35 18.35 05.05 «Вспомнить всё». (12+)
 12.00 13.20 ОТражение-2
 15.50 «Активная среда». (12+)
 16.20 22.45 «ПравДа?» (12+)
 17.55 00.15 «За дело! Поговорим». (12+)
 19.30 01.00 ОТражение-3
 21.00 **«БЕЛЫЙ ТИГР».** (16+)
 23.25 «Женщина из убитой деревни». (16+)
 02.35 «Потомки». (12+)

НТВ НТВ



09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СМЕРЧ». (16+)

05.00 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
 09.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СМЕРЧ».** (16+)
 К Дарье в дом приезжает Граф, прячет в сарае рюкзак, в котором одежда, пистолет и паспорт. Бойцы «Смерча» ожидают в засаде появления торговцев оружием.
 10.00 «Сегодня»
 10.35 **«МОРСКИЕ ДЬЯВолы. СМЕРЧ».** (16+)
 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 **«ПОД ЗАЩИТОЙ».** (16+)
 Новый подопечный отдела госзащиты - сотрудник полиции, который должен дать показания на начальника ОВД.
 23.00 «Сегодня»
 23.25 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 01.05 «Поиск». (12+)
 01.50 **«СЕМЬ ПАР НЕЧИСТЫХ».** (16+)
 03.10 «Их нравы». (0+)
 03.30 **«ШАМАН. НОВАЯ УГРОЗА».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание»
 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 12.45 13.45 15.45 16.35 01.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
 12.50 14.50 16.40 «Историс». (12+)
 13.50 15.50 17.35 01.50 04.45 «Доктор 24». (12+)
 14.45 17.30 00.10 «The City». (12+)
 18.15 «Интервью». (12+)
 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
 19.02 «Москва сегодня». (16+)
 19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
 20.30 02.15 «Рейд». (16+)
 21.15 23.45 «Московский патруль». (16+)
 21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
 00.40 «WOW эффект». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



12.45 «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА»

06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 12.20 14.15 15.35 17.15 21.45 «Мальчики державы»
 07.35 «Первые в мире»
 07.50 20.05 «Великие реки России»
 08.40 **16.05 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»**
 10.15 «Наблюдатель»
 11.10 00.00 ХХ век
 12.45 **22.10 «ЗАВТРА БЫЛА ВОЙНА»**
 СССР, 1987 г. Драма. В ролях: Ирина Чериченко, Наталья Негода, Юлия Тархова, Сергей Никоненко. В 1940 году отца Вики Люберецкой объявили врагом народа. Вику как дочь врага попытались исключить из комсомола, но одноклассники встали на её защиту...
 14.45 «Забывшее ремесло»
 15.05 «Библейский сюжет»
 17.45 01.05 К. Бодров. Реквием на стихи Р. Рождественского. Сергей Гармаш, Юрий Башмет и Всероссийский юношеский симфонический оркестр
 18.35 01.50 «Евгений Куропатков. Монолог о времени и о себе»
 19.45 Главная роль
 20.45 Линия жизни
 02.45 Цвет времени
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 01.00 «Бизнес Подмосковья». (12+)
 06.00 «Новости Московской области»
 08.00 16.30 17.05 «Маршрут построен». (12+)
 09.00 10.00 11.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 00.00 «Новости 360»
 09.05 10.05 21.00 22.05 «Сделано в России». (12+)
 12.00 14.30 «Перевернутый класс». (12+)
 12.40 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
 13.10 18.05 «Армагеддон». (12+)
 15.05 «Основатели». (12+)
 15.35 23.30 «Огородники». (12+)
 17.40 22.40 «Внимание! Еда!» (12+)

СТС СТС



19.40 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
 06.05 «Три кота». (0+)
 06.15 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
 10.20 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
 16.05 **«РЕГБИ».** (16+)
 17.05 **«ЗВЁЗДНЫЙ ДЕСАНТ».** (16+)
 США, 1997 г. Фантастический боевик. В ролях: Каспер Ван Дин, Дина Мейер, Дениз Ричардс. В новом тысячелетии над человечеством нависла смертельная опасность. Несметные полчища гигантских разумных жуков с далёкой системы планет Клендату угрожают всему живому во Вселенной.
 19.40 **«МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ».** (16+)
 Великобритания - США, 2017 г. Комедийный боевик. В ролях: Энсел Элгорт, Кевин Спейси. Молодой парень по прозвищу Малыш работает водителем на криминального лидера по кличке Док. Он помогает бандитам скрыться с места преступления. Малыш обожает скорость и музыку.
 22.00 **«РЕГБИ».** (16+)
 23.00 **«СТАРТРЕК. ВОЗМЕЗДИЕ».** (12+)
 01.35 **«ЗВЕЗДА РОДИЛАССЯ».** (18+)
 03.45 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
 05.40 «6 кадров». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.10 08.05 00.15 03.05 04.35 «Тайны кино». (12+)
 06.55 10.45 03.50 «Раскрытие тайны звёзд». (12+)
 07.40 10.15 «Песни нашего кино». (12+)
 08.55 **16.10 «ОТряд СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
 11.35 **«ВТОРЖЕНИЕ».** (12+)
 13.15 **21.35 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ».** (12+)
 14.45 **22.55 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА».** (6+)
 17.30 Звёзды советского экрана. (12+)
 18.05 **01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
 20.00 **«ПРАЗДНИК».** (6+)
 01.00 «Москва на все времена». (12+)

● 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 фотоматериалы 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 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)</p> <p>05.00 «Территория заблуждений». (16+)</p> <p>06.00 04.25 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 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 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 03.40 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 02.50 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «МОРСКОЙ БОЙ». (12+)</p> <p>22.30 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ПРИКАЗАНО УНИЧТОЖИТЬ». (16+)</p>	<p>00.00 «В СЕРДЦЕ МОРЯ». (12+)</p> <p>07.00 «Простоквашино». (0+)</p> <p>08.30 «Битва пикников». (16+)</p> <p>09.00 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>Весь день на TNT 12-й сезон шоу «Битва экстрасенсов»: Анатолий Леднев, Виктория Комахина, Роза Люлякова, Елена Ясевич и самый молодой участник шоу за всю его историю - Илья Обухов.</p> <p>22.00 «ПОСТУПЬ ХАОСА». (16+)</p> <p>Канада, США, 2021 г. Фантастика/боевик. В ролях: Том Холланд, Дэйзи Ридли.</p> <p>00.00 «В СЕРДЦЕ МОРЯ». (12+)</p> <p>02.10 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.45 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)</p> <p>04.30 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>23.30 «ПОКЛОННИК». (18+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 «Старец». (16+)</p> <p>11.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.40 Мистические истории. (16+)</p> <p>15.45 Гадалка. (16+)</p> <p>16.55 Всё в твоих руках. (16+)</p> <p>17.25 «Слепая». (16+)</p> <p>Катя жила с отцом и его женой Тамарой. Девушка училась на последнем курсе в институте и уже полгода встречалась с Виктором.</p> <p>18.30 «Старец». (16+)</p> <p>19.30 «Слепая». (16+)</p> <p>20.30 «КОСТИ». (16+)</p> <p>Найдено тело женщины в костюме средневековой принцессы. Не в силах вести расследование из-за травмы, Бут просит взяться за дело агента Пэйтона...</p> <p>23.30 «ПОКЛОННИК». (18+)</p> <p>01.15 «ПОДМЕНА». (16+)</p> <p>03.30 «КОСТИ». (16+)</p>	<p>02.50 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>06.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>07.30 Невероятные истории. (16+)</p> <p>08.00 Дорога. (16+)</p> <p>Расследования особенностей национальной езды и поиск виновников дорожного беспредела докажут, что за рулём нужно быть максимально внимательным. Проверено.</p> <p>10.00 Решала. (16+)</p> <p>13.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+)</p> <p>15.15 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2». (16+)</p> <p>Россия, 2000 г. Боевик. В ролях: Михаил Пореченков, Андрей Краско. 29-летний Алексей Николаев некогда был актером, а теперь он агент Федеральной службы безопасности.</p> <p>18.40 Заступницы. (16+)</p> <p>23.30 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.50 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>04.15 Улётное видео. (16+)</p>	<p>13.00 «ЗАСТЫВШИЕ ДЕПЕШИ». (16+)</p> <p>06.00 09.05 12.35 15.00 17.00 20.10 03.30 Новости</p> <p>06.05 16.05 20.15 22.55 Все на Матч!</p> <p>09.10 12.40 19.50 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.30 Футбол. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Нижний Новгород». Кубок PARI Премьер. Трансляция из Санкт-Петербурга. (0+)</p> <p>11.30 23.25 «Есть тема!»</p> <p>13.00 15.05 «ЗАСТЫВШИЕ ДЕПЕШИ». (16+)</p> <p>17.05 Смешанные единоборства. А. Волков - Ж. Розенстрайк. UFC. Трансляция из США. (16+)</p> <p>18.00 «Нас не стереть!» (0+)</p> <p>20.55 Футбол. Англия - Сербия. Чемпионат Европы среди юношей (U-19). Прямая трансляция из Словакии</p> <p>23.45 Karate Combat-2022. (16+)</p> <p>01.20 «Второе дыхание». (12+)</p>	<p>13.35 «Порча». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>09.20 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>10.20 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.35 «Порча». (16+)</p> <p>14.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>15.15 «КАКОЙ ОНА БЫЛА». (16+)</p> <p>19.00 «БЕДНАЯ САША». (16+)</p> <p>22.55 «Порча». (16+)</p> <p>23.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.05 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.40 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.20 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>05.00 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>

«Вкусно-го борща должно быть много!» – решила прошлым летом команда кубанских поваров во главе с Владимиром Земляновым. И дело осталось за малым: почистить, нарезать и нашинковать 120 кг картофеля, 80 кг моркови и лука, 100 кг мяса, 25 кг помидоров, 100 кг свежей капусты, 80 кг свеклы, 20 кг болгарского перца и 5 кг зелени. Ну и во время варки всего этого великолепия добавить 50 кг томатной пасты. Получился 1101 литр вкуснейшего кубанского борща по старинному рецепту. Весомый повод для попадания в Книгу рекордов России!

ТОННА БОРЩА

Оказывается, при помощи лазера можно не только лечить, резать металл и передавать информацию на дальние расстояния. Это чудо техники вполне способно помочь даже археологам. Так, при помощи лазера на территории современной Боливии в тропических лесах Амазонии был обнаружен огромный комплекс сооружений возрастом более 600 лет. Выяснилось, что найденные города, деревни, дороги, водохранилища и каналы созданы представителями древней культуры Касаарабе. Которые, к слову, славились не только как строители, но и как искусные гончары.



ЛАЗЕР НА СЛУЖБЕ АРХЕОЛОГОВ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ



Зачем в СССР консервировали воду и почему она была доступна лишь ограниченной группе людей? Оказывается, такие заготовки были предназначены для моряков – гражданских и военных. Водные консервы входили в состав неприкосновенного запаса на случай непредвиденных ситуаций на море и в океане, ведь пресная вода жизненно необходима. Консервировалась только кипяченая родниковая вода с добавлением различных витаминов.

Светлана СИДОРЧУК

КОНСЕРВЫ ИЗ ВОДЫ

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

8 (495) 142-51-94

Реклама

АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? – ВЫХОД ЕСТЬ!



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, труднее мириться с дилеммой: 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!

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!

БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

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

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

Наука находится в постоянном поиске формул с высокой биодоступностью именно для суставов. И вот, достигнут беспрецедентный результат! Создан современный комплекс **БИАРТЕКС (BIARTEX)** для поддержания опорно-двигательного аппарата. Его инновационная формула способна прицельно достигать суставных тканей.

БИАРТЕКС (BIARTEX) – полиактивный комплекс, состоящий из 2 частей: плотной капсулы и жидкого активатора. Попадая в тонкий кишечник, активатор и капсула вступают в реакцию, образуя непреодолимый по своей пробивной мощи раствор. Ему требуется лишь 20 минут, чтобы попасть в суставные клетки и запустить пролонгированную программу помощи!



КОМПЛЕКСНАЯ ЗАЩИТА СУСТАВОВ ОТ ИЗНОСА!

Все компоненты **БИАРТЕКС (BIARTEX)** – 100% натуральные! В составе капсул – биомасса пантов марала, концентрат моллюсков, ДНК лососевых и др. ценные составные. Формула активатора включает натуральное масло амаранта, концентраты падука, дапачо и пр. биопротекторы. В соединении с ферментами тонкого кишечника они образуют биогенную формулу с мощной доказанной эффективностью!

8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66
Звонок по России бесплатный г. Москва

В состав комплекса не входят синтетические компоненты неорганического происхождения. Способ применения: по рекомендации специалиста, возможны противопоказания. Перед применением ознакомьтесь инструкцией. РЕКЛАМА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.50 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА».

TV1000
05.00, 05.40 «ДОКТОР ХАУС».

TV1000 РУССКОЕ КИНО
05.30 «Смешарики».

ДОМ КИНО
06.25 «Три богатыря и наследница престола».

ИЛЛЮЗИОН+
04.45 «ЛЕВ».

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.05 «ЛОВИ МОМЕНТ».

КИНОКОМЕДИЯ
01.15 «Три богатыря: Ход конем».

РОДНОЕ КИНО
00.05 «КАНИКУЛЫ КРОША».

РУССКИЙ РОМАН
08.20 «УЧИЛКА».

CINEMA
08.00 «ВЫЖИВШИЙ».

red
00.05, 00.55, 13.15, 14.00, 20.00, 20.45 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА».

РЕТРО
06.00 «ПОСЛЕ СВАДЬБЫ».

суббота! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь».

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ДЫШИ СО МНОЙ».

СТС LOVE
06.00 «Три кота».

TV 21 ВЕК
10.00, 18.00, 02.00 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ. ТАЙНА ЭЙФЕЛЕВОЙ БАШНИ».

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «БАЛЛАДА О БОМБЕРЕ».

ПОБЕДА
05.30 «Путь к Победе».

ПЯТНИЦА
05.00 «ЛЮБИМЦЫ».

Ю
05.00 Папа попал.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины.

VIASAT HISTORY
06.10 Невероятные изобретения.

NATIONAL GEOGRAPHIC
06.00, 06.50 Невероятный доктор Пол.

07.45, 08.40 Инстинкт выживания.

Усадьба
09.55 Безопасность.

УСАДЬБА
09.55 Жизнь в деревне.

ОХОТА И РЫБАЛКА
09.25 Зов предков.

ЖИВИ!
00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0.

1 ПЕРВЫЙ



22.45 «КРЕПОСТЬ». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 Жить здорово! (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 Время
- 21.45 **ПРЕМЬЕРА. «ЗАКЛЮЧЕНИЕ».** (16+) Из торгового центра исчезает 16-летняя Настя. Позже ее тело находят за городом. Подобные убийства происходили и раньше.
- 22.45 **«КРЕПОСТЬ».** (16+) Майор Гаврилов, лейтенант Кижеватов и политрук Фомин командуют обороной в двух разных частях крепости, изолированных друг от друга.
- 00.30 «Невский пятачок. Последний свидетель». (12+)
- 01.25 Информационный канал. (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 Информационный канал. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.25 **«ОРДЕН».** (12+)
- 08.30 **«ВETERАН».** (16+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 **«ВETERАН».** (16+)
- 12.40 **«ОПЕРАЦИЯ «ДЕЗЕРТИР».** (16+) Россия, 2020 г. Военный. В ролях: Кирилл Мелихов, Вадим Лялько, Сергей Калантай, Сергей Фролов, Вероника Пляшкевич.
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 **«ОПЕРАЦИЯ «ДЕЗЕРТИР».** (16+)
- 17.30 Известия. (16+)
- 18.00 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-3».** (16+)
- 19.50 **«СЛЕД».** (16+)
- 23.10 **«СВОИ-3».** (16+)
- 00.00 Известия. Итоговый выпуск. (16+)
- 00.30 **«СЛЕД».** (16+)
- 03.20 **«ДЕТЕКТИВЫ».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



00.55 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)

- 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 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **«ЕЛИЗАВЕТА».** (16+) Елизавета подозревает, что собственная мать - императрица Екатерина пыталась её убить. В ужасе она соглашается бежать из дворца с Батуриным.
- 22.20 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 00.00 **«Альфред Розенберг. Несостоявшийся колонизатор Востока».** (16+) **00.55 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО».** (16+) Россия, 2008 г. Фантастика. В ролях: Данила Козловский, Андрей Терентьев, Владимир Яглыч. XXI век. Четверо чёрных копателей - Борман, Череп, Чуха и Спирт - занимаются раскопками под Санкт-Петербургом в тех местах, где когда-то шли бои.
- 03.10 **«МЫ ИЗ БУДУЩЕГО-2».** (16+)
- 04.57 Перерыв в вещании

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.25 **«НЕ ЗАБЫВАЙ».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.50 Новости дня. (16+)
- 09.30 **«СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ».** (12+)
- 11.20 18.50 «Открытый эфир». (16+)
- 13.25 14.10 18.15 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 15.10 «День Победы. Противостояние». (16+)
- 15.50 **«БУДУ ПОМНИТЬ».** (16+)
- 21.50 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 22.15 «Код доступа». (12+)
- 23.05 **«САШКА».** (12+)
- 00.40 **«БЕССМЕРТНЫЙ ГАРНИЗОН».** (12+)
- 02.15 **«ИДИ И СМОТРИ».** (16+)

ТВУ ТВЦ



10.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Большое кино». (12+)
- 08.40 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. РОМАНТИК ИЗ СССР».** (12+)
- 10.40 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
- 11.30 14.30 17.50 События
- 11.50 «Петровка, 38». (16+)
- 12.00 **«АКАДЕМИЯ».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.50 Город новостей
- 15.00 **«СПЕЦЫ».** (16+)
- 17.00 «Тайные дети звёзд». (16+)
- 18.15 **«ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-4».** (12+) События
- 22.00 «10 самых...» (16+)
- 22.35 «Актёрские драмы. «Печки-лавочки». (12+)
- 23.50 События. 25-й час
- 00.20 «Удар властью. Иван Рыбкин». (16+)
- 01.05 «Брежнев против Косыгина. Ненужный премьер». (12+)
- 01.45 «Маяковский. Последняя любовь, последний выстрел». (12+)
- 02.25 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 02.50 «Петровка, 38». (16+)
- 03.05 **«ЖЕНСКАЯ ВЕРСИЯ. РОМАНТИК ИЗ СССР».** (12+)
- 04.45 «Людмила Касаткина. Укрощение строптивой». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)
- 05.55 Перерыв в вещании

