



№16
(585)

ТВ-программа с 24 по 30 апреля 2023 года

ТЕЛЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**ПЕЧЁМ ПИРОГИ
ПО СТАРИННЫМ
РЕЦЕПТАМ**

стр. 10

**НАРАЩИВАНИЕ
НОГТЕЙ:
ГЕЛЬ ИЛИ
АКРИЛ?**

стр. 12

**ЕЛЕНА
ВАЛЮШКИНА**
**Я НАХОЖУСЬ В ГАРМОНИИ
С ТЕМ, ЧТО ИГРАЮ**

стр. 6

«СКЭНАР»:

**восстановление
без лекарств**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ
СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 5

**КАК ВЫБРАТЬ
ПОДХОДЯЩИЙ
РЮКЗАК**

стр. 19

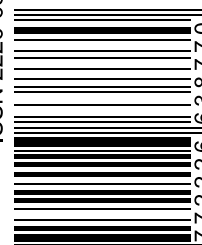
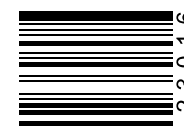
**КОГО ЖДЁТ
СЧАСТЬЕ
В НОВОМ
БРАКЕ?**

стр. 4

12+

Фото из личного архива Елены Валюшкиной

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 2 3 0 1 6

БОЛИТ СЕРДЦЕ, СКАЧЕТ ДАВЛЕНИЕ, БОЛЬ И ШУМ В ГОЛОВЕ?



Декларация соответствия
ЕАЭС N RU Д-РУ.РА05.В.02021/19

АКЦИЯ 50x50

При покупке 3* уп. 3 уп. в подарок

Инфаркты и инсульты – причина почти 70% от всех смертей в мире. Бесперебойная работа системы кровообращения, состоящей из сердца как мышечного насоса и сети кровеносных сосудов, – необходимое условие нормального функционирования организма.

Растительные капсулы «Кардиоцепс» помогают справляться с сердечно-сосудистыми заболеваниями. «Кардиоцепс» гармонично воздействует на весь организм и даже при самых серьезных нарушениях способствует нормализации состояния сосудов, крови, лимфы, мозга и сердца. Курсовой прием препарата позволяет привести в порядок давление, устранить спазмы сосудов головы, нормализовать сердечный ритм. Организм самостоятельно укрепляет и расширяет сосуды, повышает их тонус, улучшает ток крови, рассасывает тромбы и предупреждает образование новых, что дополнительно служит профилактикой закупорки сосудов, работает на улучшение состава крови и поддерживает сердечную мышцу.

Капсулы «Кардиоцепс» эффективно и направленно помогают организму воздействовать на причину заболевания, если у вас:

- ✓ повышенное или пониженное артериальное давление (нестабильное состояние артериального давления – способствует стабилизации нормального рабочего давления на длительный срок);
- ✓ ишемическая болезнь сердца (стенокардия);
- ✓ отеки сердечного и почечного происхождения; нарушение кровоснабжения конечностей;
- ✓ сильные спазмы сосудов головы, головные боли – устраняет боль, тошноту и другие симптомы, вызванные повышенным давлением;
- ✓ хроническая гипертония (или гипотония); сердечно-сосудистая недостаточность различной этиологии;
- ✓ был инсульт и инфаркт;
- ✓ нарушение функций головного мозга (в т.ч. болезнь Альцгеймера, рассеянный склероз, ухудшение памяти, эпилепсия, головокружения, нарушения сна и т.д.);
- ✓ нарушения зрения и слуха;
- ✓ анемия; общая слабость, упадок сил.

АКЦИЯ!



Каждому покупателю бамбуковая антивозрастная омолаживающая маска и гигиеническая заживляющая помада на алоэ **БЕСПЛАТНО**



При покупке 4 упаковок 2 упаковок в ПОДАРОК*

Декларация ЕАЭС N RU Д-РУ.РА01.В.56514/21

Состав: экстракт ливневницы, экстракт черники, мумие, экстракт клевера, экстракт бадана, экстракт облепихи, экстракт зеленого чая.

Какой самый большой орган в теле человека? Мало кто знает. Даже студенты-медики часто ошибаются. На самом деле самый большой орган – это наша сосудистая система. 2,5 раза можно опоясать планету сосудами 1 человека. Представьте. Если «расплести» все сосуды человеческого тела и связать их в одну длинную нить, то длина этой нити будет примерно 100 000 километров. Чтобы было понятнее – длина экватора Земли 40 000 километров. Как вам такой масштаб? Сосуды – это не просто трубочки, по которым течёт кровь. Это сложный и единый орган, сбой в котором сразу же вылезает в болячку.

Плохие сосуды на ногах – варикоз, постоянные отёки и вечная тяжесть в ногах.

Забилась сосуды, питающие печень, – гепатоз. Горечь во рту. Съел чуть жирного – получи горькую отрыжку.

ЧИСТЫЕ СОСУДЫ – ЗАЛОГ ВАШЕГО ДОЛГОЛЕТИЯ

Ослабли и замусорились сосуды в суставах – усыхают хрящи. Хрустят и болят суставы, одолевает остеохондроз, вылезают грыжи.

Потеряли тонус сосуды прямой кишки – распухает пилывыми шишками геморрой.

Глазные сосуды – падает зрение, рябит в глазах, прилетают мушки. Развивается катаракта. Покраснение глаз, что часто мы списываем на усталость, на самом деле микрокровоизлияния – разрывы мельчайших глазных капилляров.

Затрудняется мозговое кровообращение – получите головокружение, шум в ушах и забывчивость.

И конечно же, царица плохих сосудов – её величество Гипертония. А гипертония – это мать инсульта и сестра инфаркта.

Сосуды – это наша система питания, по сосудам движется сама жизнь. Перекрой важный участок трассы – и жизнь остановится.

Поэтому я не устану повторять: хотите жить полноценной жизнью – почистите и восстановите сосуды. Чистые сосуды – ключ к излечению от 90% хронических заболеваний, некоторые из которых считаются «неизлечимыми».

Чем очистить сосуды от холестерина, тромбов и известки? – Давайте конкретный врачебный совет. Вот есть условная Валентина Петровна из Воронежа. 57 лет, имеет лишний

вес, гипертонию и варикоз. На погоду реагирует с точностью барометра – ломит суставы, одолевают слабость и сонливость, раскалывается голова.

Как помочь Валентине Петровне? Чем ей почистить сосуды, не идя на поклон к врачам и не выслушивая нравоучения?

– Но Валентина Петровна прекрасно справится сама.

Для безопасной чистки сосудов я могу назвать только одно средство с безупречной репутацией – «Ливневница сибирская. Чистые сосуды».

Ливневница сибирская продлевает жизнь на 11-17 лет, наполняя её энергией и лёгкостью, а не ценой мучений и утраты последних жизненных сил.

Безопасна, как травяной чай. А по эффективности стоит на втором месте после хирургической чистки сосудов – стентирования. Но в отличие от хирургии не имеет осложнений и побочных эффектов. Курсом очищает все сосуды организма. От крупных толстых артерий до мельчайших нежных капилляров.

«Ливневница сибирская. Чистые сосуды» – это смесь растительных экстрактов, которые пробуждают живые молекулы. Эти аккуратные уборщики вымывают из сосудов холестерин, слизь, прилипшие к стенкам густки крови – тромбы, кальциевый налёт – остатки медикамен-

тов. Всё, что мешает свободно течь крови.

Грязь, которая копилась годами, отравляя вам жизнь, вымывается за 1,5-2 месяца приёма. За полтора месяца «Ливневница сибирская» растворяет и выводит 4 кг холестерина в виде бляшек. Разжижает 800-900 г тромбовой массы и вымывает 350-400 г кальциевой известки. Вместе с ними растворяются головные боли, рассеивается шум в ушах. Мозг, получая полноценное питание по чистым сосудам, работает со скоростью суперкомпьютера. Мысли ясные и чёткие.

Чувства обостряются. Улучшается слух, вы можете разобрать даже тихую беседу в соседней комнате. Запахи играют новыми красками. Уходят заложенность носа, хронический насморк, аллергии. Бронхи расправляются. Дыхание ровное и свободное. Свежий воздух, наполняя лёгкие, растекается по телу приятными волнами, вызывая чувство лёгкой эйфории. Вкусы становятся яркими и насыщенными. Привычная еда доставляет непривычное удовольствие. Пропадает постоянная тяга к сладкому и жирному.

«Ливневница сибирская. Чистые сосуды» запускает цепную реакцию восстановления организма.

ВОССТАНОВИТЬ ЗРЕНИЕ БЕЗ ХИРУРГИИ И ЛАЗЕРНОЙ КОРРЕКЦИИ



Декларация о соответствии ЕАЭС N RU Д-РУ.РА05.В.02271/22 от 27.07.2022

При покупке 6 упаковок капсул 3 упаковки капель в ПОДАРОК*

Инновационный усиленный комплекс «ГлаЗдрав» состоит из двух препаратов – капсул и глазных капель «ГлаЗдрав». Данный комплекс рекомендуется для наружного и внутреннего применения. Комплекс «ГлаЗдрав» – это 100% натуральный состав, что сегодня на нашем рынке большая редкость.

Капли «ГлаЗдрав» достаточно просты и безопасны в применении, они эффективно применяются для и лечения глаукомы, устраняют слезоточивость, приостанавливают процесс ухудшения зрения и позитивно действуют на остроту зрения. Комплекс рекомендован специалистами для прогрессирующей ранней, старческой и диабетической катаракты, предотвращает помутнение хрусталика. Ваши глаза получат необходимые витамины и минералы.

Препарат не только восстанавливает зрительные функции глаз, но и нормализует давление глазного дна, усиливает капиллярное

кровообращение, снабжая ткани кислородом, повышает упругость, эластичность кровеносных сосудов и стимулирует их, при этом происходит питание хрусталика, предотвращаются катаракта и глаукома. Человек обретает четкое зрение без тумана, мушек, сухости, слезотечения.

В совокупности внутреннего и наружного применения комплекса «ГлаЗдрав» человек получает мощную поддержку по защите и оздоровлению органов зрения, устраняет и предупреждает целый ряд глазных заболеваний и получает возможность избежать операции. **Молодость и здоровье ваших глаз без лазерной коррекции и хирургии.**

Комплекс рекомендуется:

- при глаукоме;
- при катаракте;
- при кератитах;
- при демодекозах, конъюнктивите, блефарите;
- при дальнозоркости и близорукости;
- при атрофии зрительного нерва;
- для повышения остроты зрения;
- для устранения слезоточивости и чувствительности к свету глаз;
- для снятия зуда и покраснения;
- для избавления от ячменей;
- для устранения общей утомляемости глаз;
- при возрастных изменениях органов зрения;
- при заболеваниях периферического отдела глаз.

ОСТРЫЙ УМ: ЗАЩИТА ВАШЕГО МОЗГА



Декларация соответствия ЕАЭС N RU Д-РУ.РА03.В.01468/21

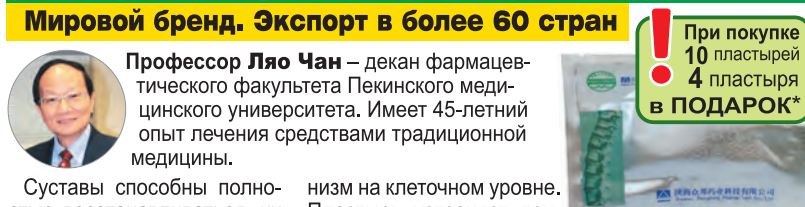
При покупке 4 упаковок 2 упаковки в ПОДАРОК*

Капсулы «Секрет Дали» с лецитином целенаправленно воздействует на повышение умственной работоспособности, способствует замедлению дегенеративных процессов, укреплению памяти, ясности сознания, повышению интеллекта, активации психической деятельности и увеличению скорости реакции. Способствует нормализации кровообращения, активизации восстановительных процессов в печени, улучшению обмена веществ.

Препарат может помочь при следующих проблемах:

- при возрастных нарушениях: ухудшении памяти, забывчивости, рассеянности; болезни Паркинсона;
- при шуме в ушах, головокружении;
- при агрессии, эмоциональной лабильности, постоянном чувстве страха, тревоги;
- при бессоннице и других нарушениях сна;
- при слабоумии, аутизме;
- при эпилепсии;
- при рассеянном склерозе;
- для восстановления структуры печени, в т.ч. при ожирении печени; регулирует выработку желчи, препятствует образованию желчных камней; предупреждает развитие цирроза при злоупотреблении алкоголем;
- для нормализации уровня холестерина в крови.

НОВЫЙ ПОДХОД К ЗАБОТЕ О СУСТАВАХ И ПОЗВОНОЧНИКЕ



Свид-во N RU 40. 0105. 001.E. 003936.06.12 от 18.06.2012 г.

Мировой бренд. Экспорт в более 60 стран



Профессор Ляо Чан – декан фармацевтического факультета Пекинского медицинского университета. Имеет 45-летний опыт лечения средствами традиционной медицины.

Суставы способны полностью восстанавливаться, их можно и нужно восстанавливать. Основная проблема болезни – износ. На суставы и хрящи постоянно идет большая нагрузка, поэтому хрящевая ткань теряет эластичность, истончается и стирается. Отсюда щелчки, воспаления, прострелы, боли, остеохондроз, новообразования (грыжи) и деформация кости (артроз).

Ортопедический пластырь ZB Pain Relief (ЗБ Пейн Релиф) является средством восстановления, которое «перезапускает» орга-

низм на клеточном уровне. Пластырь устраняет причину самих болей и возвращает суставы и позвоночник в первоначальное, нормальное состояние, попутно купируя болевую симптоматику и воспаление. Принцип простой: состав правильно подобранных трав **ортопедического пластыря** напрямую впитывается в хрящи практически моментально. Входящие в состав **пластыря** активные компоненты стимулируют кровообращение, усиливают обмен веществ, уменьшают ско-

пленность в суставах и позвоночнике и устраняют болевые ощущения. Дискомфортные ощущения исчезают практически сразу.

Даже за одно применение пластыря вы активизируете около 930 000 клеток, которые служат пользой вашему кровотоку. Здесь главное – стабильность. Добавьте в свою жизнь комфорт и лёгкость движения!

ПРОСТАТИТ, АДЕНОМА, ИМПОТЕНЦИЯ



Свид-во N RU 40. 0105. 001.E. 003936.06.12 от 18.06.2012 г.

ZB Prostatic Navel Plaster (ЗБ Простатик Навел Пластер)



Ли Чжао, профессор, консультант медицинского центра «SINC» (Shanghai New Internal Expo Centre – Шанхайский новый международный центр).

При покупке 10 пластырей 4 пластыря в ПОДАРОК*

Учеными было найдено уникальное решение – урологический пластырь, который позволит восстановить простату полностью в домашних условиях.

Проблемы, от которых может избавиться пластырь:

- Простатит на любой стадии.
- Аденома предстательной железы.
- Мужское бесплодие.
- Частые походы в туалет и болевые ощущения во время мочеиспускания.
- Болевые ощущения в области мошонки, а также промежности.
- Недостаточная работа почек.
- Нефрит.

Преимущества средства: 1. Не имеет аналогов на отечественном рынке. 2. Позволяет быстро избавиться от заболеваний мужской мочевыделительной системы. 3. Абсолютно безвреден. 4. Действие одного пластыря длится на протяжении трех суток. 5. Побочные эффекты и дискомфорт от применения пластырей отсутствуют.

Заказать продукцию со скидкой и получить подробную консультацию можно по телефону **8-800-500-52-61** звонок по России бесплатный. График работы: с 8:00 до 20:00 по московскому времени. Доставка СДЭК и Почтой России бесплатно.

* Срок проведения акции – с 17.04.2023 по 17.07.2023 г. Организатор акции и продавец: ИП Бектуганов Константин Александрович. ОГРНИП 320784700194195 от 03.09.2020 г. ИНН 180803519260. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону 8-800-500-52-61. Реклама

Телеканал Домашний 20 апреля представит премьеру четырёхсерийной мелодрамы «Ателье счастья», где главные роли исполнили Никита Бурячэк и Анастасия Безбородова. Анастасии роль Светланы пришлось по душе.

Анастасия БЕЗБОРОДОВА:

Сегодня моя главная роль – мама»

По ее собственному признанию, она буквально прожила ее, настолько многие моменты были актрисе знакомы. Только, в отличие от Светы, Анастасия никогда не опускала руки, твердо уверенная, что за каждой закрытой дверью открывается новая...

Принцип бумеранга

– Анастасия, слово «счастье» в названии фильма в сё-таки обнадёживает...

– Мне кажется, каждый человек, погружаясь в очередную чужую историю, ждет ее счастливого окончания. Я не буду рассказывать сюжет, скажу лишь, что попереживать за наших героев все-таки придется. Известная фраза о том, что люди относятся к тебе так, как ты относишься к ним, работает отчасти. Но в нашем случае она актуальна. Потому что мою героиню невозможно не любить. Она сумела сохранить в себе детское ощущение мира, открыта людям, добра, помогает нуждающимся в тяжелых ситуациях, поскольку работает на бирже труда. Но в какой-то момент вдруг сама остается без работы, без мужа и чуть ли не на улице. Помогают ей выстоять в этой ситуации лучшая подруга и бывший одноклассник, которые напевают ей, что она отлично шьет, могла бы открыть собственное ателье. Так в жизни Светланы начинается новая полоса, которая приводит к переменам как на работе, так и в личной жизни.



ДЕТАЛИ

Впереди огромная жизнь

– Когда актёры начинают свою карьеру, у них, как правило, завышенные ожидания. Но заканчивается учёба, начинается работа, а вместе с ней неизбежные разочарования...

– К сожалению, не без этого. А как по-другому? Все молодые, амбициозные, хотят работать, верят, что впереди блестящее, интересное будущее. Но заканчивается учёба, начинаешь работать в театре, и тебе говорят, что ты ровным счетом ничего не можешь, начинают снова учить. Так постепенно меняется твое мировоззрение, ты реальнее оцениваешь действительность. Но мне сегодня нравится мое понимание профессии, то, где сейчас нахожусь и что делаю. В данный момент я нахожусь в своей главной роли – мамы, и впереди – огромная жизнь.



Никита Бурячэк и Анастасия Безбородова в фильме «Ателье счастья».

Пожелание читателям «ТЕЛЕКа»:

– Желаю жить сегодняшним днем, находить радость в простых вещах, мелочах. Не жалеть о прошлом и воспринимать негативные моменты как опыт.

«Верю в чудеса и сказки»

– Анастасия, а вы сами верите в такие истории?

– Конечно, в жизни еще и не такие ситуации случаются, покруче, но никогда не надо отчаиваться, опускать руки. Я верю в чудо, в добрые сказки, поэтому мне не сложно было играть свою героиню. Мы в чем-то похожи. У меня у самой трое детей, муж, в жизни было достаточно испытаний. Но я все равно находила радость жить, и точно знаю, что, если в

– У меня не такая большая фильмография, но то, что вышло, да, смотрю. Это как работа над ошибками.

здоровой, чтобы на столе были только натуральные продукты.

Многодетная мама

– Вы такая молодая мама. Сколько же лет вашим детям?

– Старшему 9, среднему 7 и 1,5 года самому маленькому.

– Неужели сами со всеми справляетесь?

– Пока да. Иногда помогают бабушки, но, по правде говоря, стала задумываться о няне, поскольку очень важно оставаться в обойме, чтобы не растерять мастерство.

– Вы строгая мама?

– Увы. Сыновья вьют из меня веревки (улыбается).

«Я не ангел»

– В декретном отпуске были недолго, быстро вернулись к работе. Со скучились?

– Да, всего четыре месяца назад я вышла из декретного отпуска и вернулась в Новый драматический театр, где служу с момента окончания театрального училища. Я занята во многих репертуарных спектаклях, и у меня главные роли. Для актрисы очень важно оставаться в обойме, чтобы не растерять мастерство.

– Режиссеры чаще всего предлагают вам роли однопотипные, этаких лирических страдающих героинь. А тут увидела вас в мюзикле «Удалой молодец – гордость Запада», где вы веселая, озорная, полная противоположность тому, что играли раньше...

– Очень радуюсь этой роли. Что самое интересное – по природе своей я как раз хохотушка, озорная, как моя героиня, внешность моя обманчива. Когда люди знакомятся со мной ближе, удивляются: «Ты, оказывается, такая чертовка, вовсе не ангелочек» (смеется). Поэтому надеюсь, что и другие режиссеры увидят меня с другой стороны, раскроют мой потенциал.

Наталья АНОХИНА

Постоянная работа над собой

– Теперь понимаю, откуда у вас такая прекрасная физическая форма. С тремя детьми только успевай крутиться...

– Да, с мальчишками не полежишь. Но, если честно, я работаю над собой – совершаю пробежки (после бега у меня всегда поднимается настроение и прибавляется сил), занимаюсь йогой, слежу за питанием. Главный критерий – чтобы еда была

жизни одна дверь закрывается, обязательно открывается другая, как это случилось у моей Светланы. Перед ней закрылись все двери, но отворилась новая, которая открыла многое в ней самой. До этого она не знала, что свой талант можно монетизировать и превратить в смысл жизни.

– Скоро этот сериал увидит зритель, а сами будете его смотреть? Вообще, пересматриваете фильмы со своим участием?



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ОПЫТНЫЕ ДИЗАЙНЕРЫ

ВОПЛОТЯТ ЛЮБУЮ ВАШУ ИДЕЮ!

★ ПОЛИГРАФИЯ
★ СУВЕНИРКА
★ НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

ОЧЕНЬ ДОСТУПНО И ВЫГОДНО!

БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ПЕРЕПЛАТ!

8 (903) 008-80-03

РЕЧНЫЕ КРУИЗЫ!

теплоход «Михаил Танич» экскурсии включены!
2 – 8 мая 2023 (7 дней) от 28 800 руб. / чел.
Москва – Углич – Мышкин – Кострома – Кинешма – Ярославль – Калязин – Москва

теплоход «Александр Свешников» экскурсии не включены!
15 – 23 мая 2023 (9 дней) от 62 500 руб. / чел.
Москва – Константиново – Касимов – Павлово – Нижний Новгород – Муром – Касимов – Рязань – Москва

теплоход «Александр Свешников» экскурсии не включены!
24 мая – 2 июня 2023 (10 дней) от 65 500 руб. / чел.
Москва – Константиново – Касимов – Павлово – Нижний Новгород – Муром – Касимов – Рязань – Щурово (Коломна) – Москва

теплоход «К. А. Тимирязев» экскурсии включены!
29 мая – 9 июня 2023 (12 дней) от 57 200 руб. / чел.
Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Чебоксары – Тетюши – Болгар – Казань – Свяжск – Козьмодемьянск – Макарьево – Городец – Кострома – Калязин – Москва

3-разовое питание, развлекательные программы включены!
В наличии есть различные даты круизов с апреля по ноябрь 2023 года!
Мы предлагаем разные круизные направления: до Соловецких ос-вов (13 дней), до Санкт-Петербурга, Кижей и Валсама (6-8 дней), до Астрахани (19 дней), до Перми (16 дней), по Белоруссии (8 дней), морские круизы из Сочи в Турцию.

ap-travel.ru 8 (495) 166-84-91

ОТЛИЧНАЯ РАЗБОРЧИВОСТЬ РЕЧИ ПО ОТЛИЧНОЙ ЦЕНЕ!

Чистый натуральный звук обеспечит комфорт и полноценное общение!

В нашем ЦЕНТРЕ СЛУХА Вы сможете приобрести ЦИФРОВУЮ СЛУХОВУЮ АППАРАТ

Швейцарское качество!

8 (495) 517-10-71
8 (499) 769-51-29
8 (925) 477-20-47

Ст. м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, д. 8. Первый вагон из центра, после турникетов направо, при выходе на улицу – налево, 100 метров от метро.

РУ РЗН № РЗН 2020/11896 от 09.09.2020 ООО «АЭРОН» Реклама

СЕКРЕТ УСПЕХА

Идеальный сотрудник: какой он?

Давайте попытаемся найти основные черты идеального работника, с которыми сможет согласиться каждый (или почти каждый) руководитель.



ДЕЛАЙ ХОРОШО ИЛИ НЕ ДЕЛАЙ СОВСЕМ

Каким бы большим ни был опыт сотрудника, сколько бы знаний, умений и навыков он ни демонстрировал, важно, чтобы дело, за которое он брался, было сделано вовремя и выполнено качественно.

КОМАНДНЫЙ ИГРОК

Даже если сотрудник грамотный и перспективный, важно, чтобы он умел работать в команде. Насколько хорошо он умеет это делать, настолько хорошо будет налажена коммуникация между ним и остальными участниками процесса.

СПОКОЙСТВИЕ В ПРИОРИТЕТЕ

Все чаще возникает необходимость сохранять спокойствие и самообладание в стрессовых ситуациях. Обычно это связано со спецификой организации. В одной организации рабочий процесс происходит в условиях многозадачности, в другой – под давлением клиентов или руководителя, в третьей – постоянные дедлайны не дают спокойно дышать... И только тот, кто сохранит хладнокровие и острый ум, продолжит решать рабочие вопросы без нервных срывов и появления заболеваний.

УМЕНИЕ БРАТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Далеко не каждый сотрудник готов брать ответственность за свои решения, ведь гораздо проще ее переложить на другого (особенно, если ситуация для этого подходящая). Тот, кто готов ответить за результат своих действий, будет определенно перспективнее.

Первый семейный опыт не всегда бывает удачным. Но не это самое печальное.

Куда хуже, если расставание с первым мужем становится для женщины настолько болезненным, что она еще несколько лет не может даже думать о других отношениях. Научиться вновь доверять противоположному полу сложно, но со временем раны затягиваются, и опять хочется услышать марш Мендельсона. Чтобы все получилось, нужно распрощаться с вредными стереотипами.

«Я теперь никому не нужна»

СТЕРЕОТИП 1

После развода многие женщины ставят на себе крест, особенно если остались с ребенком на руках. Такое отношение к своей персоне не подарит вам желанного счастья.

Для начала стоит позволить себе пожить немного для себя и ребенка, успокоиться, обрести утраченную гармонию в душе. Главное – оставить в прошлом старые обиды и неудачные отношения. А когда душевное равновесие будет восстановлено, вспомните: по данным социологов, большинство мужчин рассматривают женщин за 35 с детьми положительно. Поэтому – долой самокопание и апатию, у вас все будет хорошо! Как показывает практика, счастье улыбается тем, кто настроен оптимистично. Главное – выбрать правильную стратегию поведения...

Уж замуж невтерпёж... Опять?



СТЕРЕОТИП 2 «Думая о новых отношениях, я предаю ребёнка»

Порой женщины сознательно отказываются от поисков личного счастья, полностью посвящая себя ребенку. Им кажется, что так будет лучше и для них, и для малыша. Но на самом деле женская неудовлетворенность непременно даст о себе знать в виде срывов, комплексов и обид. Ребенку тоже будет сложно расти в условиях гиперопеки, а в будущем строить независимую жизнь. Поэтому начинаем действовать с умом!

● Избавляемся от чувства вины («Я бросаю ребенка ради своих удовольствий»). Желание устроить личную жизнь естественное, вы действуете и в своих интересах, и в интересах малыша – ему нужна счастливая мама.

● Преодолеваем сомнения и трусость, перестаем прикрывать бездействие интересами ребенка – все это от неуверенности, развившейся после краха брака.

● Наступив на горло своей гордости, просим близких о помощи: посидеть с малышом, когда необходимо.

● Возвращаем себе женственность: 80 % времени – ребенку, 20 % – себе (прическа, одежда, интересы, встречи). Продумываем новый образ – ничего кричащего и вызывающего. Мужчины обращают внимание на ухоженную, а не расфуфыренную женщину.

Всё-таки женщины умнее мужчин. Ещё ни одна женщина не вышла замуж из-за того, что у её избранника красивые ноги.



«Хоть какой, лишь бы муж»

СТЕРЕОТИП 3

На самом деле ваша цель – не поиски мужа, а поиски родственной души, приятного вам человека. Поэтому не замыкайтесь в четырех стенах: живите, работайте, общайтесь вживую и через интернет.

Обогащайте круг своих интересов, путешествуйте.

Не пытайтесь искать и удерживать мужчину. Женская энергия – стабильность, а мужская – поиск и завоевание. Пусть Он найдет вас, и все сложится само собой.

И не отчаивайтесь, если мужчина «испарился», узнав о ребенке. Скорее всего, он был инфантильным и не готовым к ответственности. Присмотритесь повнимательнее к той категории мужчин, которых наличие ребенка не испугает: папы-одиночки или те, у кого уже есть дети от первого брака.

Главный совет, который дают психологи, – не торопиться. Пока вы не уверены в своих чувствах и намерениях избранника, приводить его в свою маленькую семью не стоит. Иначе потом придется объяснять ребёнку, куда исчез очередной «папа».

Представьте мужчину как друга. Пусть малыш сам составит мнение о новом знакомом. Так будет меньше конфликтов, капризов и предвзятого отношения.

Дайте ребенку время привыкнуть к новому человеку в вашей жизни. Не забывайте постоянно повторять, как любите его (ребенка) и что именно он – самый важный для вас человек.

Достаточно взрослый ребенок (старше 5-7 лет) может воспринимать нового знакомого как конкурента папы, особенно если общение с родным отцом не прерывается. Поэтому может относиться к новому человеку враждебно. Обязательно спокойно поговорите с ребенком, объясните, что жить вместе с папой вы уже не будете, но вам важно иметь рядом друга и близкого человека.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Как представить нового папу?

СОВЕТ

О курином яйце и не только

Согласно одной из легенд, первым, кто поднял вопрос вопросов: что было сначала – яйцо или курица, был великий Аристотель. После долгих размышлений, поисков решения, доводов оппонентов и советов единомышленников античный философ сделал заключение, что они появились одновременно. А вот с точки зрения теории Дарвина первым было яйцо, так как оно является самой большой клеткой (а мир возник из мельчайших «самооживившихся» клеток). Так, или иначе, или истина в третьем – спорить не станем. А посвятим нашу сегодняшнюю викторину яйцу.

1 Наука, которая изучает яйца, называется оология. Собрания яиц (такая коллекция называется оотека) хранятся в основном в зоологических музеях. А как называется коллекционирование яиц?

- а) Дологофилия.
б) Каламофилия.
в) Лепидоптерофилия.

2 Скорлупа яиц на первый взгляд кажется плотной, но на самом деле структура её пористая. Через эти поры проходит воздух, например, для цыпленка. Исследователи подсчитали, что скорлупа куриного яйца имеет 7500 пор, и отметили, что через поры в яйцо поступает кислород, а углекислый газ и влага выводятся из яйца. Как рекомендуют класть яйца при длительном хранении?

- а) Острым концом вверх.
б) Тупым концом вверх.
в) Уложить в лоток яйца боком.

3 Это блюдо с яйцами – гоголь-моголь – было связано с потерей голоса. По службе изобретатель блюда, дьяк Гогель, пел в хоре, и потеря голоса была для него критичной. Перепробовав множество средств, однажды житель Могилёва нашёл нужное. Выпив болтушку из сырых яиц, чёрного хлеба и соли, бедолага избавился от хвори. Потом это средство усовершенствовала графиня Потоцкая – она заменила соль на мёд, а хлеб и вовсе убрала, создав сладкую версию. Вспомните, в каком фильме один из персонажей восстанавливал голос при помощи сырых яиц?

- а) «Приходите завтра», Фрося Бурлакова, приехавшая в столицу, чтобы стать актрисой и певицей.
б) «Веселые ребята», Лена, дочь хозяйки дома, где работала Анюта.
в) «Волга-Волга», письмоносица Петрова (Стрелка).

ОТВЕТЫ

1-а. Дологофилия. **2-б.** На тупом конце яйца находится большее количество пор, что улучшает вентиляцию внутри. **3-б.** «Веселые ребята», Лена, дочь хозяйки дома, где работала Анюта.

ЕСТЬ ЛИ ЖИЗНЬ БЕЗ ЛЕКАРСТВ?

ТАЙНА РАСКРЫТА. УЧЕНЫЕ НАШЛИ РАЗГАДКУ НАШИХ БОЛЕЗНЕЙ

Вы помните детство? Вы несётесь сломя голову и вдруг падаете... Колени содраны. Вы с ужасом наблюдаете последствие своего «полёта». Кажется, что они больше никогда не станут прежними...

Но, о чудо, на следующий день ранка уже затянута. Клетки кожи «понимают», что есть необходимость действовать и начинают делиться. И как бы «заштопать» больное место. Организм создаёт защитную плёнку, через которую не проникают бактерии. И Ваше колено постепенно возвращается в первоначальный вид.

Уже давно доказано, что не только разбитые колени, но весь наш организм может самовосстанавливаться. Но почему же этого не происходит? Почему до сих пор мы охаем и ахаем? Закатываем глаза от боли и тянемся к аптечке?

Да потому, что с развитием цивилизации (плохая экология, бесконтрольный приём лекарств и т. д.) наш организм стал разбалансированным. И просто «забыл», как помогать себе. Поэтому важно, а главное можно помочь ему вспомнить. Причём в любом возрасте!

Изобретение российских учёных, про которое сегодня пойдёт речь, и есть такой помощник для каждого из нас. Поэтому если Вы хотите жить, а не доживать, обязательно прочтите эту статью до конца!

«СКОРАЯ ПОМОЩЬ» И ПОЛИКЛИНИКА В «ОДНОМ ФЛАКОНЕ»

А началось всё ещё в далеком 1981 году. Когда один молодой врач-невропатолог заинтересовался медицинской электроникой. Очень быстро к нему присоединились другие специалисты, заряженные на создание новой медицинской техники.

С тех пор учёными было проведено множество исследований. А технология совершенствовалась. Так, из опыта, знаний и жажды помощи людям появился шедевр медицинской техники – аппарат «Скэнар». Который уже изменил жизнь тысяч людей!

Компактный, не больше пульта от телевизора. Но сколько же в нём силы! И все, кто хоть раз пользовался «Скэнар», быстро понимают, что это не только аппарат. Это Ваш личный ТелоХранитель от огромного числа заболеваний.

Это кажется невероятным, но «Скэнар» способен снять боль абсолютно любого происхождения. Это же просто потрясающе!

Тем более что пользоваться им очень просто (с пультом от телевизора Вы же разобрались?).

Проведение процедур не требует от Вас особых навыков. Вы сами можете оказывать себе помощь, где угодно и когда угодно. Не зря «Скэнар» называют «Скорая помощь». Как же он действует? И почему он один может заменить целую аптечку?

СУПЕРТЕХНОЛОГИИ У ВАС В КАРМАНЕ

«Скэнар» – это медицинский аппарат нового поколения. Одобрённый Министерством здравоохранения России. В нём удивительным образом успешно сочетаются традиционные методики (акупунктура) и современные технические достижения (ЧЭНС-терапия). Аппарат через кожу воздействует на нервные волокна особыми электроимпульсами. Которые близки к Вашим собственным.

Мозг воспринимает эти импульсы как сигнал, поступивший от нервной системы. И «включает» механизм самовосстановления. И Ваш организм сам (Сам! Представляете, без врачей и лекарств!) находит брешь и даёт команду клеткам «латать» пробойну. Как разбитую колёнку. Здорово, правда?

И вот, постепенно Ваша сердечно-сосудистая система приходит в норму. А вместе с ней и давление. Голова лёгкая и ясная. Вы давно себя уже так не чувствовали.

Суставы больше не скрипят как несмазанная телега. Боль ушла. Движения лёгкие и свободные. Будто и не болело ничего никогда. Да и ЖКТ пришёл в норму. Тяжесть после еды, вздутие, запоры – всё это для Вас осталось в прошлом.

Очень скоро Вы и сами поймёте, что со «Скэнар» и не такое возможно! Посмотрите, при каком широком круге заболеваний он может помочь.

ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ:

- **заболевания опорно-двигательного аппарата (в т.ч. параличи);**
- **неврологические заболевания;**
- **заболевания желудочно-кишечного тракта;**

- **заболевания почек и мочевыводящих путей;**
- **заболевания органов дыхания;**
- **заболевания ЛОР-органов.**

КАК НЕ РАЗОРИТЬСЯ НА ЛЕКАРСТВАХ?

Сами знаете, здоровье стоит дорого. Особенно если оно пошатнулось. Но как сделать так, чтобы неожиданно не оставить все деньги в аптеке? И при этом не нажить себе ещё больших проблем? Здесь просто нужен грамотный подход. И проверенный уже тысячами людей на себе метод.

Аппарат «Скэнар» позволит Вам сэкономить на дорогих лекарствах. Стоимость которых часто завышена. И не соответствует лечебному эффекту.

Болит голова? Выбрали программу и провели процедуру. Замучила боль в суставах? Нажали другую кнопку, и вот уже лечите колено. К тому же пользоваться им можно всей семьёй.

Всего месяц такой терапии, и Вы с удивлением заметите, что в домашней аптечке больше нет необходимости. Вы в неё просто не заглядываете! А сколько денег при этом сэкономите за месяц? А теперь умножьте эту сумму на 12. Впечатляет? Оказывается, и пенсия не такая уж маленькая. Просто Вы много тратили на лекарства.

Но Вы знаете главный секрет. И всё будет иначе.

НОМЕР ОДИН

Так чем же «Скэнар» отличается от других аналогичных аппаратов? И почему своё здоровье нужно доверить именно ему?



Возьмите пальцами кубик льда. Что Вы почувствуете? Холод на кончиках пальцев.

Вы удивитесь, но через какое-то время ощущение холода существенно снизится. Это значит, клетки привыкли к однообразному импульсу. И перестали реагировать. «Скэнар» тоже действует на клетки раздражая Ваши нервные рецепторы.

Вот только импульс аппарата постоянно меняется. И клетки организма не могут к нему привыкнуть. Поэтому эффект от процедур не теряется.

Эта главная особенность позволяет достичь потрясающего результата за короткие сроки. На что у других аналогичных аппаратов уйдёт больше времени или чего не получится достигнуть вообще.

Со «Скэнар» проходит за пару процедур. Так зачем терять время?

МИРОВОЙ СТАНДАРТ КАЧЕСТВА

«Скэнар» – это не просто рядовой аппарат. Это мировой стандарт. Гордость отечественной медицины!

Он применяется не только в России, но и далеко за её пределами.

Аппарат «Скэнар» давно уже вышел на мировой уровень. И занимает достойное место среди европейской медицинской техники. Он даже прошёл добровольную сертификацию в странах Евросоюза. Где вы ещё такое увидите?!

И вот теперь люди в Австралии, США, Южной Корее, Мексике, Канаде (и ещё 30 странах) тоже лечатся аппаратом «Скэнар».

И поверьте, они очень благодарны, что есть такая возможность. Потому что медицина на западе не просто дорогая. А очень дорогая.

И «Скэнар» даёт потрясающую возможность получить доступную медицинскую помощь. Которая по эффективности практически не уступает процедурам на профессиональном оборудовании в лучших клиниках.

Представляете, да ещё и не выходя из дома!

Согласитесь, это же просто фантастика!

Да, панацея от всех болезней пока не найдена. Но изобретатели «Скэнар» вплотную подобрались к разгадке человеческих недугов.

Многолетняя практика показала, что «Скэнар» действительно работает. И поэтому мы хотим, чтобы этим аппаратом пользовались все люди.

Наше тело обладает намного большей мудростью, чем Вы думаете. Просто помогите ему найти в себе силы помочь себе! Заставьте клетки снова работать.

Ведь Ваше здоровье – это качество Вашей жизни!

Это возможность крепко спать по ночам, не чувствовать боль во время ходьбы, не страдать от вздутия и запоров и иметь хорошую память. Одним словом, жить, а не доживать!

К сожалению, время работает против Вас. Поэтому не медлите, сделайте заказ прямо сейчас. Позвоните по тел. 8-800-777-36-98. И помните, шанс всё исправить ещё есть!

**ДЕЙСТВУЕТ СКИДКА
ОТ ЗАВОДА-ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!
ТОЛЬКО ДО 19 МАЯ!
ПОТОРОПИТЕСЬ!**

**Горячая линия для заказа и
бесплатных консультаций
8-800-777-36-98
Если линия занята,
пожалуйста, перезвоните**

**РЕКОМЕНДУЕМ
ДЛЯ УСИЛЕНИЯ ЭФФЕКТА
ТАРАКСФЛЕКС**

УЗНАЙТЕ У ОПЕРАТОРА, КАК ПОЛУЧИТЬ
СРЕДСТВО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СУСТАВОВ
В ПОДАРОК!

БАД, НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

ИП Епифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. 433507, г. Дмитровград, а/я 476. В письме укажите номер телефона. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. ООО "Поток" ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК "КАТРЕН" ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская Область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. *Акция действует с 19.04.2023 г. по 19.05.2023 г. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. РЕКЛАМА.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

На ТНТ стартовал пятый сезон комедии «Ольга» производства компании Good Story Media. И в нём появился новый персонаж – директор детского дома, которую играет замечательная актриса Елена Валюшкина.

Елена ВАЛЮШКИНА:

Нахожусь в гармонии с тем, что играю»

Детских домов быть не должно

– Елена, в новом сезоне проекта «Ольга» вы – один из центральных персонажей. Роль вам досталась интересная. Нечасто встречаются в жизни подобные типажу. Почему-то кинематографисты чаще всего показывают директоров детских домов жёсткими, если не сказать жестокими. Ваша героиня – она какая?

– У меня она добрая, любящая детей, настоящая, каким, собственно, и должен быть директор такого дома. Хотя мнение мое таково, что детских домов быть не должно. Но поскольку детдома есть, их должны возглавлять люди с сердцем.

– Главные герои картины хотят усыновить/удочерить ребёнка. Вы никогда не задумывались над тем, могли бы сами решиться на такой поступок?

– При определенных обстоятельствах могла бы, но пока такой ситуации у меня не было.

– Проект «Ольга» вам сразу лёг на душу?

– Да, он был интересен мне с самого начала. Очень хотелось поработать в этом проекте и с этими людьми. Я благодарна судьбе, что сумела запрыгнуть в последний вагон (улыбается).

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Не сидите сложа руки на одном месте, не думайте, что кто-то для вас что-то сделает. Выстраивайте жизнь своими силами.



От мамы космонавта до мамы оборотня

– У вас сейчас в кино – завидный активный период. На ТНТ с вашим

участием выходит ещё один проект – продолжение сериала «Семья». Как ваша героиня меняется во втором сезоне?

– Повзрослела на год, не более того (смеется). Правда, приобрела кое-какие навыки, какие именно – узнаете, посмотрев продолжение. Раскрывать все тайны не буду, поскольку должна оставаться интрига.

– У вас ожидается ещё одна громкая премьера...

– Да, картина «Вызов», которую с 20 апреля начнут показывать в кинотеатрах страны. Не пропустите. Это очень интересная космическая история, где я сыграла маму главной героини в исполнении Юли Пересильд. Затем на одной из платформ выходит сериал «Разрешите обратиться», где опять же играю маму, но уже Оборотня. Так что ждем.

Драматурги любят молодых

– Но вы не сидите в ожидании, уже приступили к новым съёмкам...

– Да,

начала работа в новом комедийном сериале «Соседка», где у меня отличные партнеры: Юлия Хлынина, Егор Корешков, Дима Лысенков... Потрясающий сценарий, ин-

тересная роль. На сей раз играю не маму, а вредную соседку (улыбается).

– Многие жалуются, что для актрис после 40 лет драматурги пишут мало ролей. Но, судя по вашей занятости в кино и театре, это не так. Вы по-прежнему в обойме.

– Всегда, во все времена главные роли писались под молодых артистов. Это нормально. После 40 лет актрисы действительно меньше востребованы, после 50 еще меньше... Но я не ропщу. Мне грех обижаться, работа есть, и вся интересная. Другое дело, что роли по объему становятся меньше.

«Детьми своими горжусь»

– Елена, вы не только прекрасная актриса, вы разносторонне одарённый человек. Ко всем своим талантам ещё рисуете, вяжете. Часто возвращаетесь к этим занятиям?

– К сожалению, нет, не остается на это времени. Но если хочу сделать кому-то подарок своими руками, я это делаю.

– Ваши дети тоже хорошо рисуют. Это наследственное?

– Возможно. Сын окончил архитектурный институт, работает в архитектурном бюро. Дочь учится на дизайнера. Детьми своими горжусь.

– Однажды вы решили нарисовать древо вашего рода, и сделали для себя неожиданное открытие. Какое?

– На самом деле открытий было много. И они оказались не просто неожиданными, а фантастическими. Узнала, что моя бабушка сидела в Усольском исправительно-трудовом лагере (один из лагерей ГУЛАГа), что мама родилась в лагере в Пермском крае, а ее отцом и моим дедом является народный артист СССР Алексей Денисович Дикий...

Наталья АНОХИНА



Даже Карабас Барабас в исполнении Елены получается обаятельным!



ПОДРОБНОСТИ

Дорога даёт энергию

– Кто много работает, должен хорошо отдыхать. Какой отдых предпочитаете?

– Обожаю путешествовать. Я много езжу. Отец был военным, и у меня это, видно, на генетическом уровне. Мне трудно долго сидеть на одном месте, я не привязана к каким-то отдельным географиче-

ским точкам, мне все любо-дорого. Дорога даёт энергию, впечатления, эмоции. Еще меня заряжает моя профессия, в которой абсолютно счастлива. Я нахожусь в гармонии с тем, что играю. И радуюсь тому, как меня воспринимает зритель, верю в его неподдельную искренность.

ДЕТАЛИ

«Люблю все свои роли»

– У вас достаточно богатая фильмография. И начали вы свою киноисторию рано, будучи студенткой второго курса. Снялись в картине «Не хочу быть взрослым» Юрия Чулюкина, которого зритель хорошо знает по фильмам «Девчата» и «Не поддающиеся». Какие фильмы для вас так же дороги, как этот?

– Люблю все свои роли. Просто одна картина становится суперпопулярной, ее постоянно зрители смотрят, о ней говорят, а другие показывают реже, хотя они нисколько не хуже. Могу лишь сказать: горжусь, что в моей творческой биографии есть такие фильмы, как «Формула любви», «Горько», «Корни», «Семья», «Я худею»... Без ложной скромности, у меня много достойных работ, отмеченных премиями и зрительским вниманием.

КСТАТИ

Голоса мультиков

– Вы проявляете себя в профессии очень интересно, демонстрируя разные стороны дарования. Например, озвучиваете мультки, да такие интересные! Почему артисты так любят работать в анимации?

– Во-первых, это совершенно другой актерский класс.

Чтобы озвучивать Чебурашку, Крокодила Гену или черепашку Ниндзя, надо иметь определенные данные. Меня в мультипликацию привел замечательный актер Саша Ленков, с которым мы вместе работали в театре Моссовета. Когда впервые увидела, как артисты на несколько голосов озвучивают мультяшных персонажей, была потрясена. Потом сама втянулась в это дело и стала получать удовольствие. Кстати, мне было приятно узнать, что роль Курицы в мультфильме «Курица» художник создавал под меня, хотел, чтобы курица говорила моим голосом. Помню, как только прошел по ТВ этот мультфильм, прихожу в театр и встречаю актрису Ирину Муравьеву, которая с порога говорит мне: «Лена, я посмотрела «Курицу», это так здорово, так талантливо!» Для актера важно слышать такие признания, тем более от коллег.

Реклама

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-18-45 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

Икона-медальон «Матрона Московская»
лот 68901-04 ~~999~~ **699.-**

Икона-медальон украшена 36 кристаллами. Размер иконы-медальона: 2,4×2,8 см. Длина цепи: 50 см + 5 см (доп. звенья). Материал: сплав драгоценных металлов, гальваническое покрытие розовым золотом. Магнитный фиксатор. Упаковка: бархатный мешочек.



Складные очки «Фокус Плюс»
лот 43063 ~~1499~~ **599.-**

- Складная конструкция.
- Визуальное увеличение до 160%.
- Подходят мужчинам и женщинам.
- Расстояние между дужками: 13,5 см.
- Материал: пластик. В комплекте: очки с футляром.



Подарочный набор «Для самой красивой», 7 пр.
лот 402519-01 ~~3499~~ **2299.-** 7 пр.

- Отличный подарок в красивой упаковке:
- Гель для душа «Лаванда Крыма», 300 мл;**
- Лосьон для тела «Роза Крыма», 300 мл;**
- Талассо-скраб для тела с грецким орехом, 200 мл;**
- Шампунь для всех типов волос «Лаванда Крыма», 300 мл;**
- Бальзам для всех типов волос «Лаванда Крыма», 200 мл;**
- Шампунь для всех типов волос «Роза Крыма», 50 мл;**
- Бальзам для всех типов волос «Роза Крыма», 50 мл.**



Велотренажер «Кардио»
лот 401808
~~3999~~ **1999.-**

- Для тренировки ног и рук.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Компактный.

Материал: металл, пластик.
Размер: 40×53,5×25,5 см.
Вес: 2,4 кг.



Комплект тройка «Очаровательный вечер»
лот 309188
~~3299~~ **1999.-**

Комплект-тройка для дома, отдыха и сна. Материал: 100% хлопок. В комплекте: кардиган с поясом + топ + брюки.

до **68-го** размера
Пудровый



Куртка стеганая с планкой
лот 303846
~~8999~~ **2999.-** до **62-го** размера
Бежевый

- Застегивается на молнию и на кнопки.
- Непродуваемая ткань.
- Функциональные карманы.

Материал: 50% вискоза, 50% ПЭ.
Размер: 48, 50, 52, 54, 56, 58, 60, 62.
Длина по спинке для 50-го размера: 71 см.
Цвет: бежевый, темно-синий.



Шиньон «Интрига» лот 69545 ~~999~~ **599.-**

- Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
- Можно мыть шампунем и сушить феном.

Материал: канекалон. Объем пучка: 6 см.

До После

Блонд Шатен Темный каштан Темно-коричневый



«Браслет здоровья»
лот 44663 ~~2999~~ **1999.-**

- Не требует подключения к Интернету.
- Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.

Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность). Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор. Материал корпуса: гипоаллергенные пластик и силикон. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Топ Размер: 50-52, 54-56, 58-60, 62-64, 66-68. Цвет: синий, пудровый.

Синий



Косынка шерстяная «Дакота»
лот 308398 ~~1999~~ **999.-**

- Шерстяная косынка треугольной формы с этническим узором защитит от холода и ветра.
- Материал: 75% шерсть, 25% вискоза. Размер: 118×175 см (диагональ).

Бежевый



Духи «Быть может... Париж»
лот 400248-03 ~~999~~ **499.-**

- Первый и самый популярный аромат в коллекции – «Быть может... Париж».
- Роскошный и соблазнительный, идеально подходит для торжественных выходов.
- Верхние ноты: сандал, ладан.
- Базовые ноты: гардения, жасмин, роза.
- Ноты шлейфа: древесный мох.
- Объем: 10 мл.



Корректор осанки «Здоровая спина»
лот 400573 ~~1999~~ **999.-** Встроенные магниты

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.

Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.



Махровое полотенце «Полет бабочек»
от ~~999~~ **499.-**

лот 102363
Голубой (45×90 см, 70×130 см), фиолетовый (70×130 см), ванильный (70×130 см), какао (70×130 см).

лот 102571
Ванильный (30×60 см), какао (30×60 см, 45×90 см). Материал: 100% хлопок. В комплекте: 1 шт. Размер и цвет укажите при заказе.

Декор «Бабочки»



Палантин шерстяной «Мягкая роскошь»
лот 309054 ~~2499~~ **1299.-**

- Мягкий, теплый и уютный.
- Натуральная шерсть в составе.
- Практичный размер.

Состав: 70% шерсть, 20% хлопок, 10% ПЭ. Размер: 180×71 см.

Темно-серый Кремовый



Чудо-мазь «МауЛи», 2 шт.
лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ**
лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ**
~~1799~~ **1199.-** ×2

- Уникальный состав из 20 трав.
- Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить симптомы при отечности и болях в ногах.
- Мазь с согревающим эффектом может помочь облегчить симптомы при болях в области спины, поясницы, суставов.
- В комплекте: 2 одинаковые банки по 500 мл.



Наколенник «Двигайся легко»
лот 45295
1 шт. ~~999~~ **599.-**
2 шт. ~~1999~~ **999.-**

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.

Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.



Комплект подушек «Пышные формы», 2 шт.
лот 103258
~~2499~~ **999.-** 2 шт.

Бирюзовый

Материал: 100% ПЭ. Размер: 50×70 см. В комплекте: 2 шт.

Серый Бежевый



Костюм «Ирина»
лот 35807 ~~3999~~ **2999.-** до **60-го** размера
Бордовый

Материал: бархат (60% вискоза, 30% ПЭ, 10% эластан).
Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.
Длина куртки по спинке для 50 р: 64 см.
Длина брюк по внутреннему шву для 50 р: 78 см, глубина посадки: 30 см.
Цвет: черный, синий, «Морская волна», бордовый.



Усилитель звука «Чуткий слух»
лот 402930 ~~1499~~ **999.-**

- Может усиливать звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.

Материал: металл, пластик, силикон.
Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см.
Длина обода: 4 см. Вес: 10 г.
В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!
лот 46869 ~~1999~~ **999.-** ×2

- Фиксирует и снижает нагрузку.
- Компрессионный эффект.

Материал: нейлон, спандекс, латекс. Размер: универсальный. Высота: 22,5 см. Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).

Вальгусный корректор «Вальгус Стоп»
лот 91966 ~~999~~ **799.-** 2 шт.

- Внутри – алюминиевая пластина, плотно прилегает к стопе и фиксирует большой палец в правильном положении.
- Угол наклона сустава можно регулировать застежками «велкро».

Материал: 100% ПЭ, алюминий. Размер: 24,5×13,5 см. В комплекте: 2 корректора (левый, правый).



Простыня на резинке
лот 27839 от ~~1899~~ **1299.-**
лот 16558

Белый, оливковый, персиковый, мятный, розовый, желтый, кофейный, синий

Материал: 100% хлопок. Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Надежная фиксация




Брюки на резинке «Стрелочка»
лот 305634 ~~2699~~ **1499.-** до **60-го** размера
Изумрудный

Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс.
Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.
Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см.
Глубина посадки: 30 см.
Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый.

Пояс на резинке

Бордовый Фиолетовый Темно-синий Черный



Специальные носки без резинки «Комфорт», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!
лот 45988 ~~999~~ **699.-** ×2 или ×2

- Не нарушают кровообращение.

Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ. Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46. В комплекте 2 пары: черные + светло-серые или черные + синие. 2 пары того же цвета в ПОДАРОК!

Синий + Черный Светло-серый + Черный



Чудо-трость
лот 40814 ~~2999~~ **1999.-**

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость складывается.
- Высота регулируется.

Встроенный фонарик работает от 4 батареек типа LR44. Материал: металл, пластик, резина. Высота: от 88 до 98 см.

Фонарик Компактно складывается Устойчивое основание



Наматрасник непромокаемый
лот 103314 от ~~1599~~ **999.-**

- Защищает от влаги и грязи.
- Дышащий верхний слой, непромокаемый нижний.
- Для матрасов высотой до 30 см.

Материал: махра, полиуретановая мембрана (80% хлопок, 20% ПЭ).
Размер: 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см. В комплекте: 1 шт.

Резинка по периметру



Брюки на резинке «Стрелочка»
лот 305634 ~~2699~~ **1499.-** до **60-го** размера
Изумрудный

Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс.
Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.
Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см.
Глубина посадки: 30 см.
Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый.

Пояс на резинке

Бордовый Фиолетовый Темно-синий Черный

Рост модели: 183 см.



Кроссовки «Бриз» лот 47344 ~~1999~~ **1490.-** до **44-го** размера

Материал: 100% ПЭ (верх), полиуретан (подшва).
Полнота: 8. Размер: 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44. Маломерят на размер.

Бордо Индиго Серый Черный Белый



***ВАШ ПОДАРОК:**
*при заказе от 1000 р. на выбор: *при заказе от 3999 р.

1. Мужской одеколон, 85 мл

2. Щипцы маникюрные

Сумка кросс-боди «Харизма», натуральная кожа



ОРИГИНАЛЬНОЕ КАЧЕСТВО. ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ ПОДДЕЛОК! ДОСТАВКА ПО ВСЕЙ ТЕРРИТОРИИ РОССИИ!

* При единовременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-18-45. Предложение действительно до 31.07.2023. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-18-45

Посмотреть своим страхам в лицо – задача сложная, но необходимая каждому человеку, который хочет выйти на новый уровень своего развития.

Алексей ЧАДОВ:

Звездам такую уникальную возможность предоставил телеканал СТС. 24 апреля в эфир выйдет новая версия легендарной программы «Фактор страха». 64 звездных участника будут разбиты на пары, чтобы пройти самые сложные и пугающие испытания. А присматривать за ними и вести шоу будет наш сегодняшний гость – актер Алексей Чадов.

Мерзкое, жуткое и страшное

– Алексей, в интервью вы признавались, что вам сложно испугать... Это так?

– Да, мои «факторы страха» начались давно, когда мы снимались в фильме «Война» без каскадеров. Это известная история. Например, когда мы тонули на плоту и даже уже под воду ушли. Или когда я себе чуть не выстрелил в лицо, потому что ружье детонировало от любого соприкосновения с камнем, землей, даже от легкого удара. Вот «Фактор страха» у меня начался там. Потом с каждым трюковым фильмом меня каждый раз продолжали проверять, так сказать, «на пацана». Потому что были очень сложные трюки – например, обкатка танком. Я думаю, не каждый артист сейчас согласится на такое.

– Сейчас в целом актёры редко соглашаются исполнять трюки сами. Да и продюсеры это не поощряют.

– В том-то и дело. А я, например, вспоминаю, как мы на обрыве висели с Александром Домогаровым в Монтенегро в фильме, который называется «Граф Монтенегро». А поскольку я высоту терпеть

// Не каждый артист согласится на такое»



Съёмки «Фактора страха» проходили осенью прошлого года на Алтае. Красивая природа тоже испытывала участников: днём температура была около нуля, а по ночам могла опуститься до -20 градусов.



не могу, это самое некомфортное для меня состояние. Но я на такое преодоление пошел. Я хотел отказаться, но Саша Домогаров мне сказал: «Чадов, что ты тут девочку из себя строишь? Сказали висеть, значит, нужно висеть!» Вот как я мог не полезть за ним? Конечно, я молча, скрипя зубами, полез. Единственное, попросил еще одну страховку. И

таких «факторов страха» у меня за киношную карьеру было очень-очень много. И на площадке моего режиссерского дебюта «Своя война» много всего было... А возвращаясь к нашему шоу, трюки местами были очень страшные. В выпуске, как правило, три испытания: мерзкое, жуткое и очень страшное. Просто когда-то я что-то похожее уже проходил,

потому что я уже взрослый дядька. (Улыбается.)

«Я стал спокойнее»

– И что самое неприятное вам пришлось делать в шоу?

– Прыгать с 47 метров – все-таки не очень комфортно. Но поскольку я уже прыгал и висел на

трапециях, как-то спокойно это перенес. Вообще, в последнее время я стал спокойнее, стал меньше нервничать.

– А в целом, какую роль выбрали для себя на шоу? На ваш взгляд, какой ведущий из вас получился?

– Я, может быть, местами был строгим ведущим, но я, наверное, такой и есть. Я считаю, что, прежде чем принять решение участвовать, нужно хорошо подумать, особенно это касается экстремальных проектов. А когда уже решился – не думай! Это легендарное шоу, которое показывают в 39 странах на секундочку, а не кулинарное, где нужно веселиться. Здесь ты борешься со своим страхом, в глаза ему смотришь! И будешь с ним на ринге один на один.

Путь длинной в два с лишним года

– Сейчас заграничные актёры, чтобы получить роль мечты, сами берутся за сценарий и продюсирование. Как думаете, это ваш путь? Это вас подтолкнуло к созданию «Своей войны» (фильм стал сценарным и режиссерским дебютом Алексея, – Прим. ред.)?

– Честно скажу, я очень люблю экшен, драму, боевик, мужское, трюковое, сложно-постановочное кино. Например, «Спасти ря-

дового Райана», «По сообщениям совести», «Апокалипсис» Мела Гибсона. Я люблю такое кино! Да, я избалован, я снимался у Лёши Балабанова в «Войне», могу похвастаться этим. А мне в последнее время какие-то городские истории предлагают, скорее веселящие, чем заставляющие о чем-то задуматься. Я миллион раз уже снимался в таких. И что, я буду с большим счастьем бежать в очередную подобную историю, на съемочную площадку?.. Нет, конечно. Поэтому я сел писать, и у меня получился этот путь длиною в два с половиной года – столько у меня ушло времени с момента написания до выхода картины. Это целая интересная жизнь.

В Америке очень много артистов параллельно продюсируют все что угодно – это вообще неотъемлемая часть процесса. У всех, конечно, по-разному, многие в амплу актера до конца своих дней комфортно себя чувствуют. И все равно, включая предпринимательские данные, они находят под себя материал, это тоже продюсирование. Если хотите, и я как продюсер нашел материал для актера Чадова, просто чуть сложнее получилось. Получилось в том смысле, что в этот проект поверил продюсер и запустил его, а не в том, что я что-то гениальное снял. Это моя дебютная картина, все еще впереди.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

фото телеканала СТС

Взгляд на телевидение изнутри

В апреле в издательстве «Проспект» вышла дебютная книга ведущего PR-специалиста развлекательного телеканала СТС Софьи Воротынцевой.

Нон-фикшн под названием «Каблуки запрещены. Дневник пиарщицы» позволяет заглянуть в яркое закулисье светской жизни и, на первый взгляд, совершенно беззаботной профессии. Большое желание трудиться, немного веры в себя, щепотка случайностей, в равных пропорциях опти-

мизм, пессимизм и пофигизм с огромной долей ответственности, капля юмора в коктейль из бессонных ночей – и вот она, работа мечты. Но так ли все однозначно?

– Мы, пиарщицы, не героини глянцевого журнала, а обычные девушки, которые могут быть сильными и эмоциональными в одно и то же время, решать миллион задач и при этом оставаться женщиной, – говорит Софья Воротынцева.

Фото из личного архива Софьи Воротынцевой



«ДНК» отмечает юбилей

Социальное ток-шоу «ДНК» отмечает небольшой юбилей: вот уже пять лет программа выходит в эфир телеканала НТВ. За это время передача провела больше 1,5 тыс. генетических экспертиз, сотни людей смогли установить своих биологических родителей и соединиться с родными людьми. Обрести друг друга участникам помогают ведущая Анна Казючиц и эксперт – специалист судебной медицины Юлия Сиверцова.

– Я посчитала, что за эти годы более 700 раз сказала фразу: «Я вскрываю конверт!», – рассказывает Юлия. – И я бесконечно благодарна тем, кто поверил в меня и дал возможность заниматься своим делом с большой пользой для людей!

Антон Пампушный подружился с Рэмбо

23 апреля телеканал РЕН ТВ покажет первые восемь серий уникального 16-серийного проекта «Рэмбо». Сериал произведен телеканалом РЕН ТВ и «Студией 2В». В центре сюжета – работа экспериментального кинологического отряда СОБРа, главным действующим лицом которого является овчарка Рэм (которую «играет» пес по кличке Барт).



По сюжету в специализированный кинологический отряд СОБР приходит новый сотрудник Стас Дёмин – майор спецназа ГРУ с богатым опытом боевых действий в горячих точках. Там он встречает своего боевого товарища Макса Купцова, который знакомит его с напарником – самым главным сотрудником отряда – боевым псом по кличке Рэмбо (Рэм). Несмотря на отличную подготовку, Стасу приходится многому научиться на новом месте службы и вместе с четверногим другом Рэмом пройти через самые опасные испытания.

– То, что делает на площадке Барт, – это космос, магия! – поделился впечатлениями исполнитель главной роли Антон Пампушный. – Это самый уникальный партнер, который у меня был. У него в глазах столько интеллекта! Стараюсь ему соответствовать. Хочется наладить с ним более близкий контакт – мы же в сериале лучшие друзья!

Фото предоставлено телеканалом РЕН ТВ

«Дорога к счастью» расскажет историю о любви и покаянии

На телеканале «Россия» 19 апреля состоится премьера многосерийной драмы «Дорога к счастью». В ролях: Анна Мельникова, Илья Шакунов, Валентина Панина, Алёна Хмельницкая, Сергей Горобченко, Евгений Сидихин и другие.