ОТР ОТР

- 05.35 17.00 **«НЕБЕСНЫЙ СУД».** (12+)
- 06.25 17.50 «1812». (16+)
- 07.20 15.15 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение-1. Республика Адыгея
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 **«БЕЛЫЙ ТИГР».** (16+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2. Республика Адыгея
- 15.50 «Вспомнить всё». (12+)
- 16.20 22.25 «Прав!Да?» (12+)
- 18.45 «Отчий дом». (12+)
- 19.30 01.00 ОТражение-3. Республика Адыгея
- 21.00 **«КУРЬЕР».** (12+)
- 23.05 «Станиславский. Жажда жизни». (12+)
- 00.30 «Великие полководцы на Красной площади». (12+)

НТВ НТВ



09.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)

- 04.55 **«УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+) Злоумышленниками взорван промышленный узел на территории газового хранилища. Багира и Физик проникают в офис газовой компании...
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 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 **«ПОД ЗАЩИТОЙ».** (16+) Яковлев подозревает Никитина в организации убийства Толика, к тому же обнаружилось, что Никитин в юности был знаком с Грачевым.
- 23.00 «Сегодня»
- 23.25 ЧП. Расследование. (16+)
- 23.55 «Поздняков». (16+)
- 00.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
- 01.05 **«ПЁС».** (16+)
- 02.55 «Их нравы». (0+)
- 03.10 **«ДИКИЙ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 12.45 13.45 15.45 16.35 01.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
- 12.50 14.50 16.40 «Историс». (12+)
- 13.50 15.50 17.35 01.50 04.45 «Доктор 24». (12+)
- 14.45 17.30 00.10 «The City». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.02 «Москва сегодня». (16+)
- 19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
- 20.30 02.15 «Рейд». (16+)
- 21.15 23.45 «Московский патруль». (16+)
- 21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
- 00.40 «WOW эффект». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



12.40 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.40 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 23.20 «Первые в мире»
- 07.50 20.05 «Великие реки России»
- 08.35 «Забывтое ремесло»
- 08.50 **16.15 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»**
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 00.00 ХХ век
- 12.10 «Роман в камне»
- 12.40 **21.45 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ»** СССР, 1972 г. Комедия. В ролях: Лидия Федосеева, Василий Шукшин. На черноморский курорт из далекого алтайского колхоза едет семейная пара - Иван и Нюра. В дороге их ждут приключения...
- 14.20 Абсолютный слух
- 15.05 Моя любовь - Россия!
- 15.35 «Белая студия»
- 17.25 02.40 Цвет времени
- 17.45 00.55 Мастера исполнительского искусства. Александр Бузлов и Андрей Гугнин
- 18.45 «Николай Лебедев. Война без грима»
- 19.45 Главная роль
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 «Энигма»
- 01.55 «Николай Дупак. Судьба длиною в век»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 01.00 «Бизнес Подмосковья». (12+)
- 06.00 «Новости Московской области»
- 08.00 16.30 17.05 «Маршрут построен». (12+)
- 08.30 09.20 21.00 22.05 «Сделано в России». (12+)
- 09.00 11.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 «Новости 360»
- 10.00 «Подмосковье»
- 10.30 «Интервью 360». (12+)
- 12.00 14.30 «Перевернутый класс». (12+)
- 12.40 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
- 13.05 18.10 «Армагеддон». (12+)
- 15.05 «Основатели». (12+)
- 15.35 23.30 «Огородники»
- 17.40 22.40 «Внимание! Еда!» (12+)

СТС СТС



17.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.05 Уральские пельмени. (16+)
- 10.55 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- 16.10 **«РЕГБИ».** (16+)
- 17.10 **«ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА».** (12+) Франция - США, 2013 г. Криминальный триллер. В ролях: Марк Руффало, Джесси Айзенберг, Вуди Харрельсон, Айла Фишер. Команда лучших иллюзионистов мира проворачивает дерзкие ограбления прямо во время своих шоу и умело водит за нос ФБР...
- 19.25 **«ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2».** (12+) США - Китай - Великобритания - Канада, 2016 г. Криминальный триллер. В ролях: Джесси Айзенберг, Марк Руффало. «Четыре всадника», команда лучших иллюзионистов мира, снова в сборе! Их «магия» стала ещё совершеннее, а враги - опаснее.
- 22.00 **«РЕГБИ».** (16+)
- 22.55 **«СТАРТРЕК. БЕСКОНЕЧНОСТЬ».** (16+)
- 01.20 **«КТО НАШ ПАПА, ЧУВАК?»** (18+)
- 03.10 **«ВОРОНИНЫ».** (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.10 07.45 10.30 00.15 03.00 «Тайны кино». (12+)
- 06.55 03.45 05.20 «Раскрывай тайны звёзд». (12+)
- 08.30 **16.00 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ».** (12+)
- 10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 11.20 **«ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ».** (12+)
- 12.50 **«ПОСЛЕДНЯЯ ОСЕНЬ».** (12+)
- 14.35 **22.55 «НЕИСПРАВИМЫЙ ЛГУН».** (12+)
- 17.35 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.05 **01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
- 20.00 **«ГОЛУБАЯ СТРЕЛА».** (12+)
- 21.35 **«ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ»**

● 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 фотоматериалы 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!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «КОМАНДА «А»». (16+)	 23.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЕРКА». (16+)	 23.30 «КОБРА». (18+)	 06.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)	 16.05 «13 УБИЙЦ». (16+)	 13.30 «Знахарка». (16+)	
05.00 «С бодрым утром!» (16+) 07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 «Новости». (16+) 09.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «КОМАНДА «А»». (16+) 22.15 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «КОРАБЛЬ-ПРИЗРАК». (18+)	07.00 «Простоквашино». (0+) 08.30 «Перезагрузка». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 15.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 18.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 20.00 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО ИГОРЯ МУХИЧА». (16+) 21.00 «МИЛИЦИОНЕР С РУБЛЕВКИ». (16+) 22.00 «ЖУКИ». (16+) 23.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЕРКА». (16+) Австралия, США, 2016 г. Вестерн. В ролях: Дензел Вашингтон, Крис Пратт. 01.35 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+) 03.20 «Импровизация». (16+) 04.10 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+) 04.55 «Открытый микрофон». (16+) 06.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.00 «Знаки судьбы». (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.00 «Старец». (16+) 11.30 Гадалка. (16+) 14.40 Мистические истории. (16+) 15.45 Гадалка. (16+) 16.55 «Всё в твоих руках». (16+) 17.25 «Слепая». (16+) Лена недавно стала работать няней в семье знакомых своей матери. И тут же влюбилась в отца ребенка. Вадим был хорош собой... 18.30 «Старец». (16+) 19.30 «Слепая». (16+) 20.00 «АГЕНТСТВО О.К.О». (16+) В агентство приходит мужчина по имени Юрий, рассказывает, что ищет брата-близнеца - Антона. Антон пропадает уже не первый раз.. 23.30 «КОБРА». (18+) 01.15 «ВНИЗУ». (18+) 02.30 «КОСТИ». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «ВОРОНИНЫ». (16+) 07.30 Невероятные истории. Дайджест. (16+) Сборник «Невероятных Историй». В каждой программе вы увидите подборку самых захватывающих сюжетов, в которые невозможно было бы поверить, если бы они не были правдой. 08.00 Невероятные истории. (16+) 08.30 Улётное видео. (16+) 13.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2». (16+) 18.00 Дорожные войны. (16+) Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите и делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником! 20.30 Улётное видео. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.45 «СОЛДАТЫ-12». (12+) 04.15 Улётное видео. (16+)	06.00 09.00 12.35 15.00 17.00 20.00 03.30 Новости 06.05 19.15 22.15 Все на Матч! 09.05 12.40 Специальный репортаж. (12+) 09.25 Футбол. «Манчестер Сити» (Англия) - «Тоттенхэм» (Англия). Лига чемпионов. (0+) 11.30 22.55 «Есть тема!» 13.00 15.05 «КЛЯНЁМСЯ ЗАЩИЩАТЬ». (16+) 16.05 17.05 «13 УБИЙЦ». (16+) 18.45 Матч! Парад. (16+) 20.05 Футбол. «Ливерпуль» (Англия) - «Барселона» (Испания). Лига чемпионов. (0+) 23.15 Karate Combat-2022. (16+) 00.50 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. Трансляция из Смоленска. (0+) 01.20 «Второе дыхание». (12+) 01.50 Американский футбол	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.40 Давай разведёмся! (16+) 09.40 Тест на отцовство. (16+) 11.55 «Понять. Простить». (16+) 13.00 «Порча». (16+) 13.30 «Знахарка». (16+) 14.05 «Верну любимого». (16+) 14.40 «ПОДАРИ МНЕ ЖИЗНЬ». (16+) 19.00 «БЕДНАЯ САША». (16+) 22.55 «Порча». (16+) 23.30 «Знахарка». (16+) 00.05 «Верну любимого». (16+) 00.40 «Понять. Простить». (16+) 01.40 Тест на отцовство. (16+) 03.20 Давай разведёмся! (16+) 05.00 «6 кадров». (16+) 05.10 По делам несовершеннолетних. (16+)	

ДОМАШНИЙ ПОВАР СВ №2 / 2022

100 ВКУСНЫХ рецептов

домашние СОЛЕНЬЯ



ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ С БОГАТЫМИ ИЛЛЮСТРАЦИЯМИ И ПОШАГОВЫМ ОПИСАНИЕМ

- ✓ В каждом выпуске **100 вкусных рецептов** проверенных и популярных блюд
- ✓ Все блюда можно приготовить из **доступных продуктов**, купленных в обычном магазине
- ✓ Каждый рецепт имеет **информацию** о калорийности, количестве персон и времени приготовления блюда
- ✓ Каждый выпуск содержит **секреты и советы** по приготовлению

ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 24 ИЮНЯ!
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

Реклама. 12+

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON ozon.ru¹
WILDBERRIES wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: журнал Домашний повар 100 вкусных рецептов

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

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

Многие пациенты боятся лечить зубы, а уж тем более их обтачивать. Но современные технологии позволяют не прибегать к обточке зубов. Что в таких случаях предлагают в «Верастоме»? Ответит главный врач клиники «Верастом», доктор стоматологии высшей категории, ортопед **БЕЛИКОВ Сергей Александрович**.



– Специалисты нашей клиники восстанавливают утраченные зубы при помощи мягких протезов, не требующих обточки, всего за 10 дней. Также предлагается услуга вантового протезирования, когда отсутствующие зубы крепятся к соседним по швейцарской технологии. Это проводится без депульпирования и препарирования зубов. Для взыскательных пациентов мы предлагаем бескаркасную керамику, которая по своей эстетике не отличается от своих зубов и биосовместима со слизистой. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонтитом.

– А как можно помочь этим пациентам?

– Наша клиника предлагает разнообразные услуги. Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение. Также проводим инновационную процедуру ПЛАЗМОЛИФТИНГА для укрепления кости и десны. Сейчас на эти процедуры идет **АКЦИЯ – СКИДКА 50%***. Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. В-третьих, делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе

и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов. В-четвертых, для пациентов, у которых уже есть отсутствующие зубы, проводим установку имплантатов абсолютно безболезненно за 1 час. Причем пародонтит – не противопоказание, ведь наши пациенты проходят специальный курс лечения у врача пародонтолога на швейцарских аппаратах. А для самых требовательных пациентов мы предлагаем щадящее исправление прикуса элайнерами, лечение под микроскопом, а также пломбы будущего из сверх прочной керамики! Кроме этого, в клинике «Верастом» проводится ранняя диагностика рака полости рта на специальном аппарате. Приглашаем всех пройти бесплатную консультацию с денальной камерой!

УСИЛЕННЫЕ МЕРЫ САНИТАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ! ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!

VERASTOM ст. м. «Коньково»,
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ клиника ул. Островитянова, д. 9
Тел.: 8 (499) 737-30-77, 8 (985) 226-00-15,
8 (499) 737-30-76 www.verastom.ru

* О подробностях акции и сроках ее проведения вы можете узнать по нашим телефонам или у нас на сайте.

Реклама
Лиц. ПО-77-01-004192
от 20.09.2011 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

1 ПЕРВЫЙ



18.40 «Человек и закон». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 Жить здорово! (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
- 19.45 Поле чудес. (16+)
- 21.00 Время
- 21.45 К 60-летию Виктора Цоя. Последний концерт. (12+)
В эфире Первого знаменитый концерт группы «Кино», который прошел на Большой спортивной арене Лужников 24 июня 1990 года, незадолго до трагической аварии...
- 22.45 Премьера. «Группа «Кино»-2021». (12+)
- 00.40 «Алые паруса-2022». Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 01.05 «Цой - «Кино». (16+)
- 01.50 Информационный канал. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 Известия. (16+)
- 05.30 «ОПЕРАЦИЯ «ДЕЗЕРТИР». (16+)
- 09.00 Известия. (16+)
- 09.30 «ОПЕРАЦИЯ «ДЕЗЕРТИР». (16+)
- 09.50 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)
- 13.00 Известия. (16+)
- 13.30 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)
- 17.30 Известия. (16+)
- 18.00 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)
- 18.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 22.00 «Праздничное шоу «Алые паруса»-2022. (12+)
- 01.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
- 02.20 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ». (12+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



01.05 «ОДИНОЧКА». (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 «Кто против?» (12+)
- 17.00 Вести
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «ТАРАС БУЛББА». (16+)
Россия, 2009 г. Драма. В ролях: Богдан Ступка, Владимир Вдовиченков, Игорь Петренко, Магдалена Мельцаж. Конец XVI века. Юго-Западные земли Руси находятся под властью Речи Посполитой. С юга осаждают крымские татары.
- 00.00 Вести
- 00.40 «Алые паруса-2022». Прямая трансляция из Санкт-Петербурга
- 01.05 «ОДИНОЧКА». (12+)
Россия, 2016 г. Мелодрама. В ролях: Инна Коляда, Илья Оболонков, Зоя Антонова, Макар Кравченко. В жизни Юлии всё разложено по полочкам. Если питание - то здоровое, если одежда - то практичная, если работа - то постоянная.
- 03.05 «ПЛОХАЯ СОСЕДКА». (12+)
- 04.55 Перерыв в вещании

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 «Легенды госбезопасности». (16+)
- 06.45 «ПОЛЕТ С КОСМОНАВТОМ». (12+)
- 08.40 09.20 13.25 14.05 18.55 «ЗАСТАВА ЖИЛИНА». (16+)
- 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
- 14.00 Военные новости. (16+)
- 18.40 «Время героев». (16+)
- 21.15 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 22.15 «Битва оружейников. Автоматическое оружие под малоимпульсный патрон. АК-74 против М-16». (16+)
- 23.00 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)
- 00.40 «ЗАБУДЬТЕ СЛОВО СМЕРТЬ». (12+)
- 02.00 «ТЕНЬ». (16+)

ТВЦ



17.00 «Актерские драмы. Роль как приговор». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.00 «АДВОКАТЪ АРДАШЕВЪ. МАСКАРАДЪ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «Петровка, 38». (16+)
- 12.05 «АКАДЕМИЯ». (12+)
- 13.45 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.10 «СПЕЦЫ». (16+)
- 17.00 «Актерские драмы. Роль как приговор». (12+)
- 17.50 События
- 18.10 «Петровка, 38». (16+)
- 18.25 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (12+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: О. Павловец, В. Васильев, К. Соловьёв, Е. Семёнова, К. Новиков. Марина и Олег Ткачевы прожили в браке 15 лет. Олег Ткачев работает заместителем директора в солидной компании и берёт себе в помощники дальнего родственника, Родиона Ханина. А тот оказался парнем хватким и бессовестным.
- 20.10 «ПАРИЖСКАЯ ТАЙНА». (12+)
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
- 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
- 00.30 «ЗОРРО». (6+)
- 02.25 «ТРИ ДНЯ В ОДЕССЕ». (16+)
- 04.15 «Петровка, 38». (16+)
- 04.30 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)

ОТР

- 05.35 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
- 06.25 18.00 «1812». (16+)
- 07.20 15.15 «Календарь». (12+)
- 08.00 ОТражение-1
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 10.10 «КУРЬЕР». (12+)
- 11.30 «Взлётная полоса». (12+)
- 12.00 13.20 ОТражение-2
- 15.55 «Великие полководцы на Красной площади». (12+)
- 16.05 «Парад Победы». (12+)
- 16.25 Концерт военных песен. (12+)
- 17.30 «Женщина из убитой деревни». (16+)
- 19.30 ОТражение-3
- 21.00 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
- 22.40 «Моя история». (12+)
- 23.25 «РЕЗНЯ». (16+)

НТВ



16.50 «ДНК». (16+)

- 04.45 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
- 09.25 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Смерч спасает жизни заложников и задерживает уцелевших в бою контрабандистов. Бизон получает пулевое ранение.
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ПОД ЗАЩИТОЙ». (16+)
На автослесаря Демина нападают в его собственной квартире. Он убивает нападавших. Следователь выясняет, что убитые бандиты - из группировки криминального авторитета Кудасова.
- 23.55 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.40 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
- 02.05 «Квартирный вопрос». (0+)
- 02.55 «Таинственная Россия». (16+)
- 03.40 «ДИКИЙ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание»
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 12.45 13.45 15.45 16.35 01.35 04.30 «ГОСТ». (12+)
- 12.50 14.50 16.40 «Историс». (12+)
- 13.50 15.50 17.45 01.50 04.45 «Доктор 24». (12+)
- 14.45 17.15 00.10 «The City». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.30 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.02 «Москва сегодня». (16+)
- 19.30 22.25 03.35 «Спорная территория». (12+)
- 20.30 02.15 «Рейд». (16+)
- 21.15 23.45 «Московский патруль». (16+)
- 21.30 23.15 05.35 «Специальный репортаж». (12+)
- 00.40 «WOW эффект». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



20.35 «ИДУ НА ГРОЗУ»

- 06.30 07.00 07.30 08.30 10.00 15.00 19.30 23.00 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35 Цвет времени
- 07.50 «Великие реки России»
- 08.35 «Забываемое ремесло»
- 08.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»
- 10.15 Шедевры старого кино
- 11.40 14.15 «Острова»
- 12.20 «Первые в мире»
- 12.40 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД»
- 15.05 Письма из провинции
- 15.35 «Энигма»
- 16.15 «Дом на Гольваре»
- 17.10 «Марина Ладынина. Кинозвезда между серпом и молотом»
- 17.50 01.25 Мастера исполнительского искусства. Сергей Догадин и Филипп Копачевский
- 18.45 «Царская ложа»
- 19.45 «Искатели»
- 20.35 «ИДУ НА ГРОЗУ» СССР, 1965 г. Драма. В ролях: Александр Белявский, Василий Лановой, Ростислав Плятт. Сергей Крылов и Олег Тулин - молодые талантливые ученые, у них разные характеры...
- 23.20 Памяти Кирилла Разлога. Культ кино. (18+)
- 02.20 «Мультфильмы»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 01.00 «Бизнес Подмосковья». (12+)
- 06.00 «Новости Московской области»
- 08.00 16.30 17.05 «Маршрут построен». (12+)
- 09.00 10.00 11.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 00.00 «Новости 360»
- 09.05 10.05 21.00 22.05 «Сделано в России». (12+)
- 12.00 «Подмосковье»
- 12.30 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
- 13.05 18.05 «Армагеддон»
- 14.30 «Перевернутый класс». (12+)
- 15.05 «Основатели». (12+)
- 15.35 23.30 «Огородники». (12+)
- 17.40 22.40 «Внимание! Еда!» (12+)

СТС



11.55 «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Три кота». (0+)
- 06.15 «Драконы и всадники Олуха». (6+)
- 07.00 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
- 09.00 ПроСТО кухня. (12+)
- 10.05 «НИЩЕБРОДЫ». (12+)
- 11.55 «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ». (16+)
США, 2010 г. Комедийный боевик. В ролях: Брюс Уиллис, Трейси Морган, Адам Броди, Кевин Поллак, Гильермо Диас. Двое нью-йоркских полицейских ищут очень редкую и чертовски дорогую бейсбольную карточку, которую украли у одного из них.
- 14.05 «РЕГБИ». (16+)
- 15.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 21.00 «ЛИГА ВЫДАЮЩИХСЯ ДЖЕНТЛЬМЕНОВ». (12+)
США, 2003 г. Фантастический боевик. В ролях: Шон Коннери, Насируддин Шах, Пета Уилсон, Тони Керран, Стюарт Таунсенд, Шейн Уэст. Прославленный авантюрист Аллан Куотермейн вступает в борьбу с международным террористом по прозвищу Фантом и за собой ведёт целую плеяду примечательных джентльменов.
- 23.05 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
- 01.05 «СКВОЗНЫЕ РАЕННИА». (16+)
- 02.50 «ВОРОНИНЫ». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

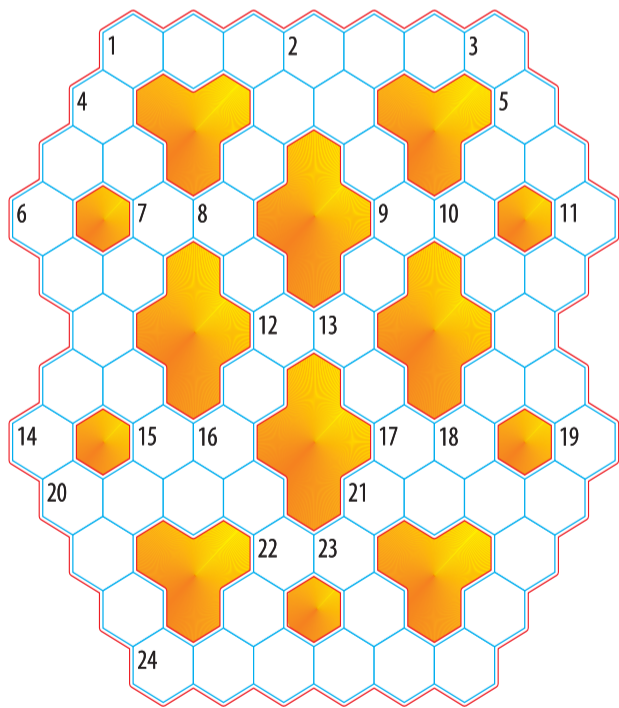
- 06.10 07.45 Тайны кино». (12+)
- 06.55 14.20 03.45 «Раскрывай тайны звёзд». (12+)
- 08.30 16.15 «ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
- 09.45 Это было смешно. (12+)
- 10.15 «Юмор на все времена». (12+)
- 11.05 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
- 12.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ОСЕНЬ». (12+)
- 15.15 22.45 «СОВЕРШЕННО СЕРЬЁЗНО». (12+)
- 17.35 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.05 01.25 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)
- 20.00 «ОДИН ШАНС ИЗ ТЫСЯЧИ». (12+)
- 21.25 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ»

● 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 фотографии предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записки 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!	МТЧ!	ДОМАШНИЙ
 <p>20.00 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)</p>	 <p>00.00 «СТИРАТЕЛЬ». (16+)</p>	 <p>22.00 «КИН». (16+)</p>	 <p>22.00 Заступницы. (16+)</p>	 <p>13.00 «КЛЯНЁМСЯ ЗАЩИЩАТЬ». (16+)</p>	 <p>14.15 «Верну любимого». (16+)</p>
<p>05.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем 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 03.45 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>20.00 «Я ИДУ ИСКАТЬ». (16+)</p> <p>21.50 23.25 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)</p> <p>00.35 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)</p> <p>02.20 «МЕРЦАЮЩИЙ». (16+)</p>	<p>07.00 «Простоквашино». (0+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>15.00 «АННА». (18+)</p> <p>17.00 «ЛЮСИ». (18+)</p> <p>США, Франция, 2014 г. Фантастика/боевик. В ролях: Скарлетт Йоханссон, Морган Фриман. Коварная корейская мафия хотела сделать из студентки Люси наркокурьера, а красотка возьми да превратись в супермэн, пропитанную химией.</p> <p>19.00 «Где логика?» (16+)</p> <p>20.00 «Однажды в России. Дайджест». (16+)</p> <p>21.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>22.00 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>00.00 «СТИРАТЕЛЬ». (16+)</p> <p>02.05 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.40 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)</p> <p>04.30 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)</p> <p>06.10 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.00 «Старец». (16+)</p> <p>11.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.40 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.45 Гадалка. (16+)</p> <p>17.25 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ИСТОРИЯ ДЕВЯТИХ-ВОСТОГО ЛИСА». (16+)</p> <p>22.00 «КИН». (16+)</p> <p>США, Канада, 2018 г. Фантастика. В ролях: Майлс Труитт, Джек Рейнор, Деннис Куэйд. Суровый Детройт. 14-летний школьник Элиас Элай живет со своим строгим приемным отцом Хэлом, который даже не дает ни копейки на карманные расходы.</p> <p>00.00 «ДУМ: АННИГИЛЯЦИЯ». (18+)</p> <p>01.30 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШАРКБОЯ И ЛАВЫ». (6+)</p> <p>03.00 «КОСТИ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>07.30 Невероятные истории. (16+)</p> <p>08.30 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>13.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2». (16+)</p> <p>17.30 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-3». (16+)</p> <p>18.40 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые всё-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно.</p> <p>22.00 Заступницы. (16+)</p> <p>Ведущие проекта - журналист Виктория Разницына и адвокат Ольга Митрофанова.</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 «СОЛДАТЫ-12». (12+)</p> <p>04.10 Улётное видео. (16+)</p>	<p>06.00 09.00 12.35 15.00 17.00 03.30 Новости</p> <p>06.05 18.05 22.15 Все на Матч!</p> <p>09.05 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.25 Футбол. «Бавария» (Германия) - ПСЖ (Франция). Лига чемпионов. (0+)</p> <p>11.30 22.55 «Есть тема!»</p> <p>12.40 Лица страны. (12+)</p> <p>13.00 15.05 «КЛЯНЁМСЯ ЗАЩИЩАТЬ». (16+)</p> <p>16.05 17.05 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)</p> <p>18.25 Футбол. Франция - Италия. Чемпионат Европы среди юношей (U-19). Прямая трансляция из Словакии</p> <p>20.25 Бокс. Матч ТВ Кубок Победы. Прямая трансляция из Москвы</p> <p>22.00 Матч! Парад. (16+)</p> <p>23.15 Karate Combat-2022. (16+)</p> <p>00.50 Автоспорт. (0+)</p> <p>01.40 Американский футбол</p>	<p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.50 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.05 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.10 «Порча». (16+)</p> <p>13.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.50 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!» (16+)</p> <p>19.00 «УРОКИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ». (16+)</p> <p>22.45 «Порча». (16+)</p> <p>23.15 «Знахарка». (16+)</p> <p>23.50 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.25 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.45 «6 кадров». (16+)</p> <p>04.50 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>

КРОССВОРД «ТРИ ДОРОГИ»



Слова в этом кроссворде вписываются по горизонтали, а также в двух наклонных направлениях (сверху-вниз-направо и сверху-вниз-налево). Все слова длиной не меньше 3 букв.

По горизонтали:

1. Легко расстается с хвостом, чтобы не расстаться с жизнью. 20. Сто центов Старого Света. 21. Мушкетер –

отец виконта де Бражелона. 24. Фильм, снятый по мотивам старого фильма.

Слева-вниз-направо:

2. Будущий металл в залежах. 3. Столица государства

ОТВЕТЫ

По горизонтали: 1. Лепесток. 2. Шампунь. 3. Париж. 4. Яйцо. 5. Пирог. 6. Космос. 7. Отражение. 8. Актриса. 9. Актриса. 10. Девушка. 11. Лист. 12. Тигр. 13. Лист. 14. Театр. 15. Ава. 16. Гол. 17. Сепар. 18. Сот. 19. Акт. 20. Император. 21. Мушкетер. 22. Пьер. 23. Пьер. 24. Ремейк.

Слева-вниз-направо: 2. Руд. 3. Арг. 4. Зло. 5. Акт. 6. Корсар. 7. Акт. 8. Акт. 9. Акт. 10. Девушка. 11. Лист. 12. Тигр. 13. Лист. 14. Театр. 15. Ава. 16. Гол. 17. Сепар. 18. Сот. 19. Акт. 20. Император. 21. Мушкетер. 22. Пьер. 23. Пьер. 24. Ремейк.

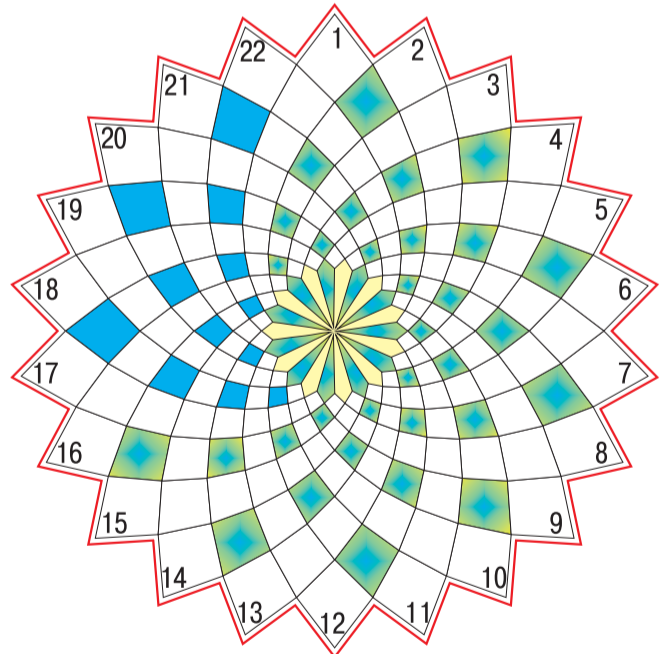
Справа-вниз-налево: 1. Язык. 2. Рук. 3. Пук. 4. Зло. 5. Акт. 6. Корсар. 7. Акт. 8. Акт. 9. Акт. 10. Девушка. 11. Лист. 12. Тигр. 13. Лист. 14. Театр. 15. Ава. 16. Гол. 17. Сепар. 18. Сот. 19. Акт. 20. Император. 21. Мушкетер. 22. Пьер. 23. Пьер. 24. Ремейк.

Великих Моголов. 4. Всегда проигрывает в сказке. 6. Абордажник под «Веселым Роджером». 8. Документ, составленный аудитором. 10. Дремучая, непролазная чаща. 13. Кленовый ... на флаге Канады. 14. Маринский в Питере. 16. Междометие, которого нельзя произносить, пока не перепрыгнул. 18. Медохранитель о шести углах. 23. Взнос в акционерное общество.

Справа-вниз-налево:

1. «Липучка» муравьеда. 2. Что предлагают «в комплекте» с сердцем? 5. Ведет на экскурсию. 7. Молоко, с которого все сливки сняли. 9. Селение с салями. 11. Горный лен в составе шифера. 12. Бенгальский красавец из семейства кошачьих. 15. Имя актрисы Гарднер. 17. Свистящие звуки при тяжелом дыхании. 19. «Колыбель» ручейка. 22. Мера длины в некоторых странах Латинской Америки, в Испании и Бельгии.

КРОССВОРД «ЦВЕТОК»



Впишите слова по контурам «лепестков».

1. Поведал о докторе Живаго. 2. Процесс питания младенца с ложки кашей. 3. Один из продуктов в сложном рецепте. 4. Недобрые сплетни. 5. Евгений Онегин для родственника честных правил. 6. Тренёк на балалайке. 7. Между проемами окон. 8. Панорама неба в луже. 9. Спортсмен, стреляющий по тарелочкам. 10. Большой, который всё забывает. 11. «Морская» синяя краска. 12. Ящик, в ко-

торый хотела попасть фрекен Бок. 13. Наивная неосведомленность. 14. Последняя воля богатого дяди, заверенная у нотариуса. 15. Буквы «А», «В», «С» на водительских правах. 16. Клуб, где проводятся соревнования по сбиванию фигур шарами. 17. «Тренировка»

актеров в театре. 18. Гость страны, решивший остаться в ней навсегда. 19. Какой статус обрел Наполеон и Петра Первого? 20. Садовый цветок. 21. На перроне с багажной тележкой. 22. «Городской» гриб, который выращивается и в помещениях.

ОТВЕТЫ

1. Лепесток. 2. Кормление. 3. Компонент. 4. Эпословие. 5. Пленник. 6. Бренчание. 7. Простенок. 8. Отражение. 9. Стендавик. 10. Склеротик. 11. Акварель. 12. Телескоп. 13. Невежество. 14. Завешение. 15. Категория. 16. Кегельбейд. 17. Репетиция. 18. Импримант. 19. Император. 20. Горшечник. 21. Гриб. 22. Шампунь. 23. Пьер. 24. Ремейк.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.45 Мультфильмы. (6+)
08.35 «ХОРОШО СИДИМ!» (16+)
10.00 «НЕЙЛОН 100%» (12+)

TV1000

05.35, 06.15 «ДОКТОР ХАУС». (16+)
07.15 «НЕРВЫ НА ПРЕДЕЛЕ». (16+)
09.00 «НЬЮ-ЙОРКСКАЯ АКАДЕМИЯ СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА» (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
07.00 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
08.45 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ!» (16+)

ДОМ КИНО

06.10 «Ералаш». (6+)
06.40 «Три богатыря. Ход конём». (6+)
08.00 «Три богатыря и Морской Царь». (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.20 «БУЛЬВАР СПАСЕНИЯ». (16+)
02.50 «БАРХАТНОЕ УТРО». (16+)
04.10 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.15 «БЕЛЫЕ НОЧИ». (16+)
07.55 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ. ВЫШЕ. СИЛЬНЕЕ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.25 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
02.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)

РОДНОЕ КИНО

00.25 «ИГРУШКА». (12+)
02.45 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

06.55 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ ТАТЬЯНА ИВАНОВА. МАТЕРИНСКИЙ ИНСТИНКТ». (12+)

CINEMA

07.50 «АНГЛИЙСКИЙ ПАЦИЕНТ». (16+)
10.40 «ИЗГОЙ». (16+)

red .RED

00.05, 00.55, 12.45, 13.30 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)

РЕТРО

06.00 «ЖИВЕТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (16+)
07.40 «ЖЕНИТЬБА». (12+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машинные Песенки». «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ДЫШИ СО МНОЙ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ. ТАЙНА ВАНДОМСКОЙ ПЛОЩАДИ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ХОЛОДНОЕ ЛЕТО ПЯТЬДЕСЯТ ТРЕТЬЕГО...» (12+)
06.15, 03.40 Мультфильмы. (0+)

ПОБЕДА

05.40 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «НОЧНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Пятница News. (16+)
05.20 «Большое путешествие». Мультфильм. (16+)

Ю

05.00 Папа попал. (16+)
07.20 «СЕМЕЙНЫЕ УЗЫ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.00 Иностранцы в России. (6+)

VIASAT HISTORY

06.05, 06.30 Невероятные изобретения. (12+)

NATIONAL GEOGRAPHIC

06.00 Научные глупости. (16+)
06.10, 07.00 Сесар Миллан: главный в стае. (16+)

УСАДЬБА

09.50 Мультиварка. (12+)
10.10 Домашние заготовки. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

09.30 Один день из жизни. (16+)
10.00 Охотник-одиночка. (16+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