Аня Калинина (Анна Мельникова) с детства мечтает стать врачом. А пока готовится к поступлению в институт, подрабатывает на почте и... впервые влюбляется по-настоящему. Но череда трагических событий нарушает ее планы.

– Мне очень понравилась эта история – в ней нет фальши, – рассказала режиссер сериала Елена Цыплакова. – Да, это мелодрама, трогательная, но очень непростая, местами даже жесткая. Но самое главное – это нравственная история. Даже самые отрицательные персонажи приходят к покаянию, к осознанию своих поступков и ошибок.

Работа над многосерийным фильмом растянулась на два года.

Фото телеканала «Россия»



Евгений Миронов представил «Жанну»



На Первом канале – премьера фильма «Жанна». Главная героиня – богатая женщина, которая прошла через нищету, а теперь у нее есть своя сеть магазинов, большой дом и молодой возлюбленный Андрей. Все складывается идеально – ровно до того момента, пока Андрей не объявляет

Жанне, что уходит к другой девушке, которая ждет от него ребенка.

Роли в фильме играют Ксения Раппопорт, Александр Новин, Евгений Миронов, Таисия Вилкова и другие. В основу сценария легла пьеса Ярославы Пулинович, которая с большим успехом шла в Театре Наций. Одну из ролей в фильме сыграл Евгений Миронов, который также является и продюсером этого проекта.

– «Жанна» совершенно не похожа ни на какие другие сюжеты об успешных женщинах, – рассказывает Евгений Миронов. – С одной стороны, это социальная драма, с другой – это уже какой-то эпический жанр. В конце зритель видит образ женщины, находящейся в состоянии постоянной борьбы: в молодости – за существование, в 90-х – за свой бизнес, а потом, уже в финале, уже в наше время – за свое личное счастье.

Фото Вадима Тараканова

Дима Масленников снова составит «Чёрный список»

На телеканале «Пятница!» стартует новый сезон одной из самых рейтинговых передач – «Чёрный список». Ее ведущим остался Дима Масленников. Он снова будет рассказывать, как не попасться на уловки мошенников и как разные представители сферы услуг могут обманывать своих клиентов. В новых выпусках Дима проверит монтажников кондиционеров, службы дезинфекции, специалистов по ремонту автомобилей.

– Наша задача – приучить людей быть внимательными, – делится идеей проекта Масленников. – Порой мы пользуемся какими-то услугами – и совершенно не контролируем их исполнение, потому что уверены, что оплата деньгами, особенно большими, – гарант качественного выполнения. К сожалению, это не всегда так. Искренне верю, что «Черный список» влияет на уменьшение числа непрофессионалов на рынке.

Фото пресс-службы телеканала «Пятница!»



Любовь Аксёнова изменила имидж

В Москве в кинотеатре «Художественный» прошла презентация сериала «Жить жизнь» с Любовью Аксёновой, Дарьей Мороз, Романом Васильевым и Юрием Чурсиным в главных ролях. Первым гостем фильма представляли актеры вместе с режиссером Артёмом Аксененко.

В основу сериала лег бестселлер писателя и бизнес-аналитика Анны Богинской, который исследует тему манипуляций и зависимости от них. На презентации невозможно было не заметить, как изменила стиль Любовь Аксёнова. Молодая актриса перекрасилась в блондинку и коротко подстригла волосы.

Фото Вадима Тараканова



ИЗРАИЛЬСКИЕ УЧЕНЫЕ ПОДТВЕРДИЛИ: проблемы с простатой НЕ ПРИГОВОР!

Простатит – это болезнь, которая не только отравляет здоровье и интимные отношения мужчины, но и укорачивает жизнь. К сожалению, к 60 годам у половины мужского населения возникает аденома простаты со всеми вытекающими последствиями: боли, нарушение мочеиспускания, проблемы в сексе.

Но наука не стоит на месте! И Израиль – признанный мировой лидер в медицине – как всегда оказался впереди. Изучая статистику, ученые из израильской компании Bara Herbs** выяснили, что большинство мужчин не доживают даже до 60 и имеют множество проблем со здоровьем (в том числе с простатой). **А в 5 регионах мира – не знают проблем с простатой и сексуально активны до 90 лет***. А все потому, что с давних времен они используют экстракты удивительных растений!** В Северной Америке – это пальма

сереноа. Ее активные вещества блокируют фермент, из-за которого предстательная железа увеличивается в размерах. В Японии используют реманию, которая помогает подавить воспаление простаты и восстанавливает функцию почек. На Шри-Ланке мужчины предпочитают аспрагус. Он стимулирует работу мочеточников, способствуя нормализации мочеиспускания. В горах Непала собирают корни двудомной крапивы, которая может улучшить отток мочи и снять отек. Ну а в Перу мужской травой называют длинную куркуму за то, что она способна подавить воспаление и снять боль.

Специалисты Bara Herbs собрали и объединили экстракты этих 5 растений в одну формулу и создали мощный продукт для мужчин САЛЮТЕМ ПРО, сертифицированный Минздравом Израиля. Таким об-

разом, израильские ученые доказали, что в любом возрасте можно вернуть себе мужское здоровье и активную интимную жизнь!

Действие САЛЮТЕМ ПРО направлено на:

- Избавление от проблем с простатой;
- Восстановление мочеиспускания;
- Поддержание стойкой эрекции;
- Повышение сексуального желания.

ВНИМАНИЕ! Чтобы достать САЛЮТЕМ ПРО, Вам не придется лететь в Израиль и тратить сотни тысяч рублей! САЛЮТЕМ ПРО можно купить в России.

ЗВОНИТЕ ПО БЕСПЛАТНОЙ ЛИНИИ (АНОНИМНО) и узнайте, где купить САЛЮТЕМ ПРО!

8 (800) 100-55-60

Код Вашего подарка «ТЕЛЕК-ПРО»

1 упаковка
БЕСПЛАТНО*
при покупке в течение 7 дней



*Акция действует с 01.04.2023 г. по 01.11.2023 г. при покупке трех шт. и более. ООО «Международный центр здоровья», ОГРН 1217700093159, г. Москва, Петровско-Разумовский проезд, д. 29, стр. 4, помещение 1, комната 28, БАД, СГР № RU.77.99.11.003.R.001676.06.20 от 25.06.2020 г. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел.: 8 (800) 100-55-60. **Bara Herbs. ***Из открытых источников. РЕКЛАМА.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Праздничные пироги в разных губерниях России пекли по-разному. Традиционная праздничная выпечка отличалась не только начинкой, но зачастую и способом приготовления.

Сегодня мы представляем вам рецепты старинных пирогов нескольких российских губерний. Каждый из них исключительно вкусен – все-таки это праздничная выпечка. Попробуйте испечь что-то из предложенного нами и вы, дорогие читатели.

Кулебяка с капустой

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 170 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г белокочанной капусты ■ 2 стакана муки ■ 1 стакан молока ■ 4 яйца
- 1 крупная луковица ■ 50 г сливочного масла ■ 50 мл растительного масла
- пучок зелени ■ 10 г сухих дрожжей
- 1 ст. л. сахара ■ молотый черный перец
- соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Дрожжи растворить в теплом молоке, добавить сахар, щепотку соли, 2-3 ст. л. муки, перемешать, оставить на 30-40 минут.
- 2 Сливочное масло растопить и слегка охладить, соединить с 2 яйцами, добавить подошедшую опару, перемешать, добавить просеянную муку, замесить тесто.
- 3 Выложить тесто в смазанную маслом емкость, накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 1 час.
- 4 Капусту нашинковать тонкой соломкой, лук нарезать тонкими полукольцами, зелень мелко порубить.
- 5 Лук обжарить на растительном масле до прозрачности, добавить капусту, посолить, поперчить, перемешать и тушить на среднем огне до мягкости.
- 6 В готовую капусту добавить зелень и сливочное масло, вбить 1 яйцо, перемешать, снять с огня и охладить.
- 7 Тесто обмять, раскатать в пласт, в середину выложить начинку, сформировать кулебяку.
- 8 Переложить кулебяку на смазанный маслом противень, накрыть полотенцем, оставить на 20 минут.
- 9 Смазать кулебяку взбитым яйцом, проколоть в нескольких местах вилкой и запекать в разогретой до 190 градусов духовке 30-40 минут.

Кулебяка – это закрытый пирог с одной или несколькими начинками. Особенно популярны кулебяки были в Московской губернии, где их готовили на два, три или четыре угла – в каждом углу своя начинка. Но чаще кулебяка представляла собой пирог овальной формы из дрожжевого теста. Начинки в кулебяке обязательно должно было быть больше, чем теста. Начинкой мог быть и мясной фарш, и рыба, и грибы, и просто капуста.

ВОТ ТАКЖЕ ПИРОГИ ЧТО ПЕКЛИ В РАЗНЫХ ГУБЕРНИЯХ

Губник из солёных грибов

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 155 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 500 г муки ■ 2 стакана соленых грибов
- 2 луковицы ■ 20 мл крепкого черного чая ■ растительное масло ■ 20 г свежих дрожжей ■ 1 ст. л. сахара ■ молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Сделать опару: сахар и дрожжи растворить в 1 стакане теплой воды, добавить половину муки, перемешать, оставить в теплом месте на 30-40 минут.
- 2 В поднявшуюся опару всыпать оставшуюся муку, добавить соль и половину стакана растительного масла, вымешивать до тех пор, пока тесто не перестанет липнуть к рукам; переложить в глубокую миску, накрыть теплым полотенцем, убрать в теплое место на 3 часа (за это время тесто необходимо 2 раза обмять).
- 3 Лук мелко нарубить, грибы нарезать некрупно.
- 4 Лук обжарить на растительном масле до золотистого цвета, добавить грибы, поперчить, перемешать, извлечь из сковороды, дать остыть.
- 5 Тесто раскатать в овал; на одну половину выложить грибную начинку, другой половиной накрыть; тщательно защипнуть края, сделать несколько проколов для выхода пара, смазать черным чаем.
- 6 Выпекать в разогретой до 180 градусов духовке 40 минут.

Бабушка перед чтением вечерней сказки надела очки.

– Бабушка, ты говорила, что очки увеличивают буквы, да? – спрашивает внук.
– Верно.

– А всё остальное в них тоже вырастает?

– Конечно.

– Тогда надень их завтра утром, когда будешь отрезать мне пирог.



Одним из кулинарных символов Псковской губернии считался губник – пирог с грибами. Губниками в этой местности называли грибы, в частности, грузди. Для начинки пирогов использовали как свежие, так и соленые грибы – в зависимости от сезона.

Посикунчики

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 190 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 320 г муки ■ 300 г свинины ■ 2 яйца
- 200 г говядины ■ 4 ст. л. сметаны
- 1 луковица ■ растительное масло
- молотый черный перец ■ соль



КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца посолить, слегка взбить, добавить сметану и воду (около 100 мл).
- 2 Полученную смесь вылить в просеянную муку, замесить тесто, по консистенции похожее на пельменное.
- 3 Мясо пропустить через мясорубку вместе с луком, посолить, поперчить, хорошо перемешать и добавить холодной воды столько, чтобы начинка получилась жидковатой.
- 4 Тесто скатать в колбаску, нарезать на небольшие кусочки.
- 5 Каждый кусочек теста раскатать в лепешку, в середину положить начинку и сформировать, защипывая «гребешком», небольшие пирожки.
- 6 Жарить в сильно разогретом растительном масле (во фритюре) до подрумянивания.

На Урале очень популярны были крошечные, буквально на два укуса пирожки – посикунчики. Эти пирожки можно выпекать в печи, но из-за маленького размера лучше все же жарить.

Из истории пирогов

Курник – царь пирогов

Курник получил свое название вовсе не из-за того, что при его приготовлении использовали куриное мясо, хотя чаще всего так и было. Дело в том, что из отверстия сверху пирога выходил – курился – пар. Начинкой курника, помимо куриного мяса, могла быть картошка, различные крупы, яйца. Поморы Архангельской губернии пекли курники с рыбой. Но на праздничный стол подавали большой курник с несколькими начинками, разделенными блинами. Начинки эти были обязательно разными: из мяса курицы или индейки, из грибов, из овощей, из яиц и т.д. Такой курник называли царем пирогов. В Тверской губернии самым популярным пирогом был накрёпок – открытый пирог с кашей (гречневой, рисовой, пшеничной или овсяной), «скрепленный» сверху ломтиками малосоленной рыбы. А поморы просто заворачивали рыбу целиком в пласт ржаного теста и запекали. Такой пирог назывался рыбником. Для праздничных рыбников использовали красную рыбу: семгу, горбушу и т.п. Ели такой пирог ложками или вилками, срезая верхнюю корку.



Хотите отодвинуть границы старости?

Сенсация острова Окинава началась, когда администрация института Гиннеса послала туда в командировку своего журналиста, чтобы взять интервью у старейшего на земле человека – господина Изуми. Ему стукнуло уже 115 лет и у него был очень бодрый и молодой вид. Да и его соседи тоже не жаловались на самочувствие. Мужчины здесь живут в среднем 88 лет, женщины – 92 года, что на 10-15 лет дольше, чем в остальной Японии. Этот показатель выше среднеяпонского, а сама Япония занимает первое место в мире. В дополнение к высокой продолжительности жизни островитяне отличаются низкой смертностью от сердечно-сосудистых заболеваний и некоторых видов рака. Во время исследования было выяснено, что, по сравнению с американцами и европейцами того же возраста, жители Окинавы имеют в 8 раз меньше шансов умереть от ишемической болезни сердца, в 7 раз меньше от рака. По статистике, средняя продолжительность жизни сейчас в России составляет 67 лет для женщин и 62 года – для мужчин. Разница с Россией составляет более 20 лет! Почти четверть века, почти треть нашей жизни.

О долголетию мы беседуем с главным специалистом центра передовых технологий «Вита Ли» Татьяной Юрьевной Беловой.

– Татьяна Юрьевна, почему Япония? Может, она особенная страна, там особенные лекарства или воздух?

– «Особенности» есть. В Японии после взрыва Хиросимы и Нагасаки до сих пор высокие показатели радиационного фона, высокая загазованность, шум, вибрация, проблемы с чистой водой. Получается парадокс – среда обитания в Японии самая агрессивная и вредная в мире, а продолжительность жизни самая высокая.

– Как вы думаете, за счет чего?

– Дело в том, что питание японцев кардинально отличается от питания европейцев. Две трети рациона японца составляют морские водоросли. Особенно популярна ламинария, практически не содержащая калорий. Она богата железом, йодом и кальцием. Кроме того, ламинария является прекрасным источником натурального волокна. Море щедро вкладывает полезные вещества в бурые морские водоросли, и недаром среди коренных жителей Северных Курил встречается так много долгожителей. В течение десятков тысяч лет все поколения врачей и целителей приходили к одному и тому же выводу: человеку для долгой и здоровой жизни требуется правильное питание, здоровый образ жизни и благоприятная окружающая среда! Если же



присмотреться к тому, чем мы питаемся, какую воду пьем, то сразу становится понятно, что условия жизни не выдерживают никакой критики. Между тем в строении человека ничего не изменилось, и нам по-прежнему необходимо ежедневно получать определенный набор питательных веществ, минералов и витаминов, которые помогают организму правильно работать, восстанавливать силы и поддерживать здоровье. Особенно остро проблема полезных веществ стоит перед пожилыми людьми. У множества россиян старше 50 лет наблюдается недостаток в организме кальция, йода, железа и других важных для жизни элементов. В результате, казалось бы, ниоткуда возникают новые и обостряются старые заболевания, становятся хрупкими кости скелета, плохо выводятся из организма шлаки, появляется артрит, артроз, различные нарушения деятельности нервной и сердечно-сосудистой систем.

Именно из ламинарии при помощи специальных технологий технологи разработали и создали уникальный продукт «Витальгар».

«Витальгар» – это специальный гомогенизированный продукт из бурых морских водорослей. Главная особенность заключается в том, что он помогает обеспечивать организм человека необходимыми микро- и макроэлементами, биологически активными веществами и витаминами. Ведь бурые морские водоросли рода ламинария в изобилии содержат в своем составе такие элементы, как йод, магний, кальций, железо, селен, витамины А, В₁, В₂, В₁₂, С, D, Е и другие. «Витальгар» создается при помощи технологии низкотемпературного гидролиза, что позволяет сохранить все элементы, содержащиеся в этих водорослях, в том соотношении, в каком их сбалансировала сама природа. «Витальгар» является одним из тех природных продуктов, которые оптимально подходят для того, чтобы восполнить возрастную нехватку полезных веществ. При-

менение «Витальгара» рекомендуется как в профилактических целях, так и при комплексной терапии возрастных заболеваний. Регулярное применение «Витальгара» помогает улучшить самочувствие и сделать лечение более эффективным. Важно отметить, что гелевая форма продукта «Витальгар» легко усваивается и не раздражает желудок, и это особенно важно при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. В ходе применения «Витальгара» происходит мягкое очищение всего организма, улучшается состав крови, очищается лимфосистема и стенки сосудов, решается проблема йододефицита. В результате защитные функции и сопротивляемость организма к болезням многократно возрастают.

Именно в старости, в те дни, когда, казалось бы, жизненные силы угасают, «Витальгар» помогает улучшить здоровье, укрепить память, вернуть утраченную энергию! Чтобы вернуть былую силу, вы должны выбрать правильный источник пополнения активных веществ.

– Татьяна Юрьевна, а «Витальгар» – это что, биодобавка?

– Сразу хочу пояснить, что «Витальгар» не является биологической добавкой и никогда ею и не был. Биодобавок существует два вида – нутрицевтики и парафармацевтики, третьей группы просто нет, как нет данных к принадлежности «Витальгара» к одной из этих групп.

Сначала мы позиционировали его как лечебно-профилактический гель, а сегодня, после проверки всевозможных инстанций, которые мы прошли, прежде чем открыть филиал в Риге, у «Витальгара» совершенно особый статус – статус основы медицинской технологии восстановления здоровья.

– А в чем отличие «Витальгара» от БАДа?

– «Витальгар» отличается от биодобавки, как свежая, молодая трава отличается от сена. Ламинария покрыта оболочкой. А у европейцев, в отличие от азиатов, нет фермента, расщепляющего эту оболочку. Представьте себе грецкий орех, и что будет, если проглотить его в скорлупе...

– Проблемы...

– Совершенно верно, вот такую, образно сказать, оболочку, и удалили наши ученые. Причем используя при этом низкие температуры, что позволило не только сохранить содержимое ламинарии, не нарушить природную связь, но, что особенно важно, сделать доступным для усвоения нашим организмом. Именно поэтому технология производства запатентована и уникальна. Уже очень давно ведутся поиски средства, которое обладало бы достаточной эффективностью и не обладало бы побочными эффектами. Это кладезь микроэлементов, аминокислот, альгинатов (альгинат натрия – свыше 40%), фукоидана, фукоксантина, органического йода, витаминов (А, В, С, РР и др.). К примеру, витамина С в нем в 9 раз больше, чем в шиповнике и лимонах, а ценных полисахаридов – в 30 раз больше, чем в других альгинатосодержащих средствах.

– А как употребление «Витальгара» влияет на долголетие?

– Нельзя не упомянуть о новейших исследованиях в области водорослей. За последнее десятилетие произошла революция в исследованиях старения, сфокусированная на молекулах, названных фукоиданами. Именно их считают источником «японского долголетия», их анти-возрастной потенциал проявился в нескольких исследованиях японской диеты, особенно среди жителей острова Окинава, давно славящегося долгожителями, возраст которых не менее ста лет.

Фукоидан в составе «Витальгара» способствует регенерации тканей, стимулирует иммунитет. Он также влияет на уровень глюкозы и инсулина, препятствует образованию конечных продуктов гликирования в коже (видимых признаков старения) и снижает уровень триглицеридов в крови.

Кроме того, «Витальгар» также отличается повышенным содержанием витаминов группы В и растительного белка. В состав «Витальгара» входят альгинаты – вещества, действующие по типу энтеросорбентов. Попадая в желудочно-кишечный тракт, они абсорбируют токсины, радионуклиды. Очищению организма способствует и большое количество клетчатки в этих водорослях. Альгинаты, которых находится в «Витальгаре» до 54% общего объема, способствуют выведению излишек холестерина, а ламинарин обладает гепариноподобным действием, то есть растворяет тромбы. В комплексе с полисахаридом фукоидан блокирует рост гладкомышечных элементов в стенке сосудов, таким образом укрепляет сосуды, возвращая им былую эластичность.

Как ВАЖНО принимать «Витальгар»?

– Принимаются все препараты легко – утром и вечером по две столовые ложки (50 г). Разводить в воде или соке. Курс приема индивидуален для каждого. «Витальгар» полностью совместим с приемом лекарственных препаратов. Кроме этого, ссылаясь на официальный источник, прием «Витальгара» способствует снижению дозировки или даже полной отмене лекарственных средств. Только делать это необходимо под контролем. Чтобы замедлить старение и прожить старость здоровыми и бодрыми, нужно действовать системно. Нельзя опускать руки, нужно бороться с заболеваниями. Ваши союзники в этой борьбе – правильное питание, здоровый образ жизни и подходящий комплекс. Одним из таких комплексов является природный препарат «Витальгар» и другие препараты на его основе («Селеномарин», «Альгокуприн», «Хромомарин», «Ферромарин»).