СПОРТ

СТРАНА МАТЧИ СТРАНА
06.00 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Трансляция из Москвы. (0+)
07.35 По восходящей траектории. (12+)
07.50, 11.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Страна героев. (12+)
08.40 Страна спортивная. (12+)
08.55 Мас-рестлинг. Чемпионат мира. Прямая трансляция из Якутска
11.05 Самые сильные. Оксана Кошелева. (12+)
11.35 Авиаспорт. Чемпионат Московской области по авиационным гонкам и Всероссийские соревнования на Кубок МАРЗ. (0+)
12.30 За Глазок, за наше село. (18+)
13.05 Страна героев. (12+)
13.50 Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Трансляция из Москвы. (0+)
15.25, 21.20 Страна смотрит спорт. (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)
16.20 Танцевальный спорт. Кубок мира по латиноамериканским танцам среди профессионалов. Трансляция из Москвы. (0+)
17.20 Страна спортивная. (12+)
17.35 Нас не стереть! (0+)
18.45 Самые сильные. Оксана Кошелева. (12+)
19.15 Мас-рестлинг. Чемпионат мира. Трансляция из Якутска. (16+)
21.50 Есть тема! (0+)
22.50 Парусный спорт. (16+)
23.20 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Paribet». Мужчины. «Финал 6-ти». 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). (0+)
01.50 По восходящей траектории. (12+)
02.05 Волейбол. Чемпионат России «Суперлига Paribet». Мужчины. «Финал 6-ти». 1/2 финала. «Зенит-Казань» - «Локомотив» (Новосибирск). (0+)
04.35 Дзюдо. Всероссийские соревнования «Памяти В. Н. Гулидова». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+)
07.00 Топ чарт. (16+)
07.30 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)
10.00 Последняя тайна Цоя. (16+)
11.00 TikTok чарт. (16+)
12.00 Топ15 Like FM. (16+)
13.00 Приехали! (16+)
13.25 Хит-сториз. Терешина «Обломки чувств». (16+)
14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)
16.00 Консервы. (16+)
17.00 Юмор FM чарт. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 Лайкер. (16+)
19.00 День Рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 25 лет в эфире. Лучшее. (16+)
21.15 PRO-новости. (16+)
21.40 Танцпол. (16+)
23.30 DFM - Dance chart. (16+)
00.25 Муз'итив. (18+)
02.00 Муз'итив. (16+)
03.00 Караоке. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ **КАНАЛ DISNEY** **КАРУСЕЛЬ**
06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
06.30, 11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышек». (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
08.30, 13.30, 20.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Спина к спине». (0+)
09.20, 17.00 «Друзья на все времена». (6+)
10.00, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
11.00 «Ник-изобретатель». (0+)
14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
15.00 «Гора Самоцветов». (0+)
15.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
18.00 «Деревяшки». (0+)
18.25 «Малышарики». (0+)
19.00 «Сказочный патруль». (0+)
19.20 «Музыкальный патруль. Сказочные песни. Танцевальная». (0+)
19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.30 «Монсики». (0+)
05.00 Музыка на Канале Disney. (6+)
05.15 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
05.40 «Легенда о Тарзане» (субтитры). (6+)
06.05 «Русалочка» (субтитры). (6+)
06.25 «Аладдин» (субтитры). (0+)
06.50 «Чудеса на виражах». (0+)
07.10 «Тимон и Пумба» (субтитры). (6+)
07.30 «Чип и Дейл спешат на помощь». (6+)
07.55 «Лило и Стич». (0+)
08.55 «Пёс Пат». (6+)
09.00 Доброе утро с Микки. (0+)
11.00 «Дог и Пони Суперхвост». (6+)
11.30 «Гравити Фолз». (12+)
18.00 «Геркулес». (6+)
19.30 «Муллан-2». (0+)
21.00 «Леди Баг и Супер-Кот: Шанхай. Легенда о Леди Драконе». (6+)
22.00 «ВЫПУСКНОЙ!». (12+)
23.40 «ХАННА МОНТАНА. КИНО». (6+)
01.25 «КОЛЬЦО БЕЛОГО СВЕТА». (6+)
02.50 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)

ДЕТСКИЙ МИР

Q **O!**
06.00, 08.30, 13.00, 16.00, 18.00, 20.30, 01.00, 04.00 «Фиксики». (6+)
06.30, 12.00, 18.30, 00.00 «Окно в небо». (0+)
07.05, 09.00, 12.35, 16.30, 19.05, 21.00, 00.35, 04.30 «Смешарики». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.35, 14.05, 19.35, 02.05 «БиБаБу». (0+)
07.55, 13.35, 19.55, 01.35 «Грузовичок Лева». (0+)
09.25, 16.55, 21.25, 04.55 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
10.00 «Экскаватор Маша». (12+)
10.30, 22.30 «Принцесса и дракон». (12+)
11.40, 23.40 «Чуч-Мяуч». (0+)
14.30, 02.30 «Чудо-Юдо». (12+)
15.40, 03.40 «Енотки». (0+)
17.30, 05.30 «Смарт и чудо-сумка». (0+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)
05.00 «Облачный хлеб». (0+)
06.00 «ДиноСити». (0+)
07.00 «Жужжалка». (0+)
07.05, 22.00 «Царевны». (0+)
09.00 «Эмми и Гуру». (0+)
10.00, 02.20 «ТриО!» (0+)
10.20, 18.40 «Три кота». (0+)
12.30 «Йоко». (0+)
14.00 «Доктор Панда». (0+)
15.50, 04.35 «Доктор Малышкина». (0+)
15.55, 04.40 «Веселый алфавит». (0+)
16.00, 04.45 «Если бы я был...» (0+)
16.05, 04.50 «Ответы от кометы». (0+)
16.10, 00.20, 04.55 «Пластинки». (0+)
16.15, 02.40 «Фиксики». (0+)
20.50 «Бинг». (0+)
00.00 «Мой музей». (0+)
00.05 «Простая арифметика». (0+)
00.10 «Спроси у ТриО!» (0+)
00.15 «Динозавры». (0+)
00.25 «Смешарики». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Псалтырь. Кафизма 12. (0+)
05.30 Монастырь, которого нет. Цикл: Небо на земле. (0+)
06.00 «РАССКАЗЫ О КЕШКЕ И ЕГО ДРУЗЬЯХ». 1 серия. (0+)
07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
10.30 Иван Шмелев. Пути земные. (0+)
11.15 Профессор Осипов. (0+)
11.50 «Бесогоно». Авторская программа Никиты Михалкова. (16+)
13.00 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
15.00 Царская дорога (Царская тропа). 3 серия. Крест. (0+)
15.35 Царская дорога (Царская тропа). 4-я серия. Наш святой вернулся. (0+)
16.05 Без срока давности. (12+)
16.20 «ВОТ ТАКАЯ ИСТОРИЯ...» (0+)
18.30 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (0+)
20.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
22.45 Одесса. 7 лет спустя. (16+)
23.45 «АКЦИЯ». (12+)
01.25 День Патриарха. (0+)
01.40 Простые чудеса. (12+)
02.25 Пилигрим. (6+)
02.55 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 июня
Седмица 2-я по Пятидесятнице. Глас 8. Апостолов Варфоломея и Варнавы.
Прп. Варлаама Хутынского. Прп. Варнавы Ветлужского. Перенесение мощей прп. Ефрема Новоторжского. Иконы Божией Матери, именуемой «Достойно есть» («Милующая»). Табынской и «Знамение» Курской-Коренной икон Божией Матери.
Петров пост.

« При старании мы укрощаем слонов и диких коней, значит, можем укрощать и свои страсти; человек может сделаться и ангелом, и зверем». Свт. Иоанн Златоуст

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ИЮНЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Благоприятное время для тех Овнов, кто не упускает возможности блеснуть талантами. Повеет честолюбивым и креативным, давно мечтающим выйти на новый профессиональный уровень. В общении с близкими старайтесь контролировать свои эмоции, не ищите конфликтов.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Неделя хороша для Львов, привыкших мыслить самостоятельно. В бизнес-проектах также может случиться прорыв. Что же касается личной жизни, то здесь можно рассчитывать на то, что нежность растопит сердце любимого человека. И не плюйте на собственное здоровье.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Звезды советуют Стрельцам не перебарщивать с активностью, а при контактах с окружающими делать акцент на взаимную помощь. Неделя обещает быть спокойной, но стоит опасаться самообмана. Если вы внушаемы, лучше не общаться с малознакомыми людьми.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Звезды обещают победу в борьбе с трудностями тем Водолеям, кто смел. Неделя может быть тяжелой, но деловые успехи благоприятным образом отразятся на финансовом положении. Прекрасное время для дружеских встреч, семейных вечеров и романтических свиданий.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Подходящее время для принятия важных решений. Тельцы также могут смело заключать сделки и совершать покупки. Что касается отношений с близкими людьми, то тут значительную роль будут играть порядочность, честность и альтруизм. В любви повезет открытым и смелым.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Отличное время для поиска компромиссов. У многих Дев получится завершить сложные переговоры или прийти к долгожданному соглашению. Успехом увенчаются и совместные семейные предприятия. Хороша неделя для влюбленных, которые готовы идти на уступки друг другу.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
Не самое радужное время впереди у Близнецов. Звезды как из рога изобилия будут сыпать неурядицами, возможны ссоры из-за пустяков. Если удастся не погрязнуть в этом бытовом болотце – вырваться на отдых, включить свои лучшие качества, – все быстро перемелется.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Непростая неделя впереди у Весов. Зависть и ревность могут оказать негативное влияние и на дела, и на личную жизнь. Избегайте конфликтных ситуаций, не стоит брать близко к сердцу пустые слова. Будьте с любимыми, займитесь домом, садом-огородом.

РАК (22.06 – 22.07)
Ракам, которые не уверены, что смогут удержаться от придира, лучше не обсуждать с близкими острые темы. Сосредоточьтесь на решении семейных вопросов, отдайтесь реализации рабочих проектов. Время высокой работоспособности нужно использовать на всю катушку.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Скорпионы в полной мере смогут насладиться спокойствием. Прекрасное время для отдыха или спокойной, неспешной работы, самоанализа и избавления от вредных привычек. Время подходит и для налаживания любых отношений. В том числе и любовных.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Козероги, если ваши чувства и логика вступают в конфликт, возьмите паузу. Время все расставит по местам. Как быть в ситуации в отношениях с близкими, вам подскажет ваша интуиция. Неплохое время для общесемейных дел, наведения порядка на приусадебном участке и в доме.

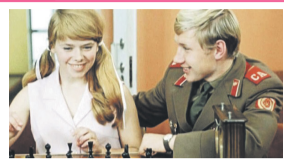
РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Для Рыб наступает хорошее время для свершения рабочих дел и личных. Не стойте на месте, наметьте цель, составьте планы на будущее. Успеху в любви поспособствует взаимная откровенность, а в деловой сфере – креатив и смелость. Неплохое время для отдыха и пикников.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 20 ПО 26 ИЮНЯ

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»
1. Былинный новгородский гуслир, побывавший в гостях у морского царя.
2. Сосед узбека и киргиза.
3. Главная артерия в организме человека.
4. Печать ранчо на шкуре рогатого.
5. Какой музыкальный инструмент перечеркнут на дорожном знаке, запрещающем подачу звуковых сигналов?
6. Боковая сторона железнодорожной насыпи.
7. Такое название у древних греков носила река, которая омывает границы между миром жизни и смерти.
8. Имя пушкинского героя, сверхъестественного «коллеги» Отелло.
9. Эту птицу называют кошачьим орлом.
10. Кто прекрасно разбирается в правовых вопросах?

Ответы: 1. Садко. 2. Казах. 3. Корта. 4. Тавро. 5. Рожок. 6. Отосок. 7. Океан. 8. Алёкс. 9. Орлан-бвк. 10. Юрист.

7 ПЕРВЫЙ



14.35 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (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. «Парад победенных». (12+)
11.20 Видели видео? (0+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Видели видео? (0+)
13.35 «Порезанное кино». (12+)
14.35 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.20 «СЕМЬ НЕВЕСТ ЕФРЕЙТОРА ЗБРУЕВА». (12+)
16.50 Премьера. «Наталья Варлей. Одна маленькая, но гордая птичка». (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 На самом деле. (16+)
19.25 Пусть говорят. (16+)
21.00 Время
21.35 Сегодня вечером. (16+)
23.00 Лига Бокса. Интерконтинентальный Кубок. Финал. Прямой эфир из Москвы
00.30 «Есть ли жизнь на Марсе?» (12+)
01.30 Наедине со всеми. (16+)
03.45 «Россия от края до края». (12+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00** «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ». (12+)
14.20 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
16.00 «СОБАКА НА СЕНЕ». (12+)
СССР, 1977 г. Комедия. В ролях: Маргарита Терехова, Михаил Боярский. Пикантная история капризной, вспыльчивой красавицы Дианы, отчаянно влюбленной в своего секретаря...
18.45 «ПЕС БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
19.00 «САМОГОНЩИКИ». (12+)
19.20 «СЛЕД». (16+)
00.00 Известия. Главное. (16+)
00.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



12.30 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕРТВА». (16+)

- 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
11.25 «Доктор Мясников». (12+)
12.30 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕРТВА». (16+)
Россия, 2015 г.
В ролях: Ольга Сухарева, Владимир Яглыч, Евгения Добровольская. Однажды студентку Надю спас от бандитов молодой хирург Игорь. Он выходил девушку после ножевого ранения, окружил любовью и заботой, даже помог устроить на лечение её отца-алкоголика...
17.00 Вести
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.00 «ЧУЖАЯ СЕМЬЯ». (12+)
Россия, 2020 г. В ролях: Юлия Пожидаева, Дмитрий Мазуров, Марина Калещкая. Настя неожиданно узнаёт, что её отец, которого она никогда не видела и считала погибшим, на самом деле жив.
00.55 «ЗАПАХ ЛАВАНДЫ». (12+)
04.25 Перерыв в вещании

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00** «ШКОЛЬНЫЙ ВАЛЬС». (12+)
07.35 **08.15 03.45** «ЗОЛОТЫЕ РОГА». (6+)
08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
09.20 «Легенды науки». (12+)
10.05 «Главный день». (16+)
10.55 «Война миров». (16+)
11.40 «Не факт!» (12+)
12.10 «СССР. Знак качества» с Гариком Сукачевым. (12+)
13.15 «Легенды музыки». (12+)
13.40 «Круиз-контроль». (12+)
14.15 **18.30** «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
19.30 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
22.25 «ФРОНТ В ТЫЛУ ВРАГА». (12+)

ТВЦ



10.30 «Москва резиновая». (16+)

- 06.05 Перерыв в вещании
06.10 «ВЫСТРЕЛ В СПИ-НУ». (12+)
07.35 «Православная энциклопедия». (6+)
08.05 «ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)
10.00 «Самый вкусный день». (6+)
10.30 «Москва резиновая». (16+)
11.00 «ПОМОЩНИЦА». (12+)
11.30 14.30 События
11.45 «ПОМОЩНИЦА». (12+)
13.25 **14.45** «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)
17.25 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
22.00 «Право знать!» (16+)
23.15 События
23.25 «90-е. Ритуальный Клондайк». (16+)
00.10 «Дикае деньги». (16+)
00.50 Специальный репортаж. (16+)
01.20 «Хватит слухов!» (16+)
01.45 «Месть брошенных жён». (16+)
02.25 «Охотницы на миллионеров». (16+)
03.05 «Проклятые звёзды». (16+)
03.45 «Тайные дети звёзд». (16+)
04.25 «Актёрские драмы. Роль как приговор». (12+)
05.05 «Владимир Гуляев. Такси на Дубровку». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна»
06.55 «Потомки». (12+)
07.20 «За дело!» (12+)
08.00 «ЧУДАК ИЗ ПЯТОГО «Б»». (0+)
09.30 11.05 ОТражение
10.00 17.00 «Календарь». (12+)
12.35 «Финансовая грамотность». (12+)
13.00 «Сходи к врачу». (12+)
13.15 «Обыкновенное чудо академика Зильбера»
15.10 «Великое освоение Сибири». (12+)
16.05 «Свет и тени». (12+)
16.30 «Конструкторы будущего». (12+)
16.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
17.30 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ»
19.05 «Клуб редакторов». (12+)
19.45 «Очень личное». (12+)
20.25 «БААРИЯ». (16+)
22.55 «Триумф джаза». (12+)
23.35 «99 ДОМОВ». (18+)

НТВ



05.40 «ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ». (16+)

- 05.15 ЧП. Расследование. (16+)
05.40 «ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ». (16+)
Россия, 2010 г.
В ролях: Наталья Гребенкина, Дарья Чаруша, Сергей Карякин.
07.20 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
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+)
13.05 «Однажды...» (16+)
14.00 «Своя игра». (0+)
15.00 «Следствие вели...» (16+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «По следу монстра». (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.20 «Основано на реальных событиях». (16+)
00.00 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)
00.50 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.05 «Дачный ответ». (0+)
02.55 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)
03.25 «ДИКИЙ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
06.15 16.30 «Злобный ЗОЖ». (12+)
06.45 08.45 13.45 01.35 04.45 «WOW эффект». (12+)
07.15 11.15 13.30 «Куки-внуки». (12+)
07.35 11.30 20.30 «The City. Едим». (12+)
08.15 15.40 03.40 «ГОСТ». (12+)
09.25 «My name is Moscow»
10.25 23.15 00.30 02.10 02.35 «Спецрепортаж». (12+)
12.30 17.25 «The City». (12+)
13.15 15.15 «Квартирный ответ». (12+)
14.35 19.15 01.15 «Фанимани». (12+)
16.15 22.25 «Историс». (16+)
18.30 05.10 05.35 «Спорная территория». (12+)
21.25 «Откройте, Давид». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



19.20 «ЗВЕЗДА ПЛЕНИТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Бюро находок»
07.40 «ИДУ НА ГРОЗУ»
10.05 «Обыкновенный концерт»
10.35 «ЧЕРНАЯ КУРИЦА, ИЛИ ПОДЗЕМНЫЕ ЖИТЕЛИ»
11.45 «Эрмитаж»
12.15 Черные дыры. Белые пятна
12.55 01.15 «Страна птиц»
13.35 «Музыкальные усадьбы»
14.05 «Сын отечества. М.В. Ломоносов»
14.40 «НЕ БОЛИТ ГОЛОВА У ДЯТЛА»
15.55 «Роман в камне»
16.25 «Хрустальный бал «Хрустальной Турандот» в честь 100-летия со дня рождения Владимира Этуша
17.50 «Книга»
18.40 «Острова»
19.20 «ЗВЕЗДА ПЛЕНИТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ»
СССР, 1975 г. Историко-романтический фильм. В ролях: Ирина Купченко, Алексей Баталов.
22.00 Маркус Миллер на фестивале Джаз во Вьенне
23.00 «Кинескоп» с Петром Шепотинником
23.40 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД»
01.55 «Искатели»
02.40 «Прежде мы были птицами»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 23.30 «Бизнес Подмосковья». (12+)
06.00 18.05 «Армагеддон». (12+)
07.40 «Огородники». (12+)
08.00 «Будни»
09.00 «Подмосковье»
09.30 10.05 21.00 «Маршрут построен». (12+)
10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 «Новости 360»
11.05 «Документальный фильм». (12+)
12.30 «Формула успеха». (12+)
13.05 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
14.05 15.05 16.05 «Сделано в России». (12+)
17.05 22.05 «Основатели». (12+)
20.30 23.00 «Внимание! Еда!»

СТС СТС



13.25 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.00 Премьера! «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.05 «ИНДИАНА ДЖОНС. В ПОИСКАХ УТРАЧЕННОГО КОВЧЕГА». (12+)
США, 1981 г. Приключенческий фильм. В ролях: Харрисон Форд, Карен Аллен, Пол Фримен, Рональд Лейси, Джон Рис-Дэвис, Денхолм Эллиот, Альфред Молина.
13.25 «ИНДИАНА ДЖОНС И ХРАМ СУДЬБЫ». (12+)
15.55 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТОВЫЙ ПОХОД». (12+)
18.25 «ИНДИАНА ДЖОНС И КОРОЛЕВСТВО ХРУСТАЛЬНОГО ЧЕРЕПА». (12+)
21.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)
00.15 «ДВОЙНОЙ КОПЕЦ». (16+)
02.15 «НИЩЕБРОДЫ». (12+)
03.40 «ВОРОНИНЫ». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 «Мультитро». (0+)
08.00 02.55 04.25 «Тайны кино». (12+)
08.50 12.10 02.10 03.40 05.10 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
09.40 «В главной роли». (12+)
10.30 «ТРАНССИБИРСКИЙ ЭКСПРЕСС». (12+)
13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
14.50 «ЧЕЛОВЕК В ПРОХОДНОМ ДВОРЕ». (12+)
19.30 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
21.05 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ. КЛУБ САМОУБИЙЦ ИЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТИТУЛОВАННОЙ ОСОБЫ». (12+)
00.30 «МИСТЕР ИКС». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 18.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)	 15.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+)	 18.00 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+)	 01.00 Рюкзак. (16+)	 00.50 «МОЛОДОЙ МАСТЕР». (12+)	 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
05.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 07.00 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 07.05 «С бодрым утром!» (16+) 08.00 «О вкусной и здоровой пище». (16+) 09.00 «Минтранс». (16+) 10.00 Самая полезная программа. (16+) 11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 14.30 «СОВБЕЗ». (16+) 15.30 «Документальный спецпроект». (16+) 17.00 «Засекреченные списки». (16+) 18.00 20.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+) 20.30 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+) 22.45 23.25 «ОДИНОКИЙ РЕЙДЖЕР». (12+) 02.00 «ПОМПЕИ». (12+) 03.35 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «Битва пикников». (16+) 09.30 «Модные игры». (16+) 10.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 15.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ». (16+) На улицах города развешивают рекламные щиты кандидата Наумова. Колян везет Леру показать щиты и похвастаться. Антоха и Вован ищут способ подзаработать. 21.00 «Музыкальная интуиция». (16+) 23.00 «Stand up». (18+) 00.00 «Битва экстрасенсов». (16+) 02.40 «Импровизация». (16+) 04.15 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+) 05.00 Открытый микрофон. Дайджест. (16+) 05.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Гадалка. (16+) 09.45 Гадалка. (16+) 10.15 «КАПИТАН ЗУМ: АКАДЕМИЯ СУПЕР-ГЕРОЕВ». (12+) «ФАР КРАЙ». (16+) 12.00 «КИН». (16+) 13.45 «ЗНАМЕНИЕ». (16+) 15.45 «БЮРО ЧЕЛОВЕЧЕСТВА». (16+) США, Великобритания, Канада, 2017 г. Фантастика. В ролях: Николас Кейдж, Сара Линд. Америка. Недалекое будущее. Вслед за экономической катастрофой и глобальным потеплением, человечество столкнулось с голодом и гражданской войной. 20.00 «ПРОРОК». (12+) 21.45 «РАЙОН № 9». (16+) 23.45 «ПОСЛЕДНИЕ ДНИ НА МАРСЕ». (16+) 01.15 «КАПИТАН ЗУМ: АКАДЕМИЯ СУПЕР-ГЕРОЕВ». (12+) 02.45 «КОСТИ». (16+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.10 «ВОРОНИНЫ». (16+) 07.00 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 09.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+) 21.00 «+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? 01.00 Рюкзак. (16+) Тревел-шоу «Рюкзак» даёт участникам уникальный шанс посмотреть мир! И даже выиграть денежный приз. Но сначала им придется пройти испытание: добраться из пункта А в пункт Б в паре с незнакомым попутчиком в неизвестной стране. 02.00 Улётное видео. (16+) 05.45 «ВОРОНИНЫ». (16+)	06.00 Бокс. Э. Брито - Л. Паломино. Bare Knuckle FC. Прямая трансляция из США 08.00 09.05 12.05 15.00 16.55 03.30 Новости 08.05 12.10 17.00 19.00 22.15 Все на Матч! 09.10 «Ну, погоди!» (0+) 09.30 «13 УБИЙЦ». (16+) 13.00 15.05 «КЛЯНЁМЯ ЗАЩИЩАТЬ». (16+) 16.05 Профессиональный бокс. А. Бетербиев - М. Браун. Трансляция из Канады. (16+) 17.25 Бокс. Матч ТВ Кубок Победы. Прямая трансляция из Москвы 19.30 Футбол. «Сочи» - «Зенит» (Санкт-Петербург). Кубок PARI Премьер. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга 23.00 «Макларен». (12+) 00.50 «МОЛОДОЙ МАСТЕР». (12+) 02.40 «Андрей Аршавин меняет профессию». (12+)	06.30 «6 кадров». (16+) 07.25 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+) 11.20 «ПЕРЕЕЗД». (16+) Россия, 2013 г. Мелодрама. В ролях: Ирина Старшенбаум, Дмитрий Миллер, Павел Савинков. Девочка Настя живёт вместе со своими родителями в глухой деревне недалеко от железнодорожного переезда. Любовь, счастье и забота друг о друге царят в семье Насти. 19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+) 22.40 «ПСИХОЛОГИЯ ЛЮБВИ». (16+) Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Светлана Антонова, Любовь Баханкова. У бизнес-леди Вероники Ливановой налаженная жизнь... 02.25 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (16+) 05.05 «Лаборатория любви». (16+)

ДОРОГИЕ БРАТЬЯ И СЁСТРЫ!

Православная община храма Прп. Серафима Саровского Можайского района просит вас оказать посильную финансовую помощь в утеплении фасада храма и внутренней росписи храма

МЫ ОЧЕНЬ НУЖДАЕМСЯ В ВАШЕЙ ПОДДЕРЖКЕ!

Храни вас Господь!

Присылайте свои записки, мы будем молиться о вас и ваших близких.

ПЕРЕВЕСТИ ПОЖЕРТВОВАНИЯ МОЖНО СЛЕДУЮЩИМИ СПОСОБАМИ:

- на карту Сбербанка по номеру телефона настоятеля храма, священника Ярослава Ерофеева: 8 (926) 185-00-57 (сюда же можно прислать записки о поминовении Ваших родственников);
- почтовым переводом по адресу: 143260, Московская область, Можайский район, поселок Уваровка, ул. Торговая 8-а, Серафимовский храм, священнику Ярославу Олеговичу Ерофееву;
- по банковским реквизитам храма

Наименование организации: МЕСТНАЯ РЕЛИГИОЗНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ПРАВОСЛАВНЫЙ ПРИХОД СЕРАФИМОВСКОГО ХРАМА ПОС. УВАРОВКА МОЖАЙСКОГО РАЙОНА МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ МОСКОВСКОЙ ЕПАРХИИ РУССКОЙ ПРАВОСЛАВНОЙ ЦЕРКВИ

Номер счета в (российский рубль) в ПАО Сбербанк:

40703810240000001454

ИНН / КПП 5028023906 / 502801001

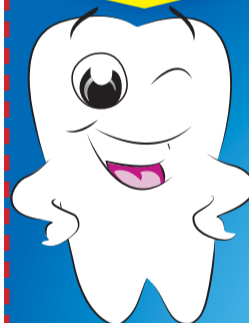
При перечислении средств, просьба обязательно указывать «целевое пожертвование на ремонт и содержание храма».

С уважением и благодарностью, община Серафимовского храма!

Да пребудет мир и Божья благодать в Ваших сердцах и в Ваших семьях!

Телефоны для справок: 8 (905) 746-19-51, Василий Николаевич;
8 (919) 107-67-80, Ирина

Нам 17 лет



ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ
СКИДКА*

30%
на лечение

10%
на хирургию
и имплантацию

12%
на протезирование

При высоком
качестве —
низкие цены!

Звоните,
приходите
и убедитесь!

СТОМАТОЛОГИЯ

www.dento-lux.ru

«ДЕНТО-ЛЮКС»

ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом

Лазерная стоматология

Лечение ультразвуковым аппаратом Вектор

Пер. уд. №ФСЗ 2010/06682 от 14.08.2018 г.

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**
- Панорамный рентген.....**470 400 р.**

*АКЦИЯ ДО 25.07.2022. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!

Скидки действуют при оплате наличными!

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. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
 ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. Реклама
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

Table with columns for MOSFILM GOLDEN COLLECTION, TV1000, DOM KINO, and TV1000 RUSSKOE KINO. Contains titles and descriptions for films like 'Садко', 'Ужасики', 'Фиксики', 'Эраклэш', etc.

Table with columns for ILLUZION+, RUSSKIY ILLUZION, KINOKOMEDIYA, and RODNOYE KINO. Contains titles and descriptions for films like 'Бархатное утро', 'Одержимость', 'Оливгарх', etc.

Table with columns for RUSSKIY ROMAN, CINEMA, RED, and RETRO. Contains titles and descriptions for films like 'Цена измены', 'Роза прощальных ветров', 'Жизнь по Джейн Остин', etc.

Table with columns for СУББОТА!, ФЕНИКС ПЛЮС КИНО, CTC LOVE, and TV 21 ВЕК. Contains titles and descriptions for films like 'Маша и Медведь', 'Папины дочки', 'Три кота', etc.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

Table with columns for МИР, ПОБЕДА, ПЯТНИЦА, and Ю. Contains titles and descriptions for programs like 'Белый клык', '72 метра', 'Папа попал', etc.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

Table with columns for 365 ДНЕЙ ТВ, VIASAT HISTORY, NATIONAL GEOGRAPHIC. Contains titles and descriptions for programs like 'Час истины', 'Невероятные изобретения', 'Игры разума', etc.

Table with columns for УСАДЬБА, ОХОТА И РЫБАЛКА, ЖИВИ!. Contains titles and descriptions for programs like 'Усадьба', 'Охота и рыбалка', 'Фитнес-бикини 2.0', etc.

В программе возможны изменения по независимым от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

 ПЕРВЫЙ


13.20 «ВОСКРЕСЕНСКИЙ». (16+)

- 05.40 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ» («МЕНТАЛИСТ»). (16+)
- 06.00 Новости
- 06.10 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ» («МЕНТАЛИСТ»). (16+)
- 07.45 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 08.25 Часовой. (12+)
- 08.55 Здоровье. (16+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 «Шесть мангустов, семь кобр и один полускорпион». (12+)
- 11.15 Видели видео? (0+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Видели видео? (0+)
- 13.20 «ВОСКРЕСЕНСКИЙ». (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 «ВОСКРЕСЕНСКИЙ». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.10 «Биологическое оружие лаборатории дьявола». (16+)
- 19.15 Большая игра. (16+)
- 20.05 «Как развести Джонни Деппа». (16+)
- 21.00 Время
- 22.35 ПРЕМЬЕРА. «АНИМАТОР». (12+)
- 00.25 «Анна Ахматова. Вечное присутствие». (12+)
- 01.55 Наедине со всеми. (16+)
- 03.25 «Россия от края до края». (12+)

 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ-3». (16+)
- 07.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
- 10.35 «ТАКАЯ ПОРОДА». (16+)
- 14.20 «ПОСРЕДНИК». (16+)
- Россия, 2013 г. Боевик. В ролях: Игорь Лифанов, Алена Старостина. Банда профессиональных похитителей требует у бизнесвумен Елены Власюк выкуп за ее младшую сестру. Для передачи денег она нанимает профессионального посредника Андрея Данилина. Это бывший спецназовец, которому доверяют и полицейские, и бандиты.
- 18.15 «ДОЛЖНИК». (16+)
- 21.55 «МОЙ ГРЕХ». (16+)
- 00.00 «СТРАЖИ ОТЧИЗНЫ». (16+)

 РОССИЯ 1 РОССИЯ


12.30 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕРТВА». (16+)

- 05.30 «ЛЮБОВЬ ДЛЯ БЕДНЫХ». (12+)
- 07.15 Устами младенца
- 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
- 11.25 «Доктор Мясников». (12+)
- 12.30 «ИДЕАЛЬНАЯ ЖЕРТВА». (16+)
- В гостиницу Клавдии приходит её дочь Венера - жестокая, порочная, глубоко презирающая свою мать. Она ворует из номера одной из постоялиц отеля дорогие серьжки и обвиняет в краже Надю.
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- В гостях у Андрея Малахова за одним большим столом соберутся его новые герои: таланты-самородки, кому есть чем гордиться и поразить страну.
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30 «Адмирал Колчак. Жизнь и смерть за Россию». (12+)
- 03.20 «ЛЮБОВЬ ДЛЯ БЕДНЫХ». (12+)
- 04.57 Перерыв в вещании

 ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 04.55 «ПОДКИДЫШ». (6+)
- 06.05 «ФРОНТ ЗА ЛИНИЕЙ ФРОНТА». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 10.30 «Военная приемка». (12+)
- 11.20 «Скрытые угрозы». (16+)
- 12.10 «Код доступа». (12+)
- 13.00 «Легенды армии». (12+)
- 13.50 «Сделано в СССР». (12+)
- 14.05 «НЕСЛУЖЕБНОЕ ЗАДАНИЕ». (16+)
- 16.05 «ВЗРЫВ НА РАССВЕТЕ». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 20.00 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ!..» (12+)
- 00.10 «ПОСЛЕДНИЙ ДЮЙМ». (12+)

 ТВЦ


08.00 «ЗОРРО». (6+)

- 06.00 «Петровка, 38». (16+)
- 06.10 «ПОМОЩНИЦА». (12+)
- 08.00 «ЗОРРО». (6+)
- 10.05 «Знак качества». (16+)
- 10.55 «Страна чудес». (6+)
- 11.30 События
- 11.45 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)
- 13.40 «Прототипы. «Щит и меч». (12+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Смех без заботы». Юмористический концерт. (12+)
- 17.00 «ЦВЕТ ЛИПЫ». (12+)
- Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: А. Зубков, Е. Мартыненко, С. Смирнова, Д. Белякин, С. Перегудов, Г. Смирнов, Н. Кутасова. Врач-психиатр Липа Бердникова давно знала, что с таким именем не приходится рассчитывать на особое благоволение судьбы. Зато легко можно получить липовых друзей, липовую любовь, липовую семью...
- 20.30 «ЖЕНЩИНА В ЗЕРКАЛЕ». (12+)
- 23.55 События
- 00.10 «Петровка, 38». (16+)
- 00.20 «ПУЛЯ-ДУРА. АГЕНТ ДЛЯ НАСЛЕДНИЦЫ». (16+)
- 03.10 «ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)
- 04.50 «Людмила Чурсина. Принимайте меня такой!» (12+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)
- 05.55 Перерыв в вещании

 ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна». (12+)
- 06.50 19.45 «Вспомнить всё». (12+)
- 07.20 «Активная среда». (12+)
- 07.45 «От прав к возможностям». (12+)
- 08.00 «Мойдодыр». (0+)
- 08.15 «ОСЕННИЙ ПОДАРОК ФЕЙ». (0+)
- 09.30 11.05 ОТражение
- 10.00 16.45 «Календарь». (12+)
- 12.55 «Отчий дом». (12+)
- 13.10 «Леонард Бернштейн. Размышления». (6+)
- 15.10 05.05 «Тотем». (12+)
- 16.05 «Моя история». (12+)
- 17.40 «ИНСПЕКТОР ГАИ». (12+)
- 19.05 «Ректорат». (12+)
- 20.10 «ВОСХОЖДЕНИЕ». (16+)
- 22.00 «САТИРИКОН». (16+)
- 00.10 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (0+)

 НТВ


05.00 «ХОЛОДНОЕ БЛЮДО». (16+)

- 05.00 «ХОЛОДНОЕ БЛЮДО». (16+)
- Россия, 2013 г. В ролях: Илья Шакунов, Татьяна Черкасова. Чета Завьяловых - Александр и Лена - оказываются втянутой в криминальную историю с похищением дочери губернатора.
- 06.35 «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+)
- 14.00 «Своя игра». (0+)
- 15.00 «Следствие вели...» (16+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
- 21.25 «Звезды сошлись». (16+)
- 22.55 «Секрет на миллион». (16+)
- 00.55 «ДЕНЬ ОТЧАЯНИЯ». (16+)
- 02.35 «Таинственная Россия». (16+)
- 03.20 «ДИКИЙ». (16+)

 МОСКВА 24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 06.15 14.35 «My name is Moscow». (12+)
- 06.35 08.45 13.45 01.35 03.15 «WOW эффект». (12+)
- 07.15 11.15 13.30 «Куки-внуки». (12+)
- 07.35 11.30 «Тест». (12+)
- 08.15 15.40 03.40 «ГОСТ». (12+)
- 09.25 22.25 04.10 «Фанимани». (12+)
- 10.25 «Злобный ЗОЖ». (12+)
- 12.30 19.15 00.15 «Историс»
- 13.15 15.15 «Квартирный ответ». (12+)
- 16.35 20.30 «The City». (12+)
- 17.25 21.30 23.15 02.10 02.35 04.35 «Специальный репортаж». (12+)
- 18.30 05.10 05.35 «Спорная территория». (12+)
- 00.30 «Откройте, Давид». (16+)

 РОССИЯ К РОССИЯ К Культура


20.10 «РОДНАЯ КРОВЬ»

- 06.30 «Роман в камне»
- 07.05 «Мультфильмы»
- 08.00 «НЕ БОЛИТ ГОЛОВА У ДЯТЛА»
- 09.20 «Обыкновенный концерт»
- 09.45 «ЗВЕЗДА ПЛЕНИТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ»
- 12.25 Письма из провинции
- 12.55 00.15 Диалоги о животных
- 13.35 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 14.05 «Коллекция»
- 14.35 «ДЖУЗЕППЕ ВЕРДИ»
- 16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
- 17.10 «Первые в мире»
- 17.25 «Пешком...»
- 17.50 «Абрам Алиханов. Музыка космических ливней»
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.10 «РОДНАЯ КРОВЬ»
- СССР, 1963 г. Мелодрама. В ролях: Вия Артмане, Евгений Матвеев, Анатолий Папанов, Владимир Ратомский.
- 21.35 Аида Гарифуллина в театре «Колон». «Моя аргентинская мечта». Фильм-концерт
- 22.40 «БАРБАРЕЛЛА»
- 00.55 «Книга»
- 01.40 «Искатели»
- 02.25 «Кот в сапогах»
- 03.00 Перерыв в вещании