Подобрать курс, дозировку, время приема вы можете, позвонив в центр передовых технологий. Наши специалисты ответят на все ваши вопросы. И если вы будете следовать рекомендациям по приему, тогда и создастся идеальная ситуация: вы, наши препараты и специалист – союзники против болезни. **Награда в этой борьбе самая высокая – полнота ощущения жизни и здоровья.**

«Витальгар» отличается от биодобавки, как свежая, молодая трава отличается от сена

Поздравляем с Первомаем!

Масло в ПОДАРОК!*

Снижает количество «плохого» холестерина, насыщает кровь кислородом

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Звоните и заказывайте курс для себя и своих близких.
8 (495) 221-92-01 Звонок бесплатный
МОСКВА, УЛ. ЗАПОВЕДНАЯ, Д. 16, КОРП. 1 (по предварительной записи)
Бесплатная консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

Наращивание ногтей делается не только для красоты. Это процедура, с помощью которой можно устранить дефекты ногтевой пластины, а также укрепить ногти.

При большом желании наращивание ногтей можно сделать и в домашних условиях, но лучше все же довериться специалисту.

Слабые и ломкие от природы ногти – не такое уж редкое явление, к сожалению. И конечно, в таком случае даже и мечтать о длинных ногтях не приходится. Однако и отчаиваться не стоит, ведь сегодня вполне доступна процедура наращивания ногтей, с помощью которой можно обрести не только сколь угодно длинные, но и красивые, крепкие ногти. О многих проблемах с ногтями можно забыть, просто наращивая их регулярно.

Кроме того, покрытие наращенных ногтей не стирается до следующей коррекции. То есть как минимум 2-3 недели вы будете иметь ухоженные ногти. Кстати, именно на наращенных ногтях чаще всего выполняется эксклюзивное оформление, которое нередко выглядит очень нарядно.

Показания к наращиванию ногтей:

- ломкие и слоющиеся ногти;
- улучшение внешнего вида ногтей, их формы, сокрытие дефектов;
- восстановление сломанных или травмированных ногтей;
- ликвидация вредной привычки грызть ногти.



Встречаются две одноклассницы, 20 лет не виделись.
– Как жизнь, как дела?
– Да вот, ноготь сломала...



Зачем наращивают ногти

Выбираем: акрил или гель?

Наращивание ногтей производится с помощью одного из двух современных материалов: акрила или геля. Эти материалы абсолютно безопасны и не нуждаются в особом уходе. У каждого из них есть свои плюсы и минусы, которые необходимо учитывать, делая выбор между ними.

Гель

ПЛЮСЫ:

- долговечность;
- пластичность: ногти могут гнуться, но не ломаются;
- выравнивает и исправляет дефекты ногтевой пластины, маскирует пятна и трещинки;
- позволяет отрастить натуральные ногти;
- если гелевое покрытие треснет, натуральные ногти не пострадают;
- пропускает воздух;
- при сушке в УФ-лампе пропускает ультрафиолет, что важно для профилактики грибковых заболеваний;
- после удаления геля ногти становятся крепкими и упругими;
- относительно невысокая стоимость.

МИНУСЫ:

- может потрескаться при резком перепаде температур;
- снять гель можно только спиливанием;
- покрытие менее изящное, чем акрил;
- при полимеризации в УФ-лампе может ощущаться жжение.

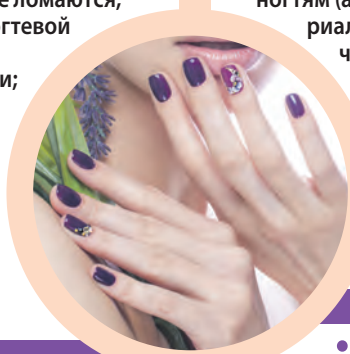
Акрил

ПЛЮСЫ:

- максимальная приближенность к натуральным ногтям (акрил – очень прочный, но тонкий материал, наращенные акрилом ногти не отличить от натуральных);
- можно корректировать форму, не снимая покрытия;
- хорошо держит форму, не деформируется под воздействием температур;
- технология нанесения очень проста;
- можно снять в домашних условиях (с помощью специальной жидкости).

МИНУСЫ:

- длительность процедуры (3-4 часа);
- при сломе могут повредиться натуральные ногти;
- после снятия покрытия ногтевая пластина выглядит неэстетично;
- при частом контакте с бытовой химией блеск «угасает»;
- относительно высокая стоимость.



ПРОТИВПОКАЗАНИЯ
Даже у такой, казалось бы, абсолютно поверхностной процедуры есть противопоказания. Это:

- аллергия на материалы, которые используются при наращивании;
- грибковые заболевания кожи и ногтей;
- ряд заболеваний пищеварительной и эндокринной системы (покрытие просто не будет держаться).

Имеются и другие серьезные противопоказания. Если вы решили наращивать ногти, проконсультируйтесь с врачом.

Уход до и после наращивания

Непосредственно перед процедурой необходимо отказаться от нанесения на руки любого крема и масла для кутикулы. Жиры, присутствующие в этих средствах, препятствуют сцеплению покрытия с ногтевой пластиной. И хотя мастер обезжирит ногти перед процедурой, оставшиеся под кутикулой микродозы жиров могут свести на нет все его усилия по наращиванию ваших ногтей.

Как минимум сутки после процедуры не рекомендуется испытывать наращенные ногти перепадами температур: исключается баня, сауна, пребывание на морозе без перчаток (или варежек).

При использовании бытовой химии необходимо надевать перчатки в течение всего срока носки наращенных ногтей, иначе их глянцевый блеск быстро «потухнет».

Светлана ИВАНОВА

Редакция благодарит мастера ногтевого сервиса Оксану Орлик за помощь в подготовке материала

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

Монархипутешественники

К тому, что птицы мигрируют на зимовку в теплые края, мы давно привыкли. Но в природе существует более невероятное явление – миграция... бабочек. Это ежегодный перелет бабочек вида Данаида монарх из Северной Америки и Канады в Калифорнию и Мексику. За все время бабочки преодолевают около 4000 километров. Правда, в путешествии отправляется одна колония бабочек, а возвращается уже третье или четвертое поколение их потомков.



Зачем на свадьбе вор?

Традиция приглашать друга на роль шафера, дружки или свидетеля на свадьбе имеет древнюю историю. В наши дни задача этого человека – помогать жениху на выкупе, произносить речи, следить за тем, чтобы свадьба шла без сучка и задоринки. Поэтому шафером становится обычно веселый, общительный молодой человек, душа компании. А в старину главное требование к этому персонажу было другое – недюжинная физическая сила. А вдруг невесту придется красть из семьи, уходить от погони и даже отбиваться от ее родственников? Тут чувство юмора не поможет!



Речка постаралась

В американском штате Аризона располагается Гранд-Каньон – любимое место режиссёров, трюкачей и экстремалов со всего мира. По последним данным, глубина Гранд-Каньона составляет почти 2 километра, а протяженность – 446 километров. И всю эту красоту создала... река Колорадо миллионы лет назад. В результате того, что сдвинулись тектонические плиты, достаточно скромная речка начала течь под более сильным уклоном, размывая на своем пути горные породы.



Корабль на один рейс

Вплоть до XX века по Волге и Каме ходили корабли, построенные только на один рейс, – беляны. Они получили свое название благодаря тому, что собирались из необработанных смолой светлых бревен. В верховьях рек зимой заготавливались бревна, которые нужно было доставить в Саратов, Астрахань, Царицын. Как? Сделать из них корабли (до 120 м в длину!), загрузить лесом же и отправить вниз по течению. В конце путешествия суда разбирали и отправляли на лесоперерабатывающие заводы.

Светлана СИДОРЧУК

Бег – хорошая возможность снизить вес и зарядиться энергией. Для начала не нужно строить наполеоновских планов и относиться к пробежке слишком серьезно.

Воспользуйтесь ею как поводом отдохнуть и подышать свежим воздухом – и бегите в свое удовольствие.

Разминка

Одна из частых ошибок у новичков – не размяться перед пробежкой. Особенно это касается бега с утра. Разминка включает в себя простейшие упражнения: вращения головой, круговые движения руками, выпады с чередованием ног, наклоны. Упражнения выполняйте плавно, без резких движений. При этом времени на разминку уйдет всего минут пять, а риск травмы будет значительно снижен и эффективность бега повысится. Также полезно выполнить растяжку по сле

Решил бегом заняться! Пару километров пробежал. Чтобы добраться обратно до дома, пришлось такси вызывать...

На пробежку становись!



А поесть?

Не стоит бегать на голодный желудок. Даже с утра должен быть легкий перекус. Это может быть, например, овсяная каша или банан. От тяжелой жирной пищи лучше отказаться (и утром, и вечером).

Одежда

Одежда должна быть комфортной и не сковывать движения. Как правило, это любая спортивная одежда без слишком широких штанин, которые могли бы путаться при беге. Между синтетикой и хлопком выбирайте специальную синтетику, так как она лучше отводит влагу. Особое внимание уделите обуви. Точно не подойдет кеды или другая спортивная обувь с тонкой подошвой, потому что на стопу будет приходиться большая нагрузка. Здесь лучше не экономить, а подобрать специальные кроссовки для бега.

Утром или вечером?

Принципиальных отличий между утренними и вечерними пробежками нет. Поэтому лучше отталкиваться от собственных биоритмов, привычек и расписания дня. Заранее приготовьте одежду для бега, чтобы не тратить дополнительное время по утрам после пробуждения или вечером после работы. Да и настроиться на пробежку будет легче.



КСТАТИ

Захватим с собой

Во время пробежки вам могут еще пригодиться:

- **Фитнес-браслет** – для контроля пульса.
- **Наушники.** Можно слушать музыку или аудиокниги. Беспроводные или с проводом – какие вам удобнее.
- **Небольшая бутылочка с водой.**
- **Поясная сумка для бега.** В нее должны поместиться ключи от квартиры, телефон и бутылочка для воды.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА Кардио против жира



Рекомендации начинающим бегунам из числа наших читателей даёт тренер Елена Рожупкина.
– Как лучше бегать начинающим – каждый день или через день?

– Новичкам лучше начинать постепенно с небольших дистанций, на 15-30 минут, давая организму (связкам, коленным суставам, сердечной мышце) возможность постепенно адаптироваться к нагрузке. Если мы говорим про жиросжигание, то достаточно 2-3 пробежки в неделю на регулярной основе. В среднем беговая тренировка может длиться час-полтора. И если сначала бегать непрерывно будет тяжело, то можно переходить с бега на ходьбу и обратно, но не останавливаться. Со временем можно также увеличивать темп бега.

– Какой частоты пульса придерживаться при беге?

– Бег или низкоинтервальное кардио – это такая нагрузка, при которой вы можете разговаривать, но не очень хотите. В пульсовой зоне 60-70% от максимума (220 – возраст = максимальный пульс). Это примерная формула, можете ориентироваться на самочувствие, которое я описала выше.

Именно в таком режиме в качестве источника энергии используются жиры, которые находятся в крови, но не из жировых депо. Достать запасы из депо – это задача дефицита калорий. Чтобы добраться до этих запасов, продолжительность кардио должна быть не менее 40 минут. Но если бег добавить сразу после силовой тренировки, то достаточно всего 15-20 минут.

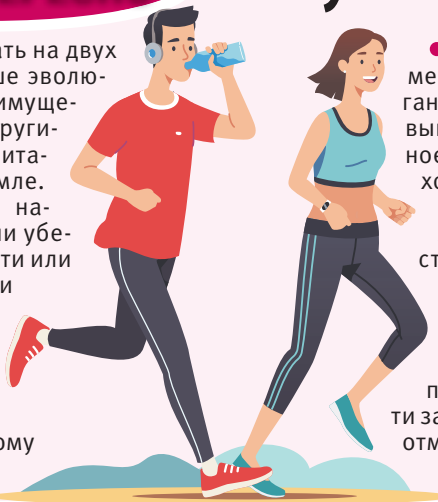
Татьяна МИХАЛЁВА

Фото из личного архива Елены Рожупкиной и www.shutterstock.com

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Бегу покорны все!

● Умение бегать на двух ногах – это наше эволюционное преимущество перед другими видами, обитающими на Земле. Благодаря ему наши предки могли убежать от опасности или догнать добычу и схватить ее руками. Так что самым фактом существования мы обязаны именно этому занятию.



● 200 мышц одновременно задействует наш организм, чтобы сделать первый шаг в беге. Это сложное движение, требующее хорошей координации.

● Считаете, что бегать можно только в молодости? Старейший марафонец на планете, индиец Фауджа Сингх, опровергает это.

Он смог пробежать полную дистанцию почти за 8 часов после того, как отметил свой 101-й день рождения.

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

bernafon

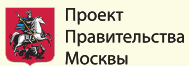
Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные.

Профессиональная консультация.

м. Войковская (рядом с метро) 4-й Новоподмосковный пер., 4
Тел.: 8 (499) 150-88-88, 8 (916) 879-74-31 www.neoton-sluh.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

РЕКЛАМА



Проект
Правительства
Москвы

15 - 23 апреля

#МОСКОВСКИЕСЕЗОНЫ

Пасхальный дар

БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ

MOS.RU

Реклама 0+





Москва
Доверие
телеканал

В МОСКВЕ НА

22
КАНАЛЕ

12+



**Владимир
Берзин**

Народный артист РФ
Ведущий проекта
«Программа наших передач»

С любимыми не расставайтесь!



Свидетельство о регистрации СМИ телеканал «Москва Доверие» ЭЛ № ФС77-63035, выданное 10.09.2015 Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. РЕКЛАМА

Бугенвиллия – очень эффектное растение.

И славится оно не цветами, которые на самом деле небольшие и малозаметные, а яркими прицветниками. Если соблюдать правила ухода, то даже не будет заметно листья под цветущим облаком бугенвиллии.



Цветущее облако бугенвиллии

Освещение

Бугенвиллия просто обожает хорошо освещенные места. Притенение требуется только на южном окне и в летний полдень – так как солнце может выжечь и зеленые листья, и красоту прицветников. Летом растение можно даже вынести на свежий воздух на балкон или на летнюю веранду, но обязательно убедившись, что там на него не попадут осадки и не повалит сильный ветер. В зимнее время будет нелишним досвечивать растение фитолампами.

Полив

Цветок может пережить небольшую засуху, но для пышного цветения бугенвиллия нуждается в регулярном поливе. В весенне-летний период особенно важно не допускать пересыхания, так как в это время закладываются цветочные почки и растение цветет. Излишки воды обязательно удалять из поддона. На пользу пойдут регулярные опрыскивания. В осенне-зимний период количество полива значительно снижают, но опять же, не допуская полного пересыхания земли.

Удобрение

В весенне-летний период каждые две недели вносят комплексные удобрения или специальные удобрения для цветущих растений. При внесении удобрения будьте внимательны, их избыток может привести к болезни цветка.

Пересадка

Молодые растения пересаживают ежегодно. Примерно с пяти лет цветок пересаживают по мере необходимости – раз в 2-3 года, когда горшок станет мал. Новый горшок желателен на 2-3 см больше предыдущего. В очень большом горшке растение будет цвести неохотно.

Горшки для бугенвиллии должны быть не столько широкими, сколько глубокими. И обязательно дренажный слой на дне.

Температура

В летнее время бугенвиллия достаточно комфортно себя чувствует в широком диапазоне температур, от 20 до 30 градусов. С приходом осени начинает готовиться к отдыху, поэтому нуждается в постепенном понижении температур до 12-15 градусов. При этом растение не должно находиться на сквозняке или на холодном подоконнике, так как корни могут переохладиться.

Размножение

Бугенвиллия хорошо размножается черенкованием. Весной нарезают полуодревесневшие черенки длиной около 10 см и ставят в емкость с водой для образования корней.

Важно, чтобы емкость не находилась на холодном подоконнике.

Обрезка

Обрезкой можно влиять не только на размеры и форму бугенвиллии, но и на ее цветение. Цветы появляются на молодых боковых побегах, поэтому важно, чтобы их было как можно больше. Осенью после цветения можно подрезать кончики веток, а в конце зимы удалить ослабленные или подсохшие побеги. А для того, чтобы активнее росли боковые побеги, нужно подрезать прошлогодние примерно на треть их длины или чуть меньше, если растение небольшое.

Бугенвиллию можно сформировать в виде деревца, в том числе в стиле бонсай, или куста. Для дерева выбирают один наиболее сильный и прямой побег, а остальные удаляют. Верхушку побега обрезают для стимулирования ветвления. А еще можно посадить в одном горшке 2-3 черенка и по мере роста переплести их стволы.

Подготовила
Ольга БЕЛЬСКАЯ

Питомник растений Солнечный

УВАЖАЕМЫЕ САДОВОДЫ, ДОРОГИЕ КОЛЛЕГИ! ДРУЗЬЯ!

Мы не просто предлагаем Вам качественные, устойчивые и урожайные сорта саженцев **без ПРЕДОПЛАТЫ!** Поверьте, это не главное. Мы предлагаем Вам здесь, и сейчас начать создавать сад вашей мечты. Это будет ваш и только ваш сад, мы лишь поможем Вам выбрать отличные саженцы. Мы умеем это делать!

ШЕЛКОВИЦА ЧЕРНАЯ КОРОЛЕВСКАЯ



600 руб.

высочайшую зимостойкость и отличный десертный вкус. Плоды крупные около 200 г, они имеют округло-вытянутую форму. Плодоносить деревья начинают довольно быстро. Урожайность на высоком уровне, в прохладных условиях они лежат 6 месяцев. Сорт хорошо переносит зимние морозы.

Это сорт с отличной зимостойкостью, засухоустойчивостью и неприхотливостью в отношении почвы. Дерево среднерослое с обильным и ранним (во всех отношениях) плодоношением, ягоды появляются на саженце на 2-й год и, как правило, плоды Королевской шелковицы одни из самых крупных, достигают 7 см, сочные, с отличным вкусом, подходят для транспортировки.

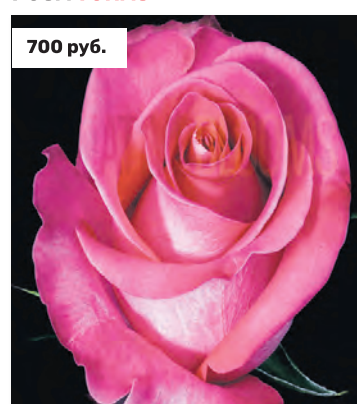
ЯБЛОНЯ МОДИ



500 руб.

Уникальный сорт, который в процессе селекции получил вместе с насыщенным цветом

РОЗА ТОПАЗ



700 руб.

Крупные бокаловидные бутоны насыщенно-розово-сиреневого цвета. Возвышаются на одиночных побегах на невысоких компактных кустах. Украшает сад с начала лета и до глубокой осени, отдавая цветы практически непрерывно. Кусты компактные, невысокие, до 1 м в высоту, радиусом 70 см. Цветок по форме – плотный высокий бокал, до 12 см. От 26 до 40 лепестков в одном бутоне. Лепестки кожистые, очень плотные, туго скрученные, устойчивые к растрескиванию. Аромат превосходный.

СЛИВА ТО-ЧЕ-САН ДИПЛОИДНАЯ



750 руб.

Плоды очень крупные до 150 г, округлой формы, светло-желтого цвета. Товарность и транспортабельность плодов высокая. Мякоть желтая, плотная, очень сочная, нежная, ароматная, сладкая, с легкой кислинкой. Косточка маленькая. Урожайность высокая, ежегодная. Зимостойкость выше средней и достаточная для выращивания в большинстве регионов России.

АБРИКОС ПОЛЕССКИЙ КРУПНОПЛОДНЫЙ

Дерево среднерослое до 3 м, с компактной кроной и умеренной силой роста. Высокая зимостойкость и морозостойкость. Плоды очень крупные 100 г, кожица с небольшим румянцем оранжевого цвета. Мякоть нежная, оранжевая, сочная, приятного аромата. Небольшого размера косточка продолговатой формы и ее легко можно отделить от мякоти. Ценится сорт за стабильно высокий урожай плодов.



600 руб.

Урожайность с одного взрослого дерева более 110 кг. Транспортабельность абрикосов, подходит для промышленного выращивания.

ЕЖЕВИКА АСТЕРИНА



600 руб.

Высокоурожайный, бесшипный сорт. Куст, высотой до 2,5 м. Ягоды крупные 14 г, овально-удлиненной формы, глянцево-черные, очень сладкие уже в технической зрелости, с чудесным ежевичным ароматом. Астерина очень урожайная, устойчива к вредителям и заболеваниям, некапризна.



ЗАКАЗ МОЖНО ОФОРМИТЬ:

- по телефонам:
8 (800) 600-53-24
(звонок бесплатный),
8 (905) 393-21-11,
8 (937) 091-98-87
каждый день
с 8:00 до 18:00

- через интернет-магазин
WWW.SOLAR34.RU
- отправить письмо по почте на адрес: 404011,
Волгоградская область,
Дубовский район, с. Пичуга,
ул. Московская, 59.

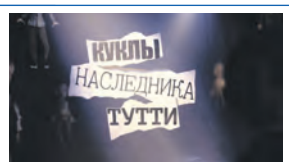
Всю необходимую информацию и полный каталог растений вы можете найти на нашем сайте WWW.SOLAR34.RU

Минимальная сумма заказа **2000 руб.**

Отправка заказов с саженцами производится в весенний посадочный сезон 2023 г. Почтой России наложенным платежом без предоплат.