 360 ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Будни»
- 06.00 18.05 «Армагеддон». (12+)
- 07.40 13.05 17.05 «Огородники». (12+)
- 08.20 22.50 «Основатели». (12+)
- 08.50 09.05 10.05 19.05 «Быстрые деньги». (12+)
- 09.00 10.00 11.00 12.00 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 22.00 «Новости 360»
- 11.05 20.30 «Внимание! Еда!» (12+)
- 12.30 21.30 22.05 «Формула успеха». (12+)
- 14.05 15.05 16.05 «Сделано в России». (12+)
- 23.30 «Бизнес Подмосковья». (12+)

 СТС СТС


21.00 «ПЕРВОМУ ИГРОКУ ПРИГOTOВИТЬСЯ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.30 «Царевны». (0+)
- 07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 09.00 Премьера! Рогов+. (16+)
- 10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 11.25 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
- 13.40 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
- 16.15 «ПАССАЖИРЫ». (16+)
- 18.35 «ЛИГА СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)
- США - Канада - Великобритания, 2017 г. Фантастический боевик. В ролях: Бен Аффлек, Генри Кавилл, Эми Адамс.
- 21.00 «ПЕРВОМУ ИГРОКУ ПРИГOTOВИТЬСЯ». (16+)
- США - Индия, 2018 г. Фантастико-приключенческий фильм. В ролях: Тай Шеридан, Оливия Кук, Бен Мендельсон. 2045 год. Мир погружается в хаос и находится на грани коллапса. Люди ищут спасения в игре OASIS - огромной вселенной виртуальной реальности. Её создатель оставляет уникальное завещание...
- 23.45 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (18+)
- 02.00 «ДЕВЯТАЯ». (16+)
- 03.35 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 05.50 «6 кадров». (16+)

 МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
- 08.05 12.10 02.10 03.40 05.10 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
- 09.00 «МИСТЕР ИКС». (12+)
- 10.40 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+)
- 13.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ПРИНЦА ФЛОРИЗЕЛЯ. КЛУБ САМОУБИЙЦ ИЛИ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ТИТУЛОВАННОЙ ОСОБЫ». (12+)
- 16.30 «ПОСЛЕДНИЙ ВИЗИТ». (12+)
- 17.55 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ». (12+)
- 21.40 «ТРАНССИБИРСКИЙ ЭКСПРЕСС». (12+)
- 23.20 «ПОСЛЕДНЯЯ ОСЕНЬ». (12+)
- 02.55 04.25 «Тайны кино». (12+)

● 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 фотоматериалы 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!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
18.00 «ПЛОХИЕ ПАРНИ НАВСЕГДА». (16+)	00.00 «Битва экстрасенсов». (16+)	17.00 «ПРОРОК». (12+)	06.10 Утилизатор. (12+)	09.30 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)	02.25 «ГОРДОСТЬ И ПРЕДУБЕЖДЕНИЕ». (16+)	
05.00 «Тайны Чапман». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)	06.00 19.35 Смешанные единоборства. А. Царукян - М. Гамрот. UFC. (16+)	06.30 «6 кадров». (16+)	07.10 «ПСИХОЛОГИЯ ЛЮБВИ». (16+)
07.00 «РАЗБОРКИ В МАЛЕНЬКОМ ТОКИО». (16+)	09.00 «Перезагрузка». (16+)	09.00 Знаки судьбы. (16+)	06.10 Утилизатор. (12+)	08.00 09.05 15.05 17.25 19.30 03.30 Новости	11.10 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (16+)	11.10 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	09.30 «САШАТАНЯ». (16+)	09.45 «Слепая». (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 и другие.	08.05 14.00 15.10 17.30 22.05 Все на Матч!	15.15 «УРОКИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ». (16+)	15.15 «УРОКИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ». (16+)
09.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ». (16+)	17.40 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО ИГОРЯ МУХИЧА». (16+)	10.45 «ИСТОРИЯ ДЕВЯТИХ-ВОСТОГО ЛИСА». (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 и другие.	08.05 14.00 15.10 17.30 22.05 Все на Матч!	15.15 «УРОКИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ». (16+)	15.15 «УРОКИ ЖИЗНИ И ВОЖДЕНИЯ». (16+)
11.00 «КРОКОДИЛ ДАНДИ-2». (16+)	19.45 «БОТАН И СУПЕРБАБА». (16+)	13.30 «ДУМ: АННИГИЛЯЦИЯ». (16+)	08.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+)	09.10 «Ну, погоди!» (0+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
13.40 «АЛИ, РУЛИ!». (16+)	США, 2021 г. Боевик.	15.15 «ВТОРЖЕНИЕ». (16+)	09.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2». (16+)	09.20 «Неудачники». (0+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
15.30 «ПО ДОЛГУ СЛУЖБЫ». (16+)	21.00 «Однажды в России. Дайджест». (16+)	17.00 «ПРОРОК». (12+)	21.00 «+100500». (16+)	09.30 «В ПОИСКАХ ПРИКЛЮЧЕНИЙ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
18.00 «ПЛОХИЕ ПАРНИ НАВСЕГДА». (16+)	22.00 «Однажды в России». (16+)	США, 2007 г. Фантастика. В ролях: Николас Кейдж, Джулианна Мур, Джессика Бил, Томас Кречман.	08.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ». (0+)	11.30 Вольная борьба. Чемпионат России	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
США - Мексика, 2020 г. Комедийный боевик. В ролях: Уилл Смит, Мартин Лоуренс, Ванесса Энн Хадженс, Александр Людвиг, Чарльз Мелтон.	23.00 «Женский стендап». (16+)	У Криса Джонсона есть секрет, который не дает ему спокойно жить - он может на несколько минут заглядывать в свое собственное будущее.	09.00 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-2». (16+)	14.25 Мотоспорт. Кольцевые гонки. Супербайк	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
20.55 «ЛЬВИЦА». (16+)	00.00 «Битва экстрасенсов». (16+)	«РАЗРУШИТЕЛЬ». (16+)	21.00 «+100500». (16+)	15.40 Мотоспорт. Кольцевые гонки. Суперспорт	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)	02.40 «Импровизация». (16+)	«СОЛДАТ». (16+)	Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ.	16.25 21.35 Матч! Парад. (16+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)	19.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК». (16+)
«Самые шокирующие гипотезы». (16+)	04.15 «Comedy Баттл. Последний сезон». (16+)	23.00 «ЗНАМЕНИЕ». (16+)	01.30 Улётное видео. (16+)	17.55 Бокс. Матч ТВ Кубок Победы	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
04.20 «Территория заблуждений с Игорем Прокпенко». (16+)	05.05 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)	01.00 «РАЙОН № 9». (16+)		23.00 Karate Combat-2022. (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
	05.50 «Открытый микрофон». (16+)	02.45 «ПОСЛЕДНИЕ ДНИ НА МАРСЕ». (16+)		01.00 Мотоспорт. Кольцевые гонки. (0+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
	06.40 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	04.15 «КОСТИ». (16+)		02.10 Вольная борьба. Чемпионат России. (0+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)
		05.45 «Мультфильмы». (0+)			22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)	22.45 «ДЕНЬ РАСПЛАТЫ». (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ – ЛОГИЧЕСКАЯ ЗАДАЧА

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его и рассмотрев картинку, вы сможете сами найти решение. Для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

Так, успокойся, – Вера схватила мечущегося по кабинету Быкова за рукав, «припарковала» его около своего стола. – Что стряслось-то? Что ты как подорванный по кабинету носишься?

– Вер, да понимаешь, я жене на годовщину свадьбы браслет купил. Дорогой, с изумрудом. Она давно мечтала. Копил целый год, во всем себе отказывал.

Вера с нежностью посмотрела на коллегу. Хороший он все-таки, майор этот. И жене его повезло. Не из-за браслета даже, а вообще. Быков заботливый и надежный как скала. Но даром что майор, нежности и любви к близким в нем замешано от души. Редкий образец хорошего семьянина. И на даче-то у него все цветет и колосится, и жена при машине и серьгах, дети пристроены. Словом, мужик что надо.

Чистота – залог... успешного расследования



– Изумруд – это шик, – одобрила Вера.

– Шик-то шик, да только браслету пшик. Украли его, свистнули, подрезали.

Вера недоуменно воззрилась на коллегу. Всегда интеллигентный и правильный, он напрочь снес ее уверенность в его непогрешимости блатным жаргоном.

– Что? – лицо Веры вытянулось.

– Слимонили, – продолжал эмоционально Быков, чем

окончательно поразил Веру. – Понимаешь, я его на работе держал, дурак. Вот тут, – майор указал на шкаф. – А сегодня пришел, рукой пошарил, нет коробки. Встал на стул, а браслетика-то тю-тю, нет.

Вера задумчиво посмотрела на Быкова, затем на шкаф, снова на майора.

– Это, получается, кто-то из своих, – предположил Быков.

– Не обязательно, – ответила Вера. – Сегодня у нас представители клининговой компании порядок наводили. Ну и посетители бывают. И, сам знаешь, не всегда благонадежные.

– Посетители никогда без присмотра не остаются, – парировал Быков. – Благонадежные тем более. А когда, говоришь, клинеры были?

– Да они, думаю, и сейчас тут. Надо дежурного спросить, в каком кабинете работают.

Быков пулей вылетел из кабинета, а Вера подвинула к шкафу стул, встала на него, но все, что смогла разглядеть, это краешек пыльной поверхности. Даже встав на цыпочки, картину удалось мало поменять. До стены взгляд не доставал.

Вера спустилась, вернула стул на место, протерла его влажными салфетками. Затем уселась за свой стол и принялась ждать Быкова. Но тот в кабинет не вернулся, позвонил ей на мобильник и позвал в зал заседаний. Вера пошарила в кармане в поисках ключа. Кабинет стоило закрыть, во избежание, так сказать. Вообще, кабинет всегда закрывался на ключ, когда в нем никого не было. Просто с этого момента

Вера решила следить за этим более тщательно, не оставлять дверь незапертой, даже выбегав всего на минутку.

В зале заседаний Быков грозно возвышался над стайкой напуганных, сбившихся в кучу женщин. Те были «вооружены» кто лейкой, кто тряпкой, кто шваброй, но майора этот арсенал нимало не пугал. Он готовился к бою, чтобы отбить добытый нечестным путем «трофей».

– Итак, – гаркнул он, заметив, что в помещение вошла Вера. – Кто из вас вор?

Женщины вздрогнули, испуганно переглянулись.

Вера тронула Быкова за рукав, во всеуслышанье произнесла:

– В кабинете есть камера, все пишется.

Быков радостно встрепенулся, ударил себя по лбу ладонью.

– Но направлена она на допросные зоны, область шкафа не захватывает, – это уже Вера прошептала майору на ухо.

Вера оглядела женщин. – Я бы присмотрелась... – следовательно перевела взгляд на ту из них, кого подозревала в краже.

Любовь АНИНА



На кого пал выбор Веры и почему?

Ответ читайте в следующем номере «Телека».

Ответ на загадку в № 23: Вера подозревает, что это сам Игорь Дмитриевич выгреб из сейфа ценности и деньги и сбежал от своей жены. Вспомним, в тот вечер, когда он работал в кабинете перед тем, как уйти из дома и не вернуться, он слушал Торжественную увертюру «1812 год» Петра Ильича Чайковского. В произведении есть яркие акценты на партии ударных. Очень удобно, чтобы хорошенько ударить пару-тройку раз по металлической двери сейфа, не вызвав тем самым подозрений у жены, и одновременно симитировать ограбление. А в напиток супруге за ужином он, видимо, добавил ее же снотворное, вот почему она так быстро уснула и проспала всю ночь сном младенца, не забыв раньше времени тревогу по поводу исчезновения мужа.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.15 «СТРЯПУХА». (12+)
08.30 «БРАТЬЯ КАРАМАЗОВЫ». (12+)
12.35 «ДВАДЦАТЬ ШЕСТЬ ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОСТОЕВСКОГО». (12+)
14.05 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)
15.50 «МЕЛОДИИ БЕЛОЙ НОЧИ». (12+)
17.35 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
19.05 «ПО СЕМЕЙНЫМ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАМ». (12+)
21.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
23.00 Воскресная премьера «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
04.55 «КРАСНАЯ ПАЛАТКА». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.50 «АВГУСТ». (12+)
03.45 «ДОВЕРИЕ». (16+)
05.15 «МАРКО ПОЛО». (16+)
08.05 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО СЦЕНАРИЮ». (16+)
09.50 «ДИКАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
11.35 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
13.25 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
15.10 «КАПИТАН ФАНТАСТИК». (16+)
17.05 «ЛЕВ». (16+)
19.00 «ЗА МЕЧТОЙ». (12+)
20.30 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+)
Комедия, мелодрама, США, 2007 г.
21.55 «КОМНАТА». (16+)
Драма, США, Канада, Ирландия, Великобритания, 2015 г.
23.45 «ЛЮБОВЬ С ПЕРВОГО ВЗГЛЯДА». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
08.10 «НАСЕДКА». (16+)
11.40 «ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ ФАКТОР». (12+)
15.00 «МИР ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
2013 г. В ролях: Илья Ермолов, Александр Галибин, Марина Зайцева, Игорь Ливанов, Кристина Кириллова
17.55 «ЛЮБИТЬ И ВЕРИТЬ». (12+)
2017 г. В ролях: Глафира Тарханова, Алексей Зубков, Мария Климова, Евгений Лебедин
21.25 «НОВОГОДНИЙ РЕЙС». (12+)
2014 г. В ролях: Оксана Фандера, Светлана Ходченкова, Марат Башаров, Сергей Чонишвили
01.05 «НАСЕДКА». (16+)
04.15 «БЕСЦЕННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

СУББОТА! СУББОТА!
05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 17.30, 19.00, 20.20 «ОТЕЛЬ ДЕЛЬ ЛУНА». (16+)
Сериал. Южная Корея, 2019 г.
22.00, 23.00 Моя жена рулит. (16+)
00.00 «СПАСИБО ДЕДУ ЗА ПЕБДУ». (6+)
Россия, 2019 г. В ролях: Егор Бероев, Ксения Алферова, Кесо Хагба, Адгур Маляя
01.10, 02.00, 02.40, 03.30 Богиня шопинга. Экстремальный сезон. (16+)
04.10, 04.30, 04.45 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.25, 04.40 «Малышарики. Умные песенки». Мультсериал. (0+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 Мультфильмы. (0+)
05.55 «МОЙ КАПИТАН». (16+)
09.30 Фазендалайф. (6+)
10.00 Новости
10.10 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
Предыстория телевизионного сериала «Бандитский Петербург». 1962 год. Молодой и удачливый вор Юрка-Барон, провернув очередную квартирную кражу, едет из Ленинграда в Москву, чтобы встретиться с человеком из своего далекого и страшного прошлого.
16.00 Новости
16.15 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
02.55 «ЧАСТНАЯ ЖИЗНЬ ПЕТРА ВИНОГРАДОВА». (0+)
04.20 Мультфильмы. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ
365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.00 Иностранцы в России. (6+)
01.30 Серые кардиналы России. (12+)
01.55, 04.45 Историограф. (12+)
02.35 Всемирное наследие. (12+)
03.25 Историада. (12+)
03.20 Монастырские стены. (6+)
05.25 Серые кардиналы России. (12+)
05.55 Государственные перевороты в России. (12+)
06.20 Всемирное наследие. (12+)
07.10 Монастырские стены. (6+)
07.45 Пешком по Москве. (6+)
08.00 Историада. (12+)
08.50 Морской узел. (12+)
09.20 Тайны Третьего рейха. В поисках бомбы Гитлера. (12+)
10.15 Нулевая мировая. (12+)
11.10 Солдаты-призраки. Русские в Триесте. (12+)
11.55 Двойной портрет. Самодержец и вождь. (12+)
12.25 «ЕРМАК». (12+)
15.00 История одной фотографии. (6+)
15.15 «ЕГО ЗОВУТ СУХЭ-БАТОР». (12+)
16.30 «БАЛЬЗАК». (16+)
18.10, 19.05 «СТРАСТИ ПО ЧАПАЮ». (16+)
20.00 Муссолини. Последняя правда. (16+)
21.50 У войны не женское лицо. (12+)
22.10 Кронштадт 1921. (12+)
23.00 Камилл Писсарро. По следам отца импрессионистов. (12+)

УСАДЬБА
06.00, 10.05, 14.00, 18.00, 21.55, 02.05 Беспокойное хозяйство. (12+)
Мы расскажем о содержании как популярных, так и экзотических видов животных в условиях загородного дома и участка.
06.30, 10.35, 14.35, 18.35, 22.30, 02.35 Квас. (12+)
06.45, 10.55, 14.50, 18.50, 22.45, 02.50 50 оттенков желе. (12+)
07.00, 11.10, 15.10, 19.10, 23.00, 03.05 У мангала. (12+)
07.30, 11.40, 15.40, 19.40, 23.30, 03.35 Как построить дом. (12+)
08.00, 04.05 Самогон. (16+)
08.15, 12.10, 16.10, 20.10, 00.00, 04.20 Флористика. (12+)
08.30 Нетипичная дача. (12+)
08.45, 12.40, 16.45, 20.40, 00.35, 04.50 Готовим на природе. (12+)
09.05, 12.55, 16.55, 20.55, 00.50, 05.05 Тихая моя родина. (12+)
09.35, 13.30, 17.30, 21.25, 01.20, 05.35 Профпригодность. (12+)
Программа «Профпригодность» - обзор различных видов, моделей и модификаций товаров народного потребления - ответит на все вопросы, связанные со строительными и ремонтными работами в загородном доме, садово-огородными работами, ландшафтному дизайном и дизайном интерьеров.
12.25, 16.25, 20.25, 00.20, 04.35 Инструменты. (12+)
01.50 Кухня народов СССР. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.00, 10.00, 14.00, 18.00, 22.05, 02.05 Рыбалка в Беларуси. (16+)
06.30, 10.30, 14.30, 18.30, 22.30, 02.35 Мир рыболова. (12+)
07.00, 03.05 Ружейная охота. Первые шаги. (16+)
07.25, 11.30, 23.35, 03.30 Хватка хищника. (16+)
08.25, 12.30, 16.30, 20.30, 04.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
08.55, 13.00, 17.00, 05.10 Уральская рыбалка. (12+)
09.30, 13.30, 17.30, 21.35, 01.35, 05.35 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)
11.00, 15.00, 19.00 Делай как я. (16+)
11.15, 15.15, 19.15, 23.15 Две на одного. Снаряжение. (16+)
12.00, 16.00, 20.00 Кто? Куда? Зачем? (16+)
12.15, 16.15, 20.15 Популярная охота. (16+)
15.30, 19.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
21.00 На рыбалку с охотой. (12+)
23.00 Охоты и охотники. (16+)
Каждый выпуск этого цикла - конкретная охота через призму восприятия конкретного охотника.
00.30 Универсальный рыболов. (16+)
01.00 Карпфишинг. (12+)
04.55 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 16.00, 20.00 Zumba. (12+)
01.00, 17.00, 22.00 Фитнес-бутик. (12+)
02.00, 18.00, 23.00 Дыхание стретчинга. (12+)
03.00, 13.30 Здоровые и знаменитые: Русская версия. (12+)
Документальный шоу о здоровом образе жизни, в котором известные и красивые звезды телевидения, театра, кино, медиа персоны и постоянные участники светской хроники делятся своими секретами привлекательности, главного из которых - здоровый образ жизни.
04.00, 07.00, 10.00 Боди-балет. (12+)
04.30, 07.30, 10.30 Аэробика в стиле ретро. (12+)
05.00, 08.00, 11.00 Витамин-шоу. (12+)
06.00, 09.00, 12.00 Фитнес для лица. (12+)
06.30, 09.30, 12.30 Мистер Драйв. (12+)
13.00 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
14.30 По горячим следам. (6+)
Следуйте за Санни Саведж - экспертом в области «дикий пищи». Пройдитесь с ней по полям, лесам и даже болотам в поисках изысканной еды натурального происхождения. Это программа о путешествиях и кулинарном шоу в одном флаконе. Следуя по горячим следам Санни, вы никогда не останетесь голодными.
15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)
19.00 Шоу Лизы Оз. (12+)

В программе возможны изменения по независящим от редакции причинам. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО «Сервис-ТВ».

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОД ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО

Ремонт окон, жалюзи

Сезонные скидки

- ОТДЕЛКА пенсионерам – скидка до 35%
- УТЕПЛЕНИЕ 8 (495) 740-76-09
- КРЫШИ
- ШКАФЫ 8 (495) 941-96-29

ОКОННЫЙ ЗАВОД ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ

Немецкие окна жалюзи

САЙДИНГ, ОБШИВ, ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

без выходных, гарантия, договор

Монтаж 1 день +7 (495) 532-71-88

С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!

ОКНА ПВХ

- По доступным ценам!
- Собственное производство!
- Замер, доставка – бесплатно!
- Уборка, демонтаж в подарок!
- Пенсионерам льготы!
- Москитная сетка в подарок!

РЕНЖИ ПРОФИЛЬ + фурнитура премиум-класса

БАЛКОН от 3000 руб. СКИДКА до 57%

8 (495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

Завод «СтройБалконСервис»

ОКНА ПВХ БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ

AL PROVEDAL

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

РЕМОНТ ОКОН И БАЛКОНОВ

ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ

8-495-543-53-97

8-495-782-54-48

www.balkona.ru

МЕБЕЛЬ

- 8 (968) 089-44-57 Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпусной. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Стандартная мебель. Тел.: 8 (968) 089-44-57
- 8 (495) 740-79-43 Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел.: 8 (495) 740-79-43
- 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. Телефоны: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

- 8 (965) 386-47-09 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА любой сложности – (дезинсекция, дезинфекция, дератизация) ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ – пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей и животных. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7 без выходных. Система скидок есть. Тел.: 8 (965) 386-47-09
- 8 (499) 444-28-32 МОСКОВСКАЯ САН-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ. Уничтожим тараканов, клопов, кротов и других вредителей. С ГАРАНТИЕЙ и НАВСЕГДА. Сертифицированные дезинфекторы. Эффективные и безопасные средства, без запаха. ЦЕНЫ от 1500 руб. Конфиденциально. Бесплатный выезд (Москва и МО). Остались вопросы, звоните. Тел.: 8 (499) 444-28-32

РАЗНОЕ

АО «Железнодорожная торговая компания» (АО «ЖТК») проводит открытый аукцион в электронной форме № 261 (далее – Аукцион) на право заключения договора аренды недвижимого имущества: часть помещения площадью 158,9 м², расположенного по адресу: г. Москва, ул. Весенняя, д. 19.

Начальная (минимальная) цена постоянной части арендной платы за месяц аренды объекта недвижимого имущества: 54 515 (Пятьдесят четыре тысячи пятьсот пятнадцать) рублей 81 копейка (без учета НДС).

Срок аренды: 11 (одиннадцать) месяцев.

Дата проведения аукциона: 21 июля 2022 года.
Дата окончания приема заявок: 18 июля 2022 года.

Место и форма проведения Аукциона: электронная торговая площадка «РТС-Тендер» на сайте: <https://www.rts-tender.ru>.
Внесение обеспечительного платежа: предусмотрено условиями Аукциона. Подробная информация на сайтах: <https://www.rts-tender.ru> и www.rwtk.ru (в разделе «Тендеры»).

Телефон организатора Аукциона: +7 (812) 436-81-72

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКАУПКА

Награды, знаки, медали, монеты, банкноты, часы, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, вазы, марки, сервизы, бронзу, картины, книги, фото, открытки, АВТОГРАФЫ, шкатулки, янтарь, дом.архив и т.д.

КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД 24ч

Тел. 8 (903) 666-33-55

8 (926) 705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛОЗ, Гарднера, Кузнецова, самовары, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундиры, открытки, старые детские и ёлочные игрушки, патефоны, часы, иконы, янтарь 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, коньяк СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

8 (967) 273-29-40 Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, мелочь 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будду, знаки, медали, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканники, портсигары, самовары и др. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.: 8 (967) 273-29-40, Дмитрий, Ирина

8 (963) 921-08-38 Книги, архивы, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, значки, старые награды, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 р/гр, фотоаппараты, открытки, фото, фарфор. статуэтки, самовары. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТАЛОГОВ. Тел.: 8 (963) 921-08-38, Дмитрий

8 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, статуэтки и пластинки из меди, бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

МосГорСкупка ДОРОГО КУПИТ!

- ♦ Иконы. Статуэтки Будды.
- ♦ Янтарь, янтарные бусы до 250 т.р.
- ♦ Статуэтки, фарфор.
- ♦ Серебро, бронзу, часы.
- ♦ Монеты, значки, автографы.
- ♦ Картины, соцреализм.
- ♦ Старинную мебель.
- ♦ Любую антиквариат и многое др.

Оценка. Оплата сразу. Выезд бесплатно. 8-925-403-68-83

8 (905) 796-72-32 Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканники, портсигары, фотоаппараты, патефоны, самовары, мельхиор, монеты, банкноты, медали, 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

КОЛЛЕКЦИОНЕР. ДОРОГО. Награды, значки, медали, монеты, банкноты, подстаканники, портсигары, фарфор. посуда, статуэтки, Касли, столовое серебро, иконы, игрушки СССР, ГДР, кортики, сабли, интересные старинные предметы. ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО. БУДНИ, ПОСЛЕ 19.00 ИЛИ В ВЫХОДНЫЕ. ОПЛАТА СРАЗУ. Тел.: 8 (985) 179-79-30, ВЛАДИМИР

8 (916) 993-36-64 Времени 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, боны и купюры, вексели, счета и прочее. Тел.: 8 (916) 993-36-64

8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82 КОМИССИОНТОРГ ДОРОГО КУПИТ. ОПЛАТА СРАЗУ. ВЫЕЗД. Вазы. Сервизы (остатки). Значки. Награды. Часы. Статуэтки. Чугун. Бронза. Фарфор. Иконы. Янтарь. Подсвечники. Подстаканники. Монеты. Серебро. Кость. Портсигары. Хрусталь. Фото. Открытки. ВСЁ ИЗ КИТАЯ. Многие другие. Тел.: 8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82

Фарфор статуэтки, сервизы полные и нет, книги, грампластинки, цветной хрусталь, значки, знаки, медали, столовые приборы, картины, иконы, лампы, конфетницы, подстаканники, портсигары, ёлочные и детские игрушки, янтарь, фигуры из бронзы, чугуна, дерева, фотографии, часы. Тел.: 8 (925) 626-97-59, Геннадий

АНТИКВАРНАЯ БУМАГА, МАРКИ, конверты, открытки, почтовые карточки, фотографии, плакаты, коллекции, домашние архивы, исторические документы (земские, военные, благотворительные, рекламные, агитационные, почтовые, КРАСНЫЙ КРЕСТ). Все до 1961 года. КУПЛЮ. Тел.: 8 (916) 319-96-67, 8 (499) 249-77-32.

8 (915) 287-71-38 Куплю предметы старины, СССР: книги, открытки, фото, мебель, иконы, картины, медали, значки, статуэтки, сервизы, фарфор, хрусталь, гжель. Вещи из серебра, золота, мельхиора, бронзы. Часы, подстаканники, портсигары, самовары, патефоны, бижутерию, шкатулки, игрушки ёлочные, бинокли, аудио-, фотоаппаратуру. Выезд бесплатно. Телефон: 8 (915) 287-71-38

8 (999) 674-50-14 Куплю предметы советского быта, книги, журналы, открытки, календары, фотографии, детские и ёлочные игрушки и т.п. Тел.: 8 (999) 674-50-14, Тая

8 (925) 509-28-94 Выкуп книг, посуды, фотоаппаратов, картин, подстаканников, мельхиора, статуэток, биноклей, игрушек (машинки, солдатки, куклы), значков, магнитофонов, часов. Тел.: 8 (925) 509-28-94

8 (985) 724-42-35 Куплю посуду и ёлочные игрушки СССР. Екатерина. Тел.: 8 (985) 724-42-35

8 (925) 448-47-68 Куплю ёлочные игрушки, коллекции календариков, фантиков, открыток, пластинок, хрусталь, мельхиор, столовое серебро, старые духи, плюшевых медведей, книги, детские и взрослые советские журналы, фарфоровые статуэтки, фотографии, азбуки, буквари, антиквариат. Тел.: 8 (925) 448-47-68

8 (925) 585-40-56 Покупаю книги до 1945 г. от 1000 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, иудаику и любой антиквариат. Тел.: 8 (925) 585-40-56

МОСКОМИССИОНТОРГ

ВЫКУПИТ ДОРОГО

ВСЁ ДО 1980 г., в том числе: статуэтки, СЕРВИЗЫ (остатки), вазы, чугун, бронзу, награды, ФАРФОР Кузнецова, Гарднера, ЗНАЧКИ, подстаканники, ИКОНЫ, серебро, часы, фототехнику, ЯНТАРЬ, монеты, портсигары, всё из Китая, КОСТЬ, хрусталь. Выезд (Москва, МО), оценка бесплатно

8 (916) 359-05-00
8 (968) 907-44-82

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую литературу, книги по истории, философии, архитектуре, а также книги до 1917 г. Куплю. Выезд. Тел.: 8 (495) 721-41-46

8 (925) 514-36-14 Картины, книги, открытки, актёров, фотографии, журналы, афиши, архивы, билеты, грамоты, кубки, вымпелы, документы, коллекции, банкноты, значки, марки, мельхиор, ёлочные игрушки, предметы советского и русского быта, фарфор, шкатулки, магнитофоны, кассеты, кукол, солдатиков, машинки, военную форму, бинокли, серебро. Тел.: 8 (925) 514-36-14

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, значки, этикетки, радиоаппаратуру. Тел.: 8 (495) 508-53-59

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) 128-50-09 Книги. Выезд от 200 экз. Оплата сразу. Тел.: 8 (495) 128-50-09

8 (916) 428-41-93 ФАРФОРОВЫЕ СТАТУЭТКИ, ЗНАЧКИ, ёлочные и старые игрушки, хрусталь, цветное стекло, столовые приборы, остатки сервизов, чайные пары, часы, зеркала, бижутерию, награды, ИКОНЫ, монеты, марки, картины, курительные трубки, опасные бритвы, железную дорогу, солдатиков, самовары, сувениры СССР. Люстры. Тел.: 8 (916) 428-41-93

РАБОТА

КРУПНАЯ ТОРГОВАЯ КОМПАНИЯ ПРИГЛАШАЕТ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ ПЕЧАТНОЙ ПРОДУКЦИИ

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- ЗАРАБОТНУЮ ПЛАТУ от 30 000 рублей с перспективой дальнейшего роста!
- Выдачу заработной платы наличными, без задержек;
- Ежедневный аванс от 500 рублей;
- Бесплатное общежитие, заселение в день обращения;
- График работы: 6/1 или 2/2 недели;
- Место работы: киоски в разных районах г. Москвы

ОТ ВАС:

- Опыт не обязателен, проводим бесплатное обучение;
- Желание работать и зарабатывать;
- Доброжелательность и честность.

8 (925) 507-46-48, 8 (926) 800-53-19

8 (968) 665-20-06 Продавец билетов гослото. 3/п от 21500 руб. Бесплатное обучение 2 дня. График: 7/7 (7 работаете – 7 отдыхаете). Возможны подработки. Знание ПК на уровне пользователя. Нет возрастных ограничений. М. «Пятницкое шоссе», ул. Пятницкое шоссе, д. 39. М. «Пионерская», ул. Кастанаевская, д. 54/3. Тел.: 8 (968) 665-20-06

По вопросам размещения рекламы в газете «ТЕЛЕК» звоните!

8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ И ВХОДНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА

СКИДКИ до 30%

ВETERANAM НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

1 ЧАС И МАСТЕР У ВАС | Для ветеранов и для людей с ограниченными возможностями действует социальная программа «НАРОДНЫЕ ДВЕРИ»

ОТДЕЛ ЗАКАЗОВ 8:00 – 21:00 БЕЗ ВЫХОДНЫХ

8 (495) 208-03-88

БОЛЕЕ 500 МОДЕЛЕЙ ОТ ПРОСТЫХ ДО ЭЛИТНЫХ

ИЗГОТОВЛЕНИЕ ДВЕРЕЙ ПО ИНДИВИДУАЛЬНОМУ ПРОЕКТУ

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ

ДВЕРИ АРКИ АНТРЕСОЛИ ШКАФЫ

• ДЕРЕВЯННЫЕ
• СТАЛЬНЫЕ
• МЕЖКОМНАТНЫЕ
• ВХОДНЫЕ

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА! 3-я дверь в подарок!

Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.

8 (499) 408-40-71

ЗАМЕР, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО, УСТАНОВКА.

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП ЗАПОИ

ВЫЗОВ НАРКОЛОГА НА ДОМ ПО МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЮ

Круглосуточно. Приезд врача от 30 мин

РЕАБИЛИТАЦИЯ НАРКОЗАВИСИМЫХ АНОНИМНО

+7 (495) 776-30-03

www.n-help.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТОВ.

ООО «НаркоХелп» лицензия № 77-01-002153

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

Городская Коллегия Юристов

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ ЮРИСТА?

Мы подскажем вам, как пошагово разрешить проблему

Акция для ПЕНСИОНЕРОВ*

- Выезд юриста на дом **БЕСПЛАТНО**
- Составление одного заявления **БЕСПЛАТНО**

Мы заботимся о наших гражданах!

Получите **БЕСПЛАТНУЮ** консультацию юриста прямо сейчас по телефону:

8 (495) 117-07-17 *акция действует до конца месяца

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 расслужебим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Телефон: 8 (499) 409-91-42

ФИНАНСЫ

8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43

Деньги срочно! День в день! Ставка от 0,2%, от 10 тыс. руб., от 1 мес. Нужен только паспорт. Одобрение 99%. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43. ООО МКК «Выручай-деньги» СРО «МирР» № 32 000068, Рег. № 2110132000808. ОГРН 1113256019469.

*Будьте бдительны. Объявления, не содержащие официальных названий и лицензий банков, ИТК, МФО и ломбардов не являются рекламой банковских, страховых и иных финансовых услуг. Объявления, в которых предлагаются посреднические услуги, означают информационное консультирование при осуществлении сделок между вами и банковскими, страховыми и иными финансовыми организациями.

НЕДВИЖИМОСТЬ

8 (978) 702-85-06 Продаю дом в Крыму у моря. Поповка. Телефон: 8 (978) 702-85-06

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. Телефон: 8 (903) 515-85-33, Лина

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ – ВСЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ. Из своего материала или заказчика. ДОМА. ПЕЧИ. ФУНДАМЕНТЫ. Отмостки. КРЫШИ. Беседки. Сайдинги. Внутренняя отделка. Дорожки из плитки. РЕСТАВРАЦИЯ СТАРЫХ ДОМОВ и др. Пенсионерам СКИДКА 30%. Работаем БЕЗ предоплаты. Тел.: 8 (977) 999-87-35, 8 (906) 740-38-95, Валерий

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

8 (905) 557-77-37 Косметический ремонт за 3 дня! Идеальная чистота и качество. Обои, покраска, подготовка стен и потолков, электрика, ламинат, плитус. Семейная пара – Слава и Ольга. Доставка материалов. Пенсионерам скидки! Работаем на результат. Тел.: 8 (905) 557-77-37

8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО: обои, плитка, сантехника, электрика. Циклёвка и ремонт паркета. Укладка массива, ламината, доски. Натяжной потолок. Окна, остекление лоджий. Монтаж входных и межкомнатных дверей, предоставляем модели дверей. Выбор материалов. Выезд в область. Недорого. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

8 (905) 745-72-90 Малярные работы. Выравнивание стен, потолков и шпатлёвка. Покраска. Обои. Ламинат. Электрика. Тел.: 8 (905) 745-72-90

8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53 КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Без предоплаты! Поклейка обоев любых видов за 1 день. (Малярка, покраска, ламинат) НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ – большой ассортимент расцветок и фактур, материалы от лучших, проверенных производителей. Ванна под ключ. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 902-77-12, 8 (966) 099-99-53

8 (916) 471-14-83 Ремонт квартир под ключ. Все виды отделочных работ, любой сложности. Качественно и недорого! Штукатурка, стяжка, шпатлёвка, 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

Опытная бригада строителей выполнит все виды работ: дома, крыши, сайдинг, террасы, фундаменты, пристройки, отмостки, дорожки, заборы, хоз. блоки, навесы, печи, сантехника, электрика. Выезд и консультация специалиста бесплатно! Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (902) 658-77-00

8 (903) 205-93-63, 8 (926) 535-64-56, 8 (495) 963-23-23 Циклёвка: паркет, доски, покрытие лаком, все виды работ по ремонту, выезд по Москве и Московской области. Пенсионерам скидка! Тел.: 8 (903) 205-93-63, 8 (926) 535-64-56, 8 (495) 963-23-23

ЗАМКИ

ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51

Круглосуточно

РЕМОНТ ВАННЫХ КОМНАТ

АКРИЛОВЫЙ ВКЛАДЫШ
ПАНЕЛИ ПВХ, ПЛИТКА,
САНТЕХНИКА, НЕДОРОГО!