ООО «ВЕЛЕС», Волгоградская область, Дубовский район, с. Пичуга, ул. Московская, д. 59, ОГРН 1163443063960. РЕКЛАМА

1 ПЕРВЫЙ



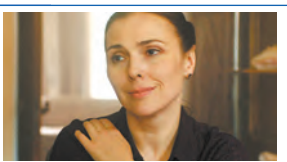
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «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+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. НОВЫЕ СЕРИИ.»** (12+)
22.40 «Большая игра». (16+)
23.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «АстроУмные». (16+)
00.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Психика». (16+)
02.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Футбол не хоккей». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 **«ЧУЖОЙ РАЙОН-2.»** (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 **«ЧУЖОЙ РАЙОН-2.»** (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 **«ЛЕСНИК.»** (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 **«ЛЕСНИК.»** (16+)
19.50 **«СЛЕД.»** (16+)
На кладбище посёлка Пуштоглазово находят трупы почти всех руководителей местной полиции.
22.25 **«СВОИ-5.»** (16+)
23.10 **«СВОИ-3.»** (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 **«СЛЕД.»** (16+)
03.20 **«ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА.»** (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (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+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести.
Местное время
21.20 **«ДОРОГА К СЧАСТЬЮ.»** (12+)
Людмила замечает, что у Ани нет материнских чувств к своему малышу. Улучив момент, она предлагает ей отдать ребёнка приёмным родителям. Артём не наладится, какой образцовой хозяйкой стала Наташа. Они решают пригласить в дом друзей.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 **«ДУЭТ ПО ПРАВУ.»** (12+)
Найдена машина с трупами женщины и младенца. Убитой оказывается Анна Квасова - дочь судьи. Алла и Татьяна озадачены: отец и муж убитой заявляют, что никакого ребёнка у Анны не было, более того, у неё были проблемы с зачатием.
03.55 **«ПЫЛЬНАЯ РАБОТА.»** (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 **«ВНИМАНИЕ, ГОВОРИТ МОСКВА!»** (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30
Новости дня. (16+)
09.20 **00.55 «ЧЕЛОВЕК-АМФИБИЯ.»** (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 **15.05 03.35 «СЛЕПОЙ.»** (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.25 **«ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ.»** (12+)
02.30 «Алексей Леонов. Прыжок в космос». (12+)

ТВУ ТВЦ



11.45 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ДУЭЛЬ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Большое кино». (12+)
08.50 **«С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ.»** (12+)
10.45 «Петровка, 38». (16+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.45 **«ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ДУЭЛЬ.»** (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.45 Город новостей
15.00 **03.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН.»** (12+)
16.55 «Кровные враги». (16+)
17.50 События
18.05 **«НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА.»** (12+)
Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: Е. Муравьёва, Н. Иванов.
22.00 События
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Хозяйки Белого дома». (16+)
01.25 «Блеск и нищета советских миллионеров». (12+)
02.05 «Маршала погубила женщина». (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.45 «Короли эпизода». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 **«СЕМЬЯ ИВАНОВЫХ.»** (12+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 11.25 13.00 14.00 15.00 19.00
Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.00 19.20
ОТражение
10.10 **18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2.»** (16+)
11.35 **«НЕПОДСУДЕН.»** (12+)
15.10 **23.15 «БЕРЕЗКА.»** (12+)
16.05 00.10 «Еда по-советски». (12+)
17.00 «Ректорат». (12+)
17.45 «Песня остаётся с человеком». (12+)
21.00 **«СОУЧАСТНИКИ.»** (16+)
22.35 «Очень личное». (12+)
01.05 ОТражение. Главное. (12+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.40 **«ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН.»** (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ.»** (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 **«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ.»** (16+)
Взорван автомобиль главы представительства американской компании Смита, пропал его начальник охраны. В подвале офиса компании Бизон и Физик обнаруживают еще одно взрывное устройство.
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 **«НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ.»** (16+)
На Выборгском шоссе на посту ГИБДД убивают семерых человек и угоняют два минивэна. Один из патрульных чудом выживает.
22.15 **«ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ.»** (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 **«ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ.»** (16+)
00.55 **«АЛЕКС ЛЮТЫЙ.»** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00
«Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30
«Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 01.20
«The City». (12+)
13.45 16.45 01.15
«Доктор 24». (12+)
15.35 «Торги Москвы». (12+)
21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
00.10 03.15 «Ночь москлетерий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



21.45 «Сати. Нескучная классика...»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00
12.30 17.00 19.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 «Шигирский идол»
08.25 «Жизнь и судьба»
08.50 Телеспектакль «Дамы и гусары»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 23.50 ХХ век
12.15 14.20 «Забываемое ремесло»
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 «Аттракционы Юрия Дурова»
13.25 Линия жизни
14.35 **«ЛЕТНИЕ ГАСТРОЛИ.»** (16+)
15.55 «Агора»
17.15 02.25 «Роман в камне»
17.50 00.45 Оркестры России. Академический симфонический оркестр Московской государственной академической филармонии. Дирижер Ю. Симонов
01.40 «Формула невероятности академика Колмогорова»
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 Больше, чем любовь
21.45 «Сати. Нескучная классика...»
22.30 «Последнее путешествие викингов»
23.20 «САС. Те, с которыми я...»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
06.00 16.25 «Город с историей»
06.25 08.05 08.35 14.40 17.40
«Внимание! Еда!» (12+)
06.50 «Наставники». (12+)
08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00
«Новости 360». (16+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.00 «Жеребцова и точка»
11.40 «Быстрые деньги». (12+)
12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
13.05 «Вкусно 360». (12+)
14.10 «Самое вкусное». (12+)
15.10 «Живой арсенал». (12+)
17.10 «Поездка со вкусом»
18.15 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
18.40 «Детство. Возвращение»
20.15 20.40 21.20 21.50 «Тайная история еды». (12+)
22.25 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



10.00 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ». (6+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 Битва каверов. (16+)
10.00 **«ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЕЧТЫ.»** (6+)
Россия, 2019 г. Биографическая спортивная драма. В ролях: Александр Фокин, Юлия Хлынина, Александр Ермаков, Алексей Гуськов. 1949 год. Заменяв знаменитого Хомича, молодой вратарь Лев Яшин играет первую игру в основном составе московского «Динамо» и пропускает гол в пустые ворота.
12.25 **«ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ.»** (12+)
14.35 **«ПРОТИВ ВСЕХ.»** (16+)
20.00 Премьера! Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
Участники шоу проходят сложнейшие испытания, чтобы выиграть денежный приз, который пойдёт в один из благотворительных фондов. Ни одно из испытаний не повторяется.
20.50 **«ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ.»** (16+)
22.50 **«ТЕЛЕКИНЕЗ.»** (16+)
00.50 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.45 Импровизаторы. (16+)
02.35 **«ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН.»** (12+)
05.15 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 00.40 Мой район. (12+)
07.40 «Это было смешно»
08.10 **«СЕЛЬСКИЙ ВРАЧ.»** (12+)
10.05 «Тайны нашей эстрады». (12+)
10.30 «Тайны кино». (12+)
11.20 **20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ.»** (12+)
13.00 **21.25 «ПОНЕДЕЛЬНИК - ДЕНЬ ТЯЖЕЛЫЙ.»** (12+)
14.25 **«ГОРОДСКОЙ РОМАНС.»** (12+)
16.15 **«ОНИ ВСТРЕТИЛИСЬ В ПУТИ.»** (12+)
17.45 Звёзды советского экрана. (12+)
18.15 **01.15 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ.»** (16+)
22.50 **«ПРИНЦЕССА НА БОБАХ.»** (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>00.30 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!». (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (16+)</p> <p>22.00 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>00.30 «КРОВНЫЙ ОТЕЦ». (18+)</p>	<p>23.00 «Шоу Воли». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «УНИВЕР». (16+)</p> <p>15.00 «ЖУКИ». (16+)</p> <p>18.00 «ОЛЬГА». (16+)</p> <p>21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)</p> <p>22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)</p> <p>23.00 «Шоу Воли». (16+)</p> <p>Авторское юмористическое шоу. Каждую неделю Павел вместе с приглашенными гостями - звездами и самыми обычными людьми - подведет итоги уходящей недели и сделает это в своей фирменной юмористической манере в лучших традициях ТНТ.</p> <p>00.00 «ДЕНЬ ГОРОДА». (16+)</p> <p>01.45 «Такое кино!». (16+)</p> <p>02.10 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.40 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.15 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.50 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>21.30 «ИСЧЕЗНУШАЯ». (16+)</p> <p>06.00 «Утренние гадания». (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.15 «Утренние гадания». (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 «Знаки судьбы». (16+)</p> <p>12.20 «Мистические истории». (16+)</p> <p>13.30 «Охотники за привидениями». (16+)</p> <p>14.00 «Любовная магия». (16+)</p> <p>14.30 «Гадалка». (16+)</p> <p>16.50 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)</p> <p>Надежда чувствует, что её усыновлённый племянник Максим в опасности...</p> <p>19.15 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)</p> <p>21.30 «ИСЧЕЗНУШАЯ». (16+)</p> <p>00.45 «Охотники за привидениями». (16+)</p> <p>01.15 «Мистические истории». (16+)</p> <p>02.00 «ЧТЕЦ». (12+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)</p> <p>06.00 «Анекдоты». (16+)</p> <p>07.40 «Улётное видео. Самое смешное». (16+)</p> <p>08.30 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)</p> <p>10.00 «Решала». (16+)</p> <p>11.00 «Охотники». (16+)</p> <p>12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)</p> <p>Россия, 2004-2013 гг. Комедийный сериал. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев. Сериал о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.</p> <p>16.00 «Улётное видео». (16+)</p> <p>20.00 «Охотники». (16+)</p> <p>21.00 «Решала». (16+)</p> <p>22.00 «Охотники». (16+)</p> <p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>02.40 «Вне закона. Преступление и наказание». (16+)</p> <p>04.40 «Идеальный ужин». (16+)</p>	<p>11.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>06.00 «Лучшие из лучших». (12+)</p> <p>06.30 «Здоровый образ». (12+)</p> <p>07.00 «10.00, 12.50, 14.50, 18.25, 03.10 Новости»</p> <p>07.05, 21.10, 23.45 «Все на Матч!»</p> <p>10.05, 12.30, 02.30 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>10.25 «Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (0+)</p> <p>11.25 «Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>12.55 «Есть тема!»</p> <p>14.55 «География спорта. (12+)</p> <p>15.25 «Громко»</p> <p>16.25 «Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. Пр.тр.»</p> <p>18.30 «Футбол. «Спартак» - «Краснодар». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.»</p> <p>21.40 «Футбол. «Аталанта» - «Рома». Пр.тр.»</p> <p>00.30 «Футбол. (0+)</p> <p>03.15 «Волейбол. (0+)</p>	<p>14.30 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО». (16+)</p> <p>06.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>07.55 «Давай разведёмся!». (16+)</p> <p>08.55 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>11.05 «04.50 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.10 «Порча». (16+)</p> <p>12.40 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>13.55 «04.25 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.30 «ПРОШУ ПОВЕРИТЬ МНЕ НА СЛОВО». (16+)</p> <p>19.00 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)</p> <p>22.05 «Забота о важном. (12+)</p> <p>22.10 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)</p> <p>23.15 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)</p> <p>03.10 «Порча». (16+)</p> <p>03.35 «Знахарка». (16+)</p> <p>04.00 «Верну любимого». (16+)</p>

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:

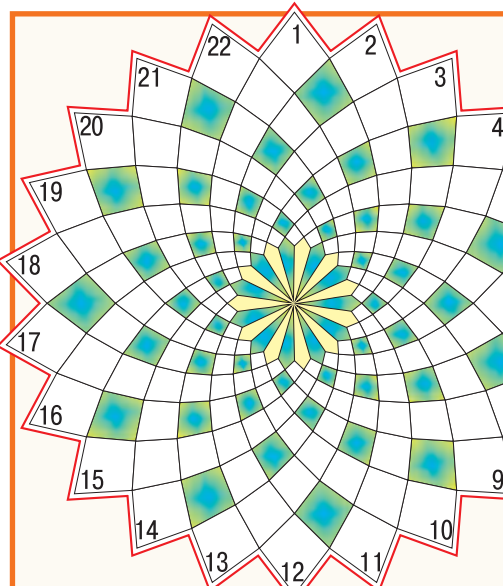
- Договоров ренты
- Договоров с юристами

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:

- Из МФО, КПК, Банков
- Решение жилищных и земельных споров

8 (800) 555-20-16

Реклама



ЦВЕТОК

- Границы дозволенности для маятника.
- Наука, которой посвятили себя Диоген, Кант, Спиноза.
- Линия из угла в угол квадрата, но не его сторона.
- Неискренность во взглядах и суждениях.
- Ничем не омраченная радость, народное торжество.
- Птичка цвета лимона.
- Понятие, объединяющее тяжелоатлетов по весу.
- Наличие у кого-нибудь чего-либо, что принадлежит владельцу единолично.
- «Пища столь же необходима для здоровья, сколь необходимо приличное ... человеку обр-

званному» (Козьма Прутков). 10. Меньше центнера в сто раз. 11. Какое хобби увлекает любителя гашеных бумажек? 12. Спец по ливерной и «Докторской». 13. По словам управдома из комедии Гайдая «Бриллиантовая рука», именно это получил тот, кто возьмет билетов пачку. 14. Официальное сообщение о переговорах между государствами. 15. Ампула футболиста, чья главная задача на поле - забивать голы. 16. Крайне придирчив. 17. Носитель наследственной информации. 18. Бог как творец мира. 19. Договор, заключенный детьми лейтенанта Шмидта и нарушенный Паниковским. 20. Тает от взгляда на кумира. 21. Тургенев о русском языке: «Ты один мне ... и опора». 22. Переселение за кордон.

Ответы: 1. Амплитуда. 2. Философия. 3. Дипломат. 4. Лицевые. 5. Лицевые. 6. Канарейка. 7. Категория. 8. Обладание. 9. Обращение. 10. Килограмм. 11. Коллекционирование. 12. Водка. 13. Копка. 14. Копка. 15. Копка. 16. Копка. 17. Копка. 18. Копка. 19. Копка. 20. Копка. 21. Копка. 22. Копка.

ДУАЛЬ

Из каждой пары букв вычеркните одну так, чтобы оставшиеся образовывали кроссворд.

По горизонтали: Диктат. Столица. Монета. Щербина. Норматив. Отвод. Пинок. Лепет. Куколка. Поскребыш. Сакура. Эмбрион. Лыдина.

По вертикали: Домино. Ко-нура. Антрацит. Отсев. Альбатрос. Оцинковка. Щипок. Реформы. Пескарь. Кумыс. Сезон. Шаль. Суши. Зала.

Н	В	Щ	Т	Ъ	Т	Х	Д	О	Ц
З	О	Ю	О	Н	Е	С	Ф	У	М
М	О	Н	Р	Ф	Т	К	А	С	Д
И	Э	У	Э	Р	Й	Ф	Ш	Б	Р
Н	Щ	В	Й	А	З	Б	В	Е	И
Г	О	Р	М	С	Т	И	В	А	Ц
О	Ь	А	Ц	У	Ц	П	Я	О	Т
З	Р	П	А	Р	М	З	К	Р	Ж
Л	Е	С	Ь	В	Т	Ь	А	Ф	О
Ю	Й	П	Б	Т	К	М	К	Т	Ь
В	Ф	Б	С	С	Ч	М	Р	С	Я
П	О	Ц	К	Р	Е	Ч	Б	Ы	Ш
З	Б	С	К	Т	Л	Б	Й	Л	Ы
Р	Е	Т	А	З	Я	П	А	Ч	Б
Л	У	Е	Р	Д	Ц	Г	С	А	Ш
Э	М	Б	Э	И	О	Н	П	Ш	Л
Ц	Ы	Б	Л	Н	Л	П	Ш	Ы	Д

ПЕНСИОНЕРАМ! 26 апреля

ВСЕ О ДОГОВОРЕ РЕНТЫ на Дне открытых дверей в «Жилсоцгарантии»

- Лекция о договоре ренты
- Встреча с пенсионерами, которые уже заключили договор

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ «Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты*

Записывайтесь заранее! **8 (495) 626 45 55**

*ООО "Жилсоцгарантия" ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

КИНО И СЕРИАЛЫ

MOSFILM. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 06.00 «СТАРОМОДНАЯ КОМЕДИЯ». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+. 01.20 «МАРКО ПОЛО». (16+)

РУССКИЙ РОМАН. 07.25 «МАМА ЛЮБА». (12+)

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

Мир. 05.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ. 365 ДНЕЙ ТВ. 01.55, 04.40 Историограф. (12+)

Усадьба. 06.00 Фитоаптека. (12+)

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Футбол. Международный юношеский турнир «Кубок Дружбы». (0+)

07.35 «Ломая правила». Специальный репортаж. (12+)

07.50, 10.00, 11.50 Новости «Жизнь после спорта. Андрей Аршавин». (12+)

08.20 «Небесная грация». (0+)

08.40, 20.55 «Пара на дистанции. Мария Степанова и Денис Зубов». (12+)

08.55 «Мой первый тренер. Сергей Карасёв». (12+)

09.15 «Сборная России. Илья Власов». (12+)

09.30, 22.00 Спортивная неделя. Итоги. (12+)

10.05 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. GT4. Гонка 1. (0+)

10.45 Самбо. Чемпионат Европы. Трансляция из Израиля. (0+)

11.55 Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. Прямая трансляция из Казахстана

16.00 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Женщины. Финал. Трансляция из Сочи. (0+)

16.55 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Финал. Трансляция из Сочи. (0+)

17.50, 22.25 Специальный репортаж. (12+)

18.10 Неделя КХЛ. (12+)

18.40 «Победный ребад». Специальный репортаж. (12+)

18.55 Волейбол. Чемпионат России. Рагб Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). Прямая трансляция

21.10 «Громко». (12+)

22.45 «Есть тема!». (16+)

00.00 Профессиональный бокс. Марк Петровский против Владислава Вишева. Трансляция из Уфы. (16+)

02.05 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. 1/4 финала. (0+)

03.55 Шахматы. Матч за звание чемпиона мира. Ян Непомнящий - Дин Лижэнь. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

07.30 Тееп чарт. (16+)

07.55 Каждое утро. (16+)

08.30, 15.00 Про-новости. Лучшее. (16+)

09.00 Муз-ТВ чарт. (16+)

10.00 Бред сивого рептилоида? Теории заговора. (16+)

11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

12.00 Прогноз по году. (16+)

13.00 Моя волна. (16+)

14.00 Русский чарт. (16+)

15.30 Лига свежих клипов. (16+)

16.00 Top-15 Like FM. (16+)

17.00 Ждите ответа. (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

Мы знаем о звездах всё!

18.20 Плейлист | Весна. (16+)

19.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

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

22.00 Почём видос для народа? Тайны клипмейкинга. (16+)

23.00 Про-новости. (16+)

23.20 Плейлист | Весна. (16+)

00.30 Муз'итив. (16+)

01.30 Наше. (16+)

03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)

06.30, 11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)

08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)

09.00, 18.25 «Буба». (6+)

09.30 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)

10.00, 14.00, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)

11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Волшебный атлас». (0+)

15.00 «Ник-изобретатель». (0+)

15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

17.00 Друзья на все времена. «Про ежика и медвежонка». (0+)

17.25 «Фиксики». (0+)

18.00 «ДиноСити». (0+)

19.00 «Геройчики». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.30 «Бобр добр». (0+)

22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

05.00 «Мир за минутку». (0+)

05.05 «Команда Флоры». (0+)

06.00, 23.50 «Эмми и Гуру». (0+)

07.00 «Жужжалка». (0+)

07.05, 02.45 «Смешарики». (0+)

09.00 «Казупс!» (0+)

10.00 «ТриО!» (0+)

10.20 «Три кота». (0+)

12.40 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)

14.00 «ДиноСити». (0+)

15.50, 00.50 «Малыши дикой природы». (0+)

15.55, 00.55 «Звёздная логика». (0+)

16.00, 01.00 «Доктор Малышкина». (0+)

16.05, 01.05 «Весёлый алфавит». (0+)

16.10 «Фиксики». (0+)

17.40 «Оранжевая корова». (0+)

18.40 «Три кота». (0+)

21.00 «Летающие звери». «Малыши и летающие звери». (0+)

22.50 «Мир за минутку». (0+)

22.55 «Тима и Тома». (0+)

01.10 «Царевны». (0+)

02.30 «Каша-малаша». (0+)

04.40 «Приключения Ам Няма». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 13.05, 18.00 «Фиксики». (6+)

06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Панда и Крош». (0+)

07.05, 12.35, 19.05 «Смешарики». (6+)

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

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

08.25, 15.55, 20.25 «Октонавты». (0+)

08.50, 16.20, 20.50 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Консуни». (6+)

10.00, 17.30 «ДиноСити». (0+)

10.10, 11.45, 15.35, 17.40, 23.45 «Енотки». (0+)

10.30, 22.30 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)

14.15 «Команда Флоры». (6+)

14.25 «Три богатыря на дальних берегах». (12+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

08.00 «Маша и Медведь». (0+)

08.30 «Джили и Гулу». (0+)

09.00 «Робин Гуд: Проказник из Шервуды». (6+)

09.35 «Идефикс и неукротимые». (6+)

10.00 «Простоквашино». (0+)

12.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

13.35 «Приключения Пети и Волка». (12+)

14.00 «Ералаш». (6+)

15.25 «РОДИТЕЛИ». (12+)

17.30 «Академия сверхъестественного». (12+)

18.25 «Простоквашино». (0+)

19.30 «Ледяная принцесса». (6+)

21.15 «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)

23.05 «НЯНЬКИ». (16+)

00.45 «Маша и Медведь». (0+)

02.25 «Ералаш» (субтитры). (6+)

04.00 «Буба». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Панда и петушок Лука». (0+)

Приключения китайского панды Хо-Хо и португальского петушка Луки.