8-495-761-36-10

ЭМАЛИРОВКА ВАНН Любого цвета Любое состояние

(495) 764-82-32

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТКЛИНИКА

Весь спектр ветеринарных услуг на дому и в клинике. **ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч. (срочный). АНАЛИЗЫ. Биохимия. СТРИЖКА. БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСПЛЕНИЕ. КРЕМАЦИЯ.**

Тел.: 8 (495) 142-40-67, 8 (495) 728-45-03

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 РУБ.
- ГАРАНТИЯ
- СКИДКИ 30%
- ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО

8(495) 109-33-56
8 (977) 000-938 1

8 (499) 703-41-94 Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и веронок! Ремонт и подключение: стиральных и посудомоечных машин! Электрогазовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

8 (495) 203-20-23 Акция! НЕДОРОГОЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ, ДУХОВЫХ ШКАФОВ И ТЕЛЕВИЗОРОВ НА ДОМУ. СКИДКИ – ПЕНСИОНЕРАМ до 50%. Выезд и диагностика – БЕСПЛАТНО! Без выходных. Гарантия на работу до 3 лет. Тел.: 8 (495) 203-20-23

НАРКОЛОГИЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Неврозы, Депрессии, Бессонница

МОСКВА И МО БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ АНОНИМНО

24 Ч

ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ! Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

8 (495) 734-99-37

НАРКОЛОГ НА ДОМ

Психотерапия

ГИППОКРАТ www.hippocrat.info

ЗАПОИ, КОД, АНОНИМНО

8 (495) 223-23-63

возможны противопоказания, проконсультируйтесь с врачом

8 (985) 233-68-99, 8 (495) 796-14-08 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ холодильников, морозильников всех моделей, стиральных машин, телевизоров плазменных, кинескопных, антенны, телевизионного кабеля, швейных машин, электроплит, панелей, газовых плит, кофемашин. соц. скидки, гарантия до 1 года, квитанция. Выезд во все районы Москвы. Тел.: 8 (985) 233-68-99, 8 (495) 796-14-08

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ СТИРАЛЬНЫХ МАШИН и кондиционеров любой сложности. Любая работа – 500 руб. Выезд, диагностика – БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3 лет. Скидки пенсионерам! Тел.: 8 (495) 545-15-79

ЗНАКОМСТВА

8 (926) 138-24-00 Абсолютно надёжно!!! Профессиональная сваха. Знакомства для жизни! Гарантировано! Достойный выбор. До 90 лет. Строго для славян. Тел.: 8 (926) 138-24-00

8 (985) 246-46-92 Женщина-пенсионер познакомится с одиноким мужчиной старше 65 лет без вредных привычек, спокойным для общения. Женатым не звонить. Тел.: 8 (985) 246-46-92

8 (906) 042-24-15 Помощник/компаньон на садовый участок, все садово-огородные работы, 81/170/70 непьющий, некурящий, покладист, сова. Тел.: 8 (906) 042-24-15

8 (909) 624-91-05 Москвичка 60/180/75 желает познакомиться с приятной, доброй женщиной от 50 лет для серьёзных отношений, желательно в Москве (ЮВАО). Тел.: 8 (909) 624-91-05

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 40%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Телефон: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ НА ДОМУ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, ЭЛЕКТРОПЛИТ, морозильных камер и КОНДИЦИОНЕРОВ, духовых шкафов, посудомоечных машин. В Ы Е З Д Б Е С П Л А Т Н О, пенсионерам скидки, без выходных, 8-22. Тел.: 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05

8 (495) 995-27-24, 8 (903) 723-36-03 Кондиционеры. Большой выбор. Продажа, монтаж, заправка, обслуживание. Низкие цены!!! Высотные работы. Герметизация межпанельных швов, балконов, лоджий, окон. Устранение промерзаний (грибок, плесень). Удаление деревьев. Гидроизоляция, ремонт кровли. ООО «Билдерс-СП». Тел.: 8 (495) 995-27-24, 8 (903) 723-36-03

8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28.

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (495) 792-47-73

КУПЛЮ

8 (903) 125-40-10 Куплю РАДИОДЕТАЛИ новые и б/у, провода, лопки, вилки мельхиоровые (МНЦ), статуэтки, значки, часы наручные в жёлтом корпусе и прочее. Тел.: 8 (903) 125-40-10

Все объявления на правах рекламы

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 (499) 390-62-65 Недорогой переезд любой сложности. Дачные и квартирные. Москва, МО и регионы. Любые расстояния и направления. Можно с животными. Автопарк: грузовые, легковые, фермер, каблук, микроавтобус и др. Грузчики славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходных. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (499) 390-62-65

■ 8 (495) 755-39-48, 8 (962) 906-26-79 Автогрузоперевозки + профгрузчики. Квартирные, дачные, офисные, складские переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. Такажные работы. Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели и т.д. Подключ. Любой вид транспорта. Круглосуточно. Тел.: 8 (495) 755-39-48, 8 (962) 906-26-79

■ 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99 Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

■ 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и др. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время – не ограничено. Цельнометаллический фургон «Пежо Боксер» (свой, не аренда). Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

АВТО

■ 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00 АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! АВАРИЙНЫЕ, БИТЫЕ, ПОДЕРЖАННЫЕ автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с учёта. ЭВАКУАЦИЯ – Москва, МО. БЕСПЛАТНО. РАСЧЁТ НА МЕСТЕ. ВЫКУПАЕМ ДОРОЖЕ АВТОСАЛОНОВ. ПРОФЕССИОНАЛИЗМ И ПОРЯДОЧНОСТЬ. Тел.: 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00

■ 8 (916) 841-89-94 Срочный выкуп абсолютно любого авто максимально дорого. С абсолютно любыми проблемами. С запретом регистрационных действий, арест, кредитные, без ПТС. Старые, новые, любые, Москва и МО, не на ходу. Приеду в любое время, деньги сразу, оформление полностью за мой счёт. Куплю дорого. Тел.: 8 (916) 841-89-94

■ 8 (926) 032-69-99 АВТОВЫКУП ОЧЕНЬ ДОРОГО!!! В любом состоянии, все марки: битые, целые, горелые, кредитные, залоговые купим очень дорого!!! Порядочность 100%. Снимаем с учёта, деньги сразу. Тел.: 8 (926) 032-69-99

■ 8 (926) 029-93-33. 100% выкупим! Автомобили иностранные и отечественные в любом состоянии куплю. Оформление и эвакуация за мой счёт. Оплата сразу.

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ
В ГАЗЕТУ «ТЕЛЕК»:

8 (495) 792-47-73

СТРАНА СОВЕТОВ

Если вы используете соду только при приготовлении выпечки, мы вынуждены вас огорчить: большей частью этот чудесный порошок у вас простаивает зря...

Хотите узнать, на что еще способна обычная сода? Читайте и применяйте наши советы.

Устранение неприятных запахов

- Периодически протирайте холодильник содовым раствором в пропорции 4 ч. л. на 1 литр воды, чтобы избавиться от неприятных запахов внутри.
- Насыпьте соду в небольшую емкость, которую определите в обувную полку, туалет или салон автомобиля. Сода будет поглощать неприятные запахи, работая как абсорбент.

СОДА В БЫТУ: наводим чистоту и красоту

На заметку

Универсальное средство

Для его приготовления понадобится:

- мыло (лучше хозяйственное, но можно взять и любое другое) – около 100 г;
- 100 мл горячей воды;
- 3 ст. л. соды;
- несколько капель эфирного масла, которое вы предпочитаете.

Мыло следует натереть на терке, добавить горячую воду и взбить миксером до образования пены. После того как раствор немного остыл, добавьте соду и эфирное масло. Затем еще раз взбейте миксером. Используйте полученное средство для мытья посуды, чистки духовки, плиты, раковины и сантехники.

Достаточно просто менять соду раз в три месяца.

- Содой можно очищать и ковровые покрытия. Просто рассыпьте ее небольшим слоем и оставьте на несколько часов, а затем пропылесосьте. От неприятных запахов не останется и следа.

Очищение поверхностей

- Промытые с содой банки будут иметь меньше шансов взорваться, когда вы заполните их консервацией.
- Сода является замечательным средством для мытья детской посуды (она также избавляет от запаха пластика), ванночек для купания и детских игрушек.
- Перед употреблением овощей и фруктов также полезно вымыть

их в содовом растворе.

- Фарфоровую, стеклянную, фаянсовую, эмалированную посуду сода с легкостью отмоет и вернет первоначальный блеск. Вазы, чайные чашки, заварной чайник и люстры засверкают как новые.
- А знаете, как очистить засаленную расческу или кисточку (спонж) для макияжа? Поможет сода.

Замочите их в содовом растворе (1 ст. л. соды на поллитра воды), а через 1,5-2 часа достаньте и промойте водой.

- Сода найдет применение и в ванной комнате. Используйте ее для чистки плитки, ванны, раковины, а также для очищения сливных отверстий. Для этого засыпьте 3-4 столовые ложки соды в слив и погасите уксусом.

Приготовление еды

- Если добавить немного соды в воду во время варки бобовых, то они сварятся намного быстрее даже без предварительного замачивания.
- Для приготовления рыбы сода также незаменима. Предварительно замочите ее на пару часов в содовом растворе, чтобы избавиться от неприятного за-

паха. А помыв руки после ее приготовления водой с добавлением соды, вы и не заметите, как запах исчезнет. Кстати, чесночный запах сода тоже неплохо устраняет.

- Благодаря свойству соды смягчать воду, чай или кофе будут ароматнее и вкуснее, если добавить щепотку в процессе их приготовления.

Светлана СИДОРЧУК

Читайте спецвыпуски журнала «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»



ВСЕ ВЫПУСКИ
В ПРОДАЖЕ!
СПРАШИВАЙТЕ
В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ
И ПОЧТОВЫХ
ОТДЕЛЕНИЯХ

Руки пахли рыбой, и я, вытерев их бумажной салфеткой, открыла холодильник в поисках лимона. Не особенно веря в его широко разрекламированную способность убивать даже неубиваемые запахи, я всё же выудила фрукт из лимонницы и потёрла им пальцы.

У меня через час собеседование. Лучше уж пахнуть лимоном, чем карасиными внутренностями.

На хорошем счету

«Завтра можете выходить на работу». Счастливая, я спешила домой и все прокручивала в голове адресованную мне теперь уже моим работодателем фразу. Если еще и начищенных карасиков успею к ужину нажарить, совсем будет хорошо. Муж будет доволен, и я смогу сообщить ему радостную новость, что его жена больше не иждивенка, а вполне себе рабочий класс.

– Что ты выдумала, какая еще работа? – взбеленный Фёдор, резко отодвинув от себя чашку с чаем. Напиток выплеснулся через края, рассыпав по поверхности стола любопытные капельки.

– Пока делопроизводителем в канцелярию ведомства, затем, я надеюсь, удастся показать себя и продвинуться по служебной лестнице. Все же у меня высшее образование, я неплохо когда-то училась и даже поработать успела. Недолго, правда, но была на хорошем счету.

Я тараторила и тараторила, не давая возможности Фёдору вставить хоть

Впереди много хлопот



«Легче всего осуществимы те мечты, в которых не сомневаются».

Александр
Дюма-отец



слово. Знала, чувствовала, что стоит дать слабину, и разгорится нешуточный скандал.

– Так, стоп! – муж с силой ударил ладонью по столу, капельки чая подпрыгнули, а затем, испуганно прижавшись друг к другу, сбились в лужицу рядом с чашкой. – Кажется, мы уже это обсуждали, и не раз. Работаю я, а ты занимаешься домом и детьми.

– Но у нас нет детей, – напомнила я, и сердце зашлось от боли.

– У нас есть большая мама, которой требуется уход, – припечатал меня веским замечанием Фёдор.

«Твоя мама, которая меня терпеть не может», –

вбуравилась в сознание нехорошая мысль, за которую мне тут же стало стыдно.

Учили от души

– Что, внуков-то я, видеть, так и не дожусь? – Александра Владимировна прохромала от плиты к табуретке и, грузно на нее опустившись, начала тереть, постанывая, опухшее колено.

Я предпочла промолчать. Вступать в спор было себе дороже. Сначала сама свекровь вылетит на меня ушат обвинений и недовольства, а затем ее сын, которому она не преминет вечером нажаловаться на меня.

– Хотя какие тебе дети? Ты вон и блины-то жарить

к тридцати годам не научилась. Огонь-то посильнее выверни, так они кружевными получатся, а не твои клекушки, что и в рот не вопхнешь.

Я вздохнула, прибавила огонь под сковородой и, конечно, тут же сожгла блин, дав лишний повод свекрови поглумиться над моей нерадивостью.

После того злополучного ужина, когда муж высказался категорически против моего трудоустройства, уже на следующий день к нам была перевезена из пригородного поселка свекровь.

– Мама будет легче в городе. Тут и врачи получше, и магазины под боком, и ты будешь все время рядом, – поставил меня перед фактом муж, отдав

матери «детскую», тем самым поставив точку в наших бесчисленных попытках стать родителями.

И, конечно, я не могла и думать, чтобы спорить со свекровью или выражать недовольство ее поведением. Это пресекалось на корню. Муж и Александра Владимировна сплотились в едином порыве «научить меня быть хорошей женой и хозяйкой». И учили от души. Так, что через полгода этой школы я собрала вещи и, приняв решение остаться неучем, сбежала без аттестатов и дипломов, только пятки сверкали.

Всё в моих руках

Отррев, как положено, недели две, поскокушавшись о своей несчастной долишке, я снова начала искать работу. Семейная жизнь не сложилась, хоть я и пыталась складывать ее по кирпичику десять лет. Что ж, пришла пора попробовать себя в профессиональной сфере. А вот здесь мне повезет больше. Хотя, если верить известной поговорке, в отсутствие поддержки звезд на романтической стезе невероятная удача должна была на меня свалиться в деле зарабатывания денег. Что ж, поживем – увидим.

Кладовщица на складе сети магазинов одежды.

Ну а что? Вполне себе работа. Не отдел кадров, конечно, и не канцелярия, зато коллектив большой. Нескучно.

В работу я окунулась с головой. Бралась за самые тяжелые задачи. Тяжелые в буквальном смысле слова. Приходилось ворочать тюки и коробки ого-го какого веса. И все бы ничего, я выносила, да вот стал тянуть живот. Часто, сильно. Записалась к врачу.

– Вы беременны, нужно себя беречь, – огорчила меня доктор.

Беременна... Я все никак не могла уложить в голове эту мысль. Вертела ее так и смя, боялась проверить в услышанное. Первым порывом было позвонить Фёдору, рассказать. Но вспомнила его маму, его вечное недовольство, бесконечные нравоучения от них обоих, и передумала.

– Ребенка будете оставлять? – испытующе посмотрела на меня доктор.

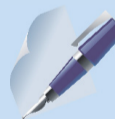
– Буду, – медленно кивнула я.

Впереди у меня был развод, снова поиски работы, выполнение которой не навредило бы малышу, устройство съемной

квартиры под новые нужды, оформление пособий... Впереди у меня было море забот и хлопот. Но я радовалась им словно ребенок. Жарила на завтрак кружевные блины и напевала. И ведь ни один не пригорел, вот странность. Ни одного комом. Все удались. Удаться и все стальное. Кирпичики моей новой жизни складывались как надо, как должны были сложиться с самого начала, выбери себя и не предай свои мечты. Но все еще поправимо. Все в моих руках.

ЕЛЕНА

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! А у вас есть история любви, изменившая вашу судьбу, которую вы хотели бы рассказать? Ждем ваши истории по адресу: telek@kardos.ru



Представляем Вашему вниманию три журнала из серии

«Энциклопедия дачника», посвященные консервированию и заготовкам на зиму: «Вкусные закуски», «Домашние соленья», «Рецепты маринадов»

Журналы ориентированы на читателя изданий дачной, садово-огородной тематики, а также кулинарии и домоводства. В каждом номере вы найдете рецепты консервирования томатов, перцев, бакла-

жанов, огурцов и других овощных и ягодных культур. Заготовки разные по сложности и количеству ингредиентов. Дополнены советами по технологии заготовок.

СОДЕРЖАНИЕ ЖУРНАЛОВ ВКЛЮЧАЕТ РАЗДЕЛЫ:

- рецепты солений и маринадов из овощей и грибов, с которыми справится даже начинающий кулинар, а также рецепты, которые удивят и заинтеригуют опытных;
- разнообразные вариации смешанных консервов как с классическим сочетанием ингредиентов, так и с экзотическим;

- рецепты консервированных закусок, которые подойдут для ежедневного потребления и праздничного стола, а также послужат полуфабрикатами для приготовления супов и других повседневных блюд;
- рецепты, заимствованные из кухни разных народов мира, адаптированные под российские особенности;

- кулинарные технологические приемы по всем этапам консервирования: от выбора специй и гаджетов для кухни и до правильной стерилизации и дозирования продуктов.



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

ozon.ru¹

wildberries.ru²

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: журнал ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ДАЧНИКА

¹ 000 «Интернет решения», 123112, г. Москва, Пресненская наб., д. 10, эт. 41, пом. 1, комн. 6. ОГРН 1027739244741. ² 000 «Вайлдберриз», 142181, МО, г. Подольск, д. Коледино, территория Индустриальный парк «Коледино», д. 6, стр. 1. ОГРН 1067746062449

ВСЕ ЖУРНАЛЫ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