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.35 «Петроникс». (0+)

08.05 «Лунтик». (0+)

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

09.15 «Турбозавры». (0+)

10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)

10.45 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)

Уникальный научный проект для любознательных детей.

11.05 «Кожечки-собачки». (0+)

12.55 «Инфинити Надо». (6+)

13.10 «Дикие скриачеры!» (6+)

Мультистериал о зрелищных сражениях скриачеров - боевых роботов, способных превращаться в свирельных механических зверей.

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

14.00 «Навигатор. Новости». (0+)

14.10 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)

15.25 «Ералаш». (6+)

16.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)

17.45 «Команда Флоры». (0+)

18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

Забавные приключения двух друзей, бурого медвежонка по имени Кеша и белого, по кличке Белая Тучка, в волшебной стране. Несмотря на разные характеры, медвежата находят выход из любой ситуации, поскольку их дружба сильнее любых жизненных проблем.

20.15 «Ник-изобретатель». (0+)

20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

20.45 «Отель у овецек». (0+)

22.00 «Инфинити Надо». (6+)

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

23.40 «Ох и Ах». (0+)

23.45 «Ох и Ах идут в поход». (0+)

23.55 «Жирафа и очки». (0+)

00.05 «Дикие лебеди». (0+)

01.05 «Бумажки». (0+)

03.30 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)

07.00 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)

07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.30 Завет. (6+)

11.40 Святые России. (6+)

12.45 Простые чудеса. (12+)

13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Апостол Фома. (0+)

16.00 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)

17.50 «СЕРЕЖА». (0+)

СССР, 1960 г. В ролях: Борис Бархатов, Сергей Бондарчук, Ирина Скобцева, Юрий Козлов

19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)

21.05 Оптинские новомученики. (0+)

22.00 Лето Господне. Радоница. (6+)

23.50 Прямая линия жизни. (16+)

00.40 День Патриарха. (0+)

00.55 Памяти павших. Цикл: Небо на земле. (0+)

Спасо-Богородицкий Одигитриевский монастырь основан совсем недавно и ещё только строится. Строится в память о воинах, погибших на полях сражений.

01.25 Цикл: Дети Донбасса. Память об отцах героях. (16+)

01.40 Завет. (6+)

02.40 Святые России. (6+)

03.35 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 апреля
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.
Сщмч. Антипы, еп. Пергама Асийского.



Мчч. Прокусса и Мартинаиана. Прп. Фармуфия. Прп. Иоанна, ученика прп. Григория Декаполита. Прпп. Иакова Железоборовского и Иакова Брылевского, сподвижника его. Свт. Варсонофия, еп. Тверского. Свт. Каллиника Черниковского (Рум.). Сщмч. Николая пресвитера.

Поста нет.

«Как двери в бане, часто отворяемые, скоро выпускают тепло вовне, так и душа, когда много кто говорит, хотя бы говорил все хорошее, испускает память свою словесною дверью».

Блж. Диадок

СТРАНА СОВЕТОВ

Рюкзак настолько хорошо вписался в образ современного человека, что многие уже не представляют свою жизнь без этого атрибута.

На что же обратить внимание при выборе рюкзака? Какими свойствами он должен обладать, чтобы обеспечивать не только базовые потребности владельца, но и приятно удивлять во время эксплуатации?

Подходящий объём

Для городского рюкзака универсальный объём – 20-25 литров, но возможны варианты от 17 до 30 литров. Среднего объёма хватит, чтобы положить в него не только ноутбук, папку с документами, ланчбокс, но даже ветровку. Рюкзаки подобного объёма уместятся и в камере хранения супермаркета, и не доставят неудобства во время поездки в транспорте.

Правильный рюкзак: никаких проблем за спиной



Удачный материал

Чтобы рюкзак был прочным и мог долго использоваться, важно выбрать износостойкий материал. Отдавая предпочтение тканям из полиэстера и нейлона, выполненного из толстых нитей плотного плетения, вы получите прочный и долговечный рюкзак, не боящийся влаги и загрязнений.

Качественная фурнитура

Что чаще всего заставляет нас покупать новый рюкзак? Правильно, сломанная молния! Поэтому «бегунки» лучше выбирать металлические, а не пластиковые. А тем, кому важно, чтобы содержимое рюкзака всегда оставалось сухим, даже попав под проливной дождь, рекомендуем обратить внимание на влагозащитные молнии. Они сверху покрыты эластичной пленкой. В застегнутом состоянии края этой пленки плотно прилегают друг к другу, не давая влаге проникать внутрь. Для мотоциклистов и спортсменов этот пункт наиболее актуален.

Удобное наполнение

Выбирая внутреннее наполнение рюкзака, важно понимать, что именно вы хотите в нем носить.

Если ноутбук, обратите внимание на наличие специального отделения. Чаще оно находится на спинке рюкзака, чтобы оптимально распределить вес. Ноутбук с диагональю от 14 до 17 дюймов с легкостью поместится в рюкзаке объемом до 25 литров. Иногда такие отделения защищены дополнительной вкладкой от ударов.

Если гаджеты, вам будет полезно обратить внимание на рюкзаки со специальными карманами для аккумуляторов, зарядных устройств и карманами для планшета или смартфона.

Если полезные мелочи, то лучшим вариантом будет рюкзак с отделением-органайзером. Он поможет удобно разложить все необходимое: блокнот, ручку, ключи. Можно также встретить и жесткий кармашек для очков, который не даст поцарапать или сломать любимый аксессуар.

А кто хозяин?

Спортсмен. Людям, не представляющим свою жизнь без ежедневного бега или катания на велосипеде, самокате или мотоцикле, важно, чтобы рюкзак был оснащен дополнительными лямками для фиксации спереди и боковыми кармашками для бутылочки с водой.

Офисный служащий наверняка обратит внимание на рюкзак-портфель. Обычно он выполнен из плотной ткани, с отсеком для ноутбука в сдержанном цветовом решении.

Путешественник. Рюкзак-тоут будет лучшим решением для вас, если вы любите совершать путешествия выходного дня. Лямки

такого рюкзака можно спрятать в отделение

от молнии. В этом случае рюкзак будет напоминать сумку, которую можно нести за

ручки или надеть на плечо. А если вы положите в него много вещей, то, достав лямки и пристегнув их к петлям внизу, вы получите полноценный рюкзак, который будет удобнее и легче нести.

Светлана СИДОРЧУК

СОВЕТ

Цвет: или универсал, или акцент

Если вам нужен базовый рюкзак, который должен подходить к большинству ваших образов, выбирайте универсальный цвет: черный, серый, бежевый. Если же базовый рюкзак у вас есть и вы ищете акцентный аксессуар, можно выбрать вариант поярче.

Начал собирать рюкзак для путешествия по Западной Европе, но не учел, что завтра к 9 на работу.

1 ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «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+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. НОВЫЕ СЕРИИ».** (12+)
- 22.45 «Большая игра». (16+)
- 23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
- 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
- 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа». (16+)
- 01.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма». (16+)
- 02.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 «ЛЕНИНГРАД, 46».** (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «ЛЕНИНГРАД, 46».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 «ЛЕСНИК».** (16+)
- 19.50 «СЛЕД».** (16+)
- ФЭС расследует гибель хирурга Валерия Аношина. Три дня назад Валерий встретился со своим пациентом...
- 22.25 «СВОИ-5».** (16+)
- 23.10 «СВОИ-3».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- «СЛЕД».** (16+)
- 00.30 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (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+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ».** (12+)
- Преподаватель приглашает Аню на торжественное празднование юбилея кафедры как лучшую студентку. Коля категорически против, супруги ссорятся. Людмила и её дочь Карина довольны - если и дальше так пойдёт, они скоро разведутся, и Аня с ребёнком навсегда уйдёт из их дома.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ».** (12+)
- В своей квартире найдена мёртвой Оксана Базина. Труп девушки обнаружил родственника. Она уверена, что Оксана покончила с собой. Но брат Оксаны Павел категорически против этой версии.
- 03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА».** (16+)

ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.10 13.20 15.05 03.35 «СЛЕПОЙ».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.20 01.10 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК».** (12+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
- 19.40 «Улика из прошлого». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
- 23.25 «СЛЕД В ОКЕАНЕ».** (12+)
- 02.25 «Вальтер Штеннес. Друг против Гитлера». (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ПЕРЕЛЁТНАЯ ПТИЦА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...». (16+)
- 08.45 «С НЕБЕС НА ЗЕМЛЮ».** (12+)
- 10.4, 04.40 «Юрий Яковлев. Я хулиганил не только в кино». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ПЕРЕЛЁТНАЯ ПТИЦА».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 03.10 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: ХАМЕЛЕОН».** (12+)
- 16.55 «Одинокие звёзды». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ЧЁРНЫЙ КОТ».** (12+)
- 20.00 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ДЕЛО О ЧЕТЫРЁХ БЛОНДИНКАХ».** (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Закон и порядок». (16+)
- 23.10 «Анна Самохина. Красота в законе». (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «90-е. Крёстные отцы». (16+)
- 01.25 Прощание. (16+)
- 02.05 «Мятеж генерала Гордова». (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «Очень личное». (12+)
- 06.40 «Еда по-советски». (12+)
- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТражение
- 10.10 18.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2».** (16+)
- 11.25 «СОУЧАСТНИКИ».** (16+)
- 15.10 23.15 «БЕРЕЗКА».** (12+)
- 16.05 00.10 «История голографического кино в России». (12+)
- 17.45 «Академики». (12+)
- 21.00 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ».** (16+)
- 22.35 «За дело!» (12+)

НТВ НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.35 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ».** (16+)
- Бандиты захватывают сухогруз, перевозящий экспериментальную партию акустических взрывных устройств. Помощник капитана успевает отправить сигнал SOS.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ».** (16+)
- Окунько и Михайлов общаются Семенову, что в городе объявлена операция «Розыск». Паша в это время расследует подрыв машины с оружием внутри и водителем Булатом Ибрагимовым, в которой найдены отпечатки пальцев торговца оружием Анатолия Гривасова.
- 22.15 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ».** (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ».** (16+)
- 00.55 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 «Новости». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 «Ночью москвоторий»

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



19.45 Главная роль

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 06.35 «Пешком...»
- 07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 07.35 14.15 «Математика и подъем цивилизации»
- 08.25 «Жизнь и судьба»
- 08.45 Телеспектакль «Дамы и гусары»
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.15 23.50 XX век
- 12.15 «Дороги старых мастеров»
- 12.45 Новости. Подробно. Книжки
- 13.00 «Чародей. Арутюн Акопян»
- 13.30 «Игра в бисер»
- 15.05 «Война Нины Сазоновой». Рассказывает Юлия Пересильд
- 15.20 «Сати. Нескучная классика...»
- 16.05 22.30 «Последнее путешествие викингов»
- 17.15 «Эрмитаж»
- 17.45 00.45 Оркестры России. Большой симфонический оркестр имени П.И. Чайковского
- 18.45 «Острова»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.00 Искусственный отбор
- 21.45 «Белая студия»
- 23.20 «САС. Те, с которыми я...»
- 01.40 «Фёдор Тютчев. Записка царю»
- 02.30 «Роман в камне»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
- 06.00 16.25 «Город с историей». (12+)
- 06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 17.40 «Внимание! Еда!»
- 06.50 «Наставники». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360». (16+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
- 12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
- 13.00 «Викторина 360».
- 14.10 «Самое вкусное». (12+)
- 15.10 00.10 «Живой арсенал»
- 17.10 «Поездка со вкусом»
- 18.15 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
- 18.40 «Детство. Возвращение»
- 20.15 20.45 21.20 21.50 «Тайная история еды». (12+)
- 22.25 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



01.15 «ЯРОСТЬ». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 09.00 Уральские пельмени. (16+)
- 09.40 Большой побег. (16+)
- 12.30 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ».** (12+)
- Боря стремится попасть на сырную ярмарку. Что может помешать профессиональному сыровару? Ссора с соседкой? Или племянник, который решил, что он потомственный сыровар? Ярмарка в разгаре - если Борин сыр победит в конкурсе, он получит ценный приз, а главное - признание.
- 18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ».** (16+)
- 20.00 Премьера! Большой побег. (16+)
- 21.05 «ПАССАЖИР».** (16+)
- США - Франция, 2018 г. Драматический триллер. В ролях: Лиам Нисон, Вера Фармига, Патрик Уилсон. Майкл МакКоули был полицейским, но обстоятельства заставили его отойти от дел, связанных с криминалом. Уже много лет он продаёт страховые полисы и радуется жизни.
- 23.15 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ».** (12+)
- 01.15 «ЯРОСТЬ».** (18+)
- 03.20 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН».** (12+)
- 05.00 «6 кадров». (16+)
- 05.20 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 06.15 06.25 06.55 07.20 07.45 00.25 02.35 02.45 04.10 Мой район. (12+)
- 08.00 «Тайны кино». (12+)
- 08.45 16.25 «КОРОЛЬ - ОЛЕНЬ».** (6+)
- 10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 10.30 Тайны кино. (12+)
- 11.20 20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ».** (12+)
- 12.55 Звёзды советского экрана. (12+)
- 13.25 21.35 «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ».** (12+)
- 15.05 23.10 «ВЫСТРЕЛ».** (12+)
- 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
- 18.15 01.00 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ».** (16+)

REN	ТНТ	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «НАЁМНИК». (16+)	 21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)	 21.30 «ЧЕСТНЫЙ ВОР». (16+)	 12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)	 10.05 Специальный репортаж. (12+)	 15.00 «ОДНА ЛОЖКА НА ДВОИХ». (16+)	
05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «НАЁМНИК». (16+) 22.00 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ПОДАРОК». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 08.30 «Бьюти баттл». (16+) 09.00 «УНИВЕР». (16+) 15.00 «ЖУКИ». (16+) 18.00 «ОЛЬГА». (16+) 21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+) 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+) 23.00 «Музыкальная интуиция». (16+) 10 незнакомцев делают вид, что умеют петь. Двум звёздным командам из комиков и музыкантов предстоит провести расследование, чтобы отличить певцов от лжецов и выиграть главный приз, который затем отправится в благотворительные фонды. 01.00 «Импровизация. Команды». (16+) 03.30 «Студия «Союз». (16+) 05.00 «Открытый микрофон». (16+) 06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.00 Любовная магия. (16+) 14.30 Гадалка. (16+) 16.50 «Слепая». (16+) 18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+) 19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+) 21.30 «ЧЕСТНЫЙ ВОР». (16+) США, 2020 г. 23.30 Охотники за привидениями. (16+) 00.00 Мистические истории. (16+) 01.00 Дневник экстрасенса с Фатимой Хадуевой. (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.10 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 07.00 Улётное видео. Топ-35. (16+) 07.50 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 08.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 10.00 Решала. (16+) 11.00 Охотники. (16+) 12.00 «СОЛДАТЫ». (12+) 16.00 Улётное видео. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного зрителя. 20.00 Охотники. (16+) 21.00 Решала. (16+) 22.00 Охотники. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 04.40 Идеальный ужин. (16+)	06.00, 14.20 «Лучшие из лучших». (12+) 06.30 География спорта. (12+) 07.00, 10.00, 12.50, 14.50, 03.10 Новости 07.05, 15.25, 18.25, 22.00, 00.30 Все на Матч! 10.05 Спецрепортаж. (12+) 10.25 Синхронное плавание. ЧР. Пр.тр. 12.55 «Есть тема!» 14.55 Что по спорту? (12+) 16.25 Мини-футбол. «Синара» - «Ухта». ЧР. PARI-Суперлига. 1/4 финала. Пр.тр. 18.45 Хоккей. «Ак Барс» - ЦСКА. Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина. Пр.тр. 22.30 Дартс. Профессиональная лига. Про Тур 02. Пр.тр. 01.15 Американский футбол. Чемпионат России. (0+) 03.15 Волейбол. (0+) 05.00 Пляжный волейбол. (0+)	06.30 05.50 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.20 Давай разведёмся! (16+) 09.25 Тест на отцовство. (16+) 10.35 Забота о важном. (12+) 10.40 Тест на отцовство. (16+) 11.40 05.00 «Понять. Простить». (16+) 12.45 «Порча». (16+) 13.15 «Знахарка». (16+) 13.50 04.05 «Верну любимого». (16+) 14.25 04.35 «Голоса ушедших душ». (16+) 15.00 «ОДНА ЛОЖКА НА ДВОИХ». (16+) 19.00 «НЕОКОНЧЕННАЯ СВАДЬБА». (16+) 22.05 Забота о важном. (12+) 22.10 «НЕОКОНЧЕННАЯ СВАДЬБА». (16+) 23.20 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+) 03.15 «Порча». (16+) 03.40 «Знахарка». (16+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

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

Важно знать: что делать в экстренной ситуации

Порядок действий в случае смерти человека:

1. После того как факт смерти установлен, вызовите сотрудника Городской специализированной службы по вопросам похоронного дела по **круглосуточному телефону 8 (495) 300-3-300**.
2. Запишите ФИО и табельный номер сотрудника, которые вам сообщит диспетчер Городской Специализированной службы. Подготовьте свой паспорт и паспорт покойного.
3. Дождитесь сотрудника Городской Специализированной службы для:
 - оформления заказа на организацию похорон (кремации) по установленным ценам;
 - транспортировки тела умершего в патологоанатомическое отделение;
 - получения консультации по вопросам бесплатного места на кладбище в соответствии с Федеральным Законом №8.

Индексация льгот с 1 февраля 2023 г.

Получить социальное пособие на погребение в размере **7 793 руб. 48 коп.** можно в течение 6 месяцев с момента смерти. Его выплачивают на основании гербового свидетельства о смерти и справки по форме №11. В случае смерти безработного москвича (включая пенсионеров) предоставляется доплата в размере **13 888 руб. 00 коп.**

Важно!

Информационная справочная 24/7

8 (495) 300-3-300

Операторы Городской специализированной службы бесплатно консультируют по вопросам, связанным с потерей близкого. Позвонив по круглосуточному телефону информационной справочной, вы получите исчерпывающую информацию о порядке предоставления ритуальных услуг, необходимых документах и положенных льготах.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы RITUAL.RU

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.15 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)

TV1000 VIJU TV1000

05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.05 «В стране невыученных уроков». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО

06.30 «Большое путешествие. Специальная доставка». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.50 «7 ДНЕЙ И НОЧЕЙ С МЭРИЛИН». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.55 «ВЫСОТА-89». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.35 «ШАЛУН». (12+)

РОДНОЕ КИНО

00.05, 01.05 «КРОТ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07.45 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (12+)

CINEMA

06.40 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)

red .RED

06.00 Голливуд за кадром. (16+)

РЕТРО

06.15 «СЧАСТЛИВЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

CTC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

07.00, 15.00, 23.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

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

ПОБЕДА

04.10 «Путь к Победе». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю

05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

06.05 Черные пантеры Второй мировой. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.25, 18.05, 23.50 О самом главном. «Настраиваем» кишечник. (12+)

УСАДЬБА

07.15 Сад с нуля. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

10.30 Рыболовное путешествие с чемпионом. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	СПОРТ
06.00 Футбол. Международный юношеский турнир «Кубок Дружбы». Финал. Трансляция из Ростова-на-Дону. (0+)	13.35 Синхронное плавание. Чемпионат России. Дуэты. Микст. Техническая программа. Трансляция из Казани. (0+)
07.35 «Победный обед». Специальный репортаж. (12+)	16.05, 22.25 Специальный репортаж. (12+)
07.50, 10.15, 13.00, 16.00 Новости	16.25, 21.55 «БХБ». Волейбольное обозрение. (0+)
07.55, 02.05 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. 1/4 финала. «Синара» (Екатеринбург) - «Ухта». (0+)	16.55 Волейбол. Чемпионат России. PARI Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). (0+)
09.45, 20.55, 01.35 Неделя КЛЛ. (12+)	18.55 Баскетбол. PARI Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. Финал. «Динамо» (Курск) - УГМК (Екатеринбург). Прямая трансляция (0+)
10.20 Автоспорт. G-Drive Росийская серия кольцевых гонок. GT4. Гонка 2. Трансляция из Сочи. (0+)	21.25 «География спорта. Сочи». (12+)
11.00 Самбо. Чемпионат Европы. Трансляция из Израиля. (0+)	22.45 «Есть тема!» (16+)
12.05 «Громко». (12+)	00.00 Синхронное плавание. Чемпионат России. Команды. Техническая программа. Трансляция из Казани. (0+)
13.05 «Пара на дистанции. Мария Степанова и Денис Зубов». (12+)	03.55 Самбо. Чемпионат Европы. Трансляция из Израиля. (0+)
13.20 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)	

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)	16.00 Плейлист по кайфу. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)	16.30 Приехали! Малайзия. (16+)
06.40 Про-новости. (16+)	17.00 Прогноз по году. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	18.00 Про-новости. (16+)
07.15 Про-Клип. (16+)	18.20 Плейлист Весна. (16+)
07.20 Каждое утро. (16+)	19.00 Русский чарт. (16+)
08.40 Про-новости. (16+)	20.00 Лайкер. (16+)
09.00 WEB чарт. (16+)	22.00 Отпиарь меня нежно. Серые кардиналы. (16+)
10.00 Плейлист Весна. (16+)	23.00 Про-новости. (16+)
11.00 #НАМУЗТВ. (16+)	23.20 Плейлист Весна. (16+)
12.00 Юмор FM чарт. (16+)	00.30 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Консервы. (16+)	01.30 Лайкер. (16+)
14.00 Муз-ТВ чарт. (16+)	03.00 Золотая лихорадка. (16+)
15.00 Про-новости. (16+)	
15.20 В десятку! (16+)	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	О!	КАРУСЕЛЬ
06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)	05.00 «Мир за минутку». (0+)	05.00 «Команда Флоры». (0+)	05.00 Ранние птицы. «Мальшарики идут в детский сад». (0+)
06.30, 11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	06.00, 23.50 «Эмми и Гуру». (0+)	06.00 «Жужжалка». (0+)	Теперь любимые герои отправятся в детский сад, где они научатся заводить друзей, мириться в случае ссоры и постигать навыки самостоятельности.
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	07.00, 02.45 «Смешарики». (0+)	07.05, 02.45 «Смешарики». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	09.00 «Казупс!» (0+)	07.35 «Петроникс». (0+)	08.05 «Лунтик». (0+)
08.20, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	10.00 «ТриО!» (0+)	08.05 «Лунтик». (0+)	09.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
09.00, 18.25 «Буба». (6+)	10.20 «Три кота». (0+)	09.00 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)	Этот мультсериал о жизни простой семьи - мамы, папы, старшего брата, младшей сестры и собаки Сони. Отношения с ребятами во дворе, новые знакомства, лучшие друзья и ссоры друг с другом, - всё это интересно и иногда сложно, но Миру и Гоша знают, что из любой ситуации можно найти выход!
09.30 Друзья на все времена. «Простоквашино». (0+)	12.40 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)	09.15 «Турбозавры». (0+)	10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)
10.00, 22.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)	14.00 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)	10.45 «ТриО!» (0+)	11.05 «Геройчики». (0+)
10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)	15.50, 00.50 «Динозавры». (0+)	11.05 «Геройчики». (0+)	12.55 «Инфинити Надю». (6+)
11.00 «Кошечки-собачки». (0+)	15.55, 00.55 «Простая арифметика». (0+)	13.10 «Дикие скричеры!» (6+)	13.35 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
14.00, 17.25 «Фиксики». (0+)	16.00, 01.00 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)	14.10 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
15.00 «Ник-изобретатель». (0+)	16.05, 01.05 «Спроси у ТриО!» (0+)	15.25 «Ералаш». (6+)	15.25 «Ералаш». (6+)
15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)	16.10 «Фиксики». (0+)	16.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)	16.30 «Смешарики. Пинкод». (6+)
17.00 Друзья на все времена. «Тигренок». (0+)	17.40 «Оранжевая корова». (0+)	17.45 «Команда Флоры». (0+)	18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
18.00 «ДиноСити». (0+)	18.40 «Три кота». (0+)	18.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	20.15 «Ник-изобретатель». (0+)
19.00 «Геройчики». (0+)	21.00 «ДиноСити». (0+)	20.15 «Ник-изобретатель». (0+)	Это весёлые истории про мальчика-изобретателя и его удивительных роботов!
20.55 «Машины сказки». (0+)	22.50 «Мир за минутку». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)	20.45 «Лунтик». (0+)
21.30 «Бобр добрый». (0+)	22.55 «Тима и Тома». (0+)	22.00 «Инфинити Надю». (6+)	22.25 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)	01.10 «Царевны». (0+)	22.25 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)	23.40 «Котёнок по имени Гав». (0+)
23.00 «Бодо Боро. БОДПутешествия». (0+)	02.30 «Каша-малаша». (0+)	23.40 «Котёнок по имени Гав». (0+)	00.25 «Ничуть не страшно». (0+)
	04.30 «Приключения Ам Няма». (0+)	00.25 «Ничуть не страшно». (0+)	00.35 «Змей на чердаке». (0+)
		00.40 «Мешок яблок». (0+)	01.05 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)
		01.05 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)	03.30 «Три кота». (0+)
		03.30 «Три кота». (0+)	

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	16.15 «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ ВЕРЫ». (12+)
05.10 «БЕСПОКОЙНОЕ ХОЗЯЙСТВО». (0+)	18.10 «ВОЗМЕЗДИЕ». 1 серия. (6+)
СССР, 1946 г.	19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
06.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)	21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)	22.05 Чернобыльский ковчег. (0+)
10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)	23.05 Служба спасения семьи. (16+)
12.30 Лето Господне. Радоница. (6+)	00.05 День Патриарха. (0+)
14.30 Оптинские новомученики. (0+)	00.20 Чернобыль. До и после. (0+)
15.25 Памяти павших. Цикл: Небо на земле. (0+)	01.05 Расскажи мне о Боге. (6+)
16.00 Цикл: Дети Донбасса. Память об отцах героев. (16+)	01.35 Парсуна. С Владимиром Легойдой. (6+)
	02.25 Встреча. (12+)
	03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

25 апреля
Седмица 2-я по Пасхе. Радоница. Помяновение усопших. Глас 1. Прп. Исаака Сирина в Сполете Италийском.



Прп. Василия исп., еп. Парийского. Сщмч. Зинона, еп. Веронийского. Прмчч. Мины, Давида и Иоанна. Прп. Анфусы девы. Прп. Афанасия игуменни. Прмч. Сергия Муромской и Бельничской икон Божией Матери.

Поста нет.

«Делайте свое, а как другие на вас смотрят, не считайте того важным. Ибо верен суд только Божий. Люди же и себя плохо знают, тем паче других». Свт. Феофан Затворник

ГАРДЕРОБ

В новом сезоне нам, конечно, хочется чего-нибудь новенького. Самое простое – это колготки.

Сегодня мы расскажем, какие колготки в тренде этой весной и предстоящим летом. Но сначала напомним, что классикой на все времена были и остаются колготки телесного цвета до 20 den. Тут все просто: чем теплее на улице, тем меньше den. Цвет – максимально приближенный к натуральному. А теперь поговорим о самых модных колготках, которые в этом сезоне, возможно, вам будут очень кстати.

Чёрные

На прохладную погоду нам понадобятся колготки плотные, для теплых дней – тонкие, полупрозрачные. Если у вас красивые ноги, для вечера можно выбрать колготки с тонкой вертикальной полоской сзади. Черные колготки прекрасно ладят с любым стилем и образом. И в офис, и в гражданскую жизнь черные колготки вписываются практически безупречно. И так же безупречно комплектуются с любой одеждой. Их можно надеть, например, с белым вязаным платьем – правда, при этом обувь должна быть обязательно черной.

КОЛГОТОЧНЫЙ КАЛЕЙДОСКОП

Белые

Белые колготки с легким рисунком надевают сегодня не только на свадьбу. Молодые и молоджавые дамы могут носить такие колготки в качестве повседневного или вечернего варианта. В отличие от черных, белые колготки «дружат» с обувью любого цвета, даже с черной.

Однако надо учитывать, что для белых колготок желательны красивые ножки, так как белый цвет колготок может предательски подчеркнуть все недостатки.

Девочка спрашивает у мамы:
– Мама, можно я пойду погуляю?
– С этой дыркой в колготках?
– Нет, с подружкой с 3-го этажа.

МОДНЫЕ КОЛГОТКИ

весна 2023

Цветные

Стильные образы позволяют создать цветные колготки. Это может быть как полностью однотонный образ, так и «колер блок» – когда яркий цветовой акцент создается именно колготками. Самые модные цвета сезона: голубой, розовый, лавандовый, желтый, фиштантовый. Конечно, цветные колготки должны быть плотными.

Со стразами

Для вечерних выходов модные дизайнеры предлагают стразы. Блестящие колготки, популярны в прошлых сезонах, больше не актуальны. Если вы хотите блистать, выбирайте стразы – хоть на отдельных участках колготок, хоть по всей длине.

Ажурные и в сеточку

Самые женственные и сексуальные – колготки в сеточку и ажурные. Но именно с такими колготками следует быть особенно осторожными, чтобы не скатиться в вульгарность. Проще всего подбирать максимально лаконичную одежду и избегать вызывающих оттенков. Идеальной парой в этом случае могут быть брутальные материалы – например, кожа и деним. Однако крайне важно даже при таких материалах учитывать длину юбки и высоту каблука.

В горошек

Горошек, отметившийся уже, кажется, на всех предметах одежды, добрался и до колготок. Вариантов горошка предлагается множество: белый горошек на черных колготках, черный – на бежевых или белых и т.п. Образ с колготками в горошек – это романтично и легкомысленно, поэтому в офис такие колготки, конечно, надевать не следует. А вот для повседневного или вечернего выхода горошек на ногах вполне сойдется.

Светлана ИВАНОВА

ПЕРВЫЙ



23.45 Подкаст.Лаб «Письма». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «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+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ. НОВЫЕ СЕРИИ». (12+)
22.45 «Большая игра». (16+)
23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма». (16+)
00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Триггеры». (16+)
01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Астроумные». (16+)
01.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
02.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)

5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
06.50 «ЛЕСНИК». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
Со счетов небольшого регионального банка украдена крупная сумма денег...
22.25 «СВОИ-5». (16+)
23.10 «СВОИ-3». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.20 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном.
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
Спасая людей из пожара, Артём получает травму и попадает в больницу. О работе спасателя теперь ему придётся забыть. Даже ходить он вряд ли сможет. Диагноз приводит Артёма в ярость, он намерен во что бы то ни стало встать на ноги. Вместе с Наташей они возвращаются в родной город.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «ДУЭТ ПО ПРАВУ». (12+)
В лесу обнаружено тело молодого человека Олега, убитого ударом по голове. Парень одет очень дорого, при нём документы и телефон. Выясняется, что убитый был из бедной семьи, но встречался с весьма обеспеченной девушкой.
03.55 «ПЫЛЬНАЯ РАБОТА». (16+)

ЗВЕЗДА

- 05.10 «СЛЕПОЙ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30
Новости дня. (16+)
09.20 01.15 «КОМАНДИР КОРАБЛЯ». (12+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.40 15.05 03.45 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
19.40 «Секретные материалы». (16+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.25 «ДВА ФЕДОРА». (12+)
02.55 «Генрих Гиммлер. Апостол дьявола». (12+)

ТВЦ



11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЖАЖДА СЧАСТЬЯ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.45 «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». (16+)
10.40 «Великие обманщики. По ту сторону славы». (12+)
11.30 События
11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЖАЖДА СЧАСТЬЯ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 03.15 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)
16.55 «Звёзды против СССР». (16+)
17.50 События
18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ЛЮБОВНЫЙ КВАДРАТ». (12+)
Россия, 2021 г. Детектив.
20.00 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ТАЙНА БЕЛОСНЕЖКИ». (12+)
22.00 События
22.40 «Хватит слухов!» (16+)
23.10 Прощание. (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Битва за наследство». (12+)
01.25 «Знак качества». (16+)
02.05 «Адольф Гитлер. Двойная жизнь». (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.45 «Короли эпизода». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР

- 06.00 «За дело!» (12+)
06.40 «История голографического кино в России». (12+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00
Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 12.00 13.10 14.05 18.00 19.20
ОТражение
10.10 17.10 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
11.30 05.05 «Потомки». (12+)
15.10 23.15 «БЕРЕЗКА». (12+)
16.05 00.10 «Случайные носители мышления». (12+)
17.00 «Отчий дом». (12+)
21.00 «РАБА ЛЮБВИ». (12+)
22.35 «На приёме у главного врача». (12+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.35 «ПЛЯЖ. ЖАРКИЙ СЕЗОН». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
В ракетной части стратегического назначения происходит ЧП: сержант Семин берет в заложники капитана Суровцева, личный состав караула и требует встречи с журналистами.
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
Лесник набирает бойцов, вытаскивает из СИЗО Понча, чтобы воевать с Фомой. Тот в свою очередь привозит Горыныча, специалиста по взрывам.
22.15 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
00.55 «АЛЕКС ЛЮТЫЙ». (16+)
04.15 «АГЕНТСТВО СКРЫТЫХ КАМЕР». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00
«Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30
«Деньги 24». (12+)
12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 01.20
«The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
00.10 «Ночью The City». (18+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 14.15 «Математика и подъем цивилизации»
08.25 «Жизнь и судьба»
08.50 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ»
10.15 «Наблюдатель»
11.15 23.50 ХХ век
12.45 Новости. Подробно. Кино
13.00 «Царица над царями. Ирина Бугримова»
13.30 Искусственный отбор
15.05 «Война Анатолия Папанова»
15.20 «Белая студия»
16.05 22.30 «Последнее путешествие викингов»
17.15 «Библейский сюжет»
17.50 01.00 Оркестры России. Государственный академический симфонический оркестр России имени Е.Ф. Светланова
18.40 «Фёдор Тютчев. Записка царю»
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.00 Абсолютный слух
21.45 Власть факта
23.20 «САС. Те, с которыми я...»
01.50 «Павел Флоренский. Русский Леонардо»
02.15 «Шигирский идол»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
06.00 16.25 «Город с историей». (12+)
06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 17.40 «Внимание! Еда!»
06.50 «Наставники». (12+)
08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00
«Новости 360». (16+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.05 11.40 «Быстрые деньги»
12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
13.00 «Викторина 360».
14.10 «Самое вкусное». (12+)
15.10 00.10 «Живой арсенал»
17.10 «Поездка со вкусом»
18.15 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
18.40 «Детство. Возвращение»
20.15 20.40 21.20 21.50 «Тайная история еды». (12+)
22.25 «Шестое чувство». (12+)

СТС



08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
09.00 Уральские пельмени. (16+)
10.20 «ПАССАЖИР». (16+)
США - Франция, 2018 г. Драматический триллер. В ролях: Лиам Нисон, Вера Фармига. Майкл МакКоули был полицейским, но обстоятельства заставили его отойти от дел, связанных с криминалом. Уже много лет он продаёт страховые полисы и радуется жизни.
12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
20.00 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
США - Канада, 2008 г. Фантастический триллер. В ролях: Хейден Кристиensen, Джейми Белл, Рэйчел Билсон. Дэвид Райс считал себя обычным парнем, пока однажды не узнал, что может телепортироваться с места на место. Вскоре Дэвид узнаёт истинную ценность новых способностей. В один момент он обнаруживает, что стал мишенью.
21.45 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
23.35 «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
01.35 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
05.10 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
06.20 06.30 06.40 07.10 07.35 08.00 00.45 00.55 02.55 03.05 03.30 04.30 04.50 05.00
Мой район. (12+)
08.15 16.00 «КАРЬЕРА ДИМЫ ГОРИНА». (12+)
09.55 «Тайны нашей эстрады». (12+)
10.25 03.45 «Тайны кино». (12+)
11.10 20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
12.40 21.35 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (6+)
14.15 23.00 «ЖИВЁТ ТАКОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
17.45 Звёзды советского экрана. (12+)
18.15 01.20 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	23.00 «Конфетка». (16+)	21.45 «2:22». (16+)	12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)	14.55 «Вид сверху». (12+)	23.20 «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+)	06.00 Идеальный ужин. (16+)	06.00, 14.20 «Лучшие из лучших». (12+)	06.30 05.05 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.00 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	08.30 «Модные игры». (16+)	06.15 «Мультфильмы». (0+)	06.10 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	06.30 Что по спорту? (12+)	08.10 Давай разведёмся! (16+)
06.05 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «УНИВЕР». (16+)	09.15 Утренние гадания. (16+)	07.00 Улётное видео. Топ-35. (16+)	07.00, 09.10, 12.50, 14.50, 03.10 Новости	09.10 Тест на отцовство. (16+)
09.00 «Засекреченные списки». (16+)	15.00 «ЖУКИ». (16+)	09.30 «Слепая». (16+)	07.50 Улётное видео. Самое смешное. (16+)	07.05, 15.25, 22.00, 00.30 Все на Матч!	10.35 Забота о важном. (12+)
11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)	18.00 «ОЛЬГА». (16+)	11.15 Знаки судьбы. (16+)	08.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)	09.15 Синхронное плавание. ЧР. Пр.тр.	10.40 Тест на отцовство. (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+)	12.20 Мистические истории. (16+)	10.00 Решала. (16+)	12.00 «Магия большого спорта». (12+)	11.25 04.15 «Понять. Простить». (16+)
13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+)	13.30 Охотники за привидениями. (16+)	11.00 Охотники. (16+)	12.30 Спецрепортаж. (12+)	12.30 02.30 «Порча». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	23.00 «Конфетка». (16+)	14.00 Любовная магия. (16+)	11.00 Ведущие проекта под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги... (12+)	12.55 «Есть тема!»	13.05 02.55 «Знахарка». (16+)
17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+)	Шоу «Конфетка» соберёт непрофессиональных музыкантов и поможет им пока ещё не признанным шедеврам по-настоящему зазвучать. Новое музыкальное сопровождение, профессиональная запись и звёздные исполнители превратят любую песню в настоящую «конфетку». (16+)	14.30 Гадалка. (16+)	12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)	14.55 «Вид сверху». (12+)	13.40 03.20 «Верну любимого». (16+)
20.00 «ПАРАНОЙЯ». (12+)	01.00 «Импровизация. Команды». (16+)	16.50 «Слепая». (16+)	16.00 Улётное видео. (16+)	15.55 Борьба. Борцовская Лига Поддубного. Пр.тр.	14.10 03.50 «Голоса ушедших душ». (16+)
США - Индия - Франция, 2013 г. Триллер. В ролях: Лиам Хемсворт, Гари Олдман, Эмбер Хёрд, Харрисон Форд, Лукас Тилл. (16+)	03.30 «Студия «Союз». (16+)	18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)	20.00 Охотники. (16+)	17.55 Мини-футбол. КПРОФ - «Новая генерация». ЧР. PARI-Суперлига. Пр.тр.	14.45 «КОГДА СПАДЁТ ПЕЛЕНА». (16+)
22.00 «Смотреть всем!» (16+)	05.00 «Открытый микрофон». (16+)	19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)	21.00 Решала. (16+)	19.55 Баскетбол. УНИКС - «Зенит». Единая лига ВТБ. Пр.тр.	19.00 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)
00.30 «САБОТАЖ». (18+)	06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	21.45 «2:22». (16+)	22.00 Охотники. (16+)	22.30 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. Пр.тр.	22.05 Забота о важном. (12+)
		23.45 Охотники за привидениями. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	01.15 Баскетбол. (0+)	22.10 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+)
		00.15 Мистические истории. (16+)	02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)	03.15 Синхронное плавание. (0+)	23.20 «ТАРИФ НА ЛЮБОВЬ». (16+)
		01.15 «Психосоматика». (16+)	04.40 Идеальный ужин. (16+)		01.10 «МОЯ МАМА - НЕВЕСТА». (16+)
		05.45 «Мультфильмы». (0+)			

МОСКОВСКОМУ ПЕНСИОНЕРУ РЕКЛАМА

Старость в радость с Гупсоцгарантией!

Заклучите договор пожизненной ренты и получите до 3 000 000 рублей единовременно!

И до 30 000 тысяч рублей – ежемесячно!

оплата коммунальных платежей и помощь по хозяйству

Звоните! Тел.: 8 (495) 727-28-28

Договор ренты заключается с ООО «Гупсоцгарантия», без посредников. Расторгнем договор ренты с недобросовестным рентоплательщиком.

Два приятеля.

- Поделись своими впечатлениями от первого месяца семейной жизни!
- До свадьбы всё ваялось на своих местах, а сейчас всё аккуратно сложено, но не знаю где!

Обед. Мама даёт дочке кусок торта.

- Мама, а я хочу два куска.
- Хорошо, доченька, возьми нож и разрежь кусок на два.

– Девушка, а с вами можно познакомиться?

- Нет!
- А почему сразу нет?
- Ты мне нравишься, не хочешь твою жизнь ломать!

На сайте WWW.FLOTURUSICH.RU

г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1.
Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75 // СКИДКИ НА КРИЗИСЫ 2024

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

КРИЗИСЫ НА МАЙСКИЕ ПРАЗДНИКИ от 14 199 р.

02.05.2023 – 10.05.2023 «БЕЛАЯ РЕКА – ПО ВОЛГЕ ГОРОДА» от 55 299 р.
Москва – Тулаев – Городец (Семенов) – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамалыш) – Уфа (Аркам) / Обратно = 47 099 р.

09.05.2023 – 19.05.2023 «АЙ, ДА! КАЗАНЧКА!» от 34 599 р.
Москва – Казань – Ярославль – Н. Новгород – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Городец – Чкаловск – Кострома – Мышкин – Углич – Москва

17.05.2023 – 21.05.2023 «В ГОСТИ К ЯРОСЛАВУ МУДРОМУ» от 22 499 р.
Москва – Углич (муз. коженного ремесла) – Ярославль (Толга/Ростов Великий) – Тулаев – Казань – Москва

21.05.2023 – 09.06.2023 «КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧИ!» от 115 399 р.
Москва – Рыбинск – Череповец – Горьцы – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва

10.06.2023 – 16.06.2023 «ДОЛГО БУДЕТ КАРЕЛЯ СНИТЬСЯ!» от 40 899 р.
Москва – Углич – Горьцы – Сорвала (Мраморный каньон) – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург

30.07.2023 – 14.08.2023 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ!» от 112 199 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кизи – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Углич – Москва

30.07.2023 – 13.08.2023 «ВОТЧИНА СТРОГАНОВЫХ!» от 65 299 р.
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь (Верхотурье) – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Ильинский/Кунгурская п. – Березники (Усьолье – Соликамск/Чердынь) – Казань – Макарёво – Москва

28.08.2023 – 09.09.2023 «СОЛОВЕЦКИЙ ЭКСПРЕСС» от 76 699 р.
Москва – Углич – Кизи – Беломорск – Соловки (2 дня) – Архангельск – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва – аванс 5000р.

СО СКИДКОЙ 13% АКЦИЯ «КЕШБЭК 24%», ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64
Действительно при наличии мест. Реклама

Коллега – коллеге по работе.

- Ох, поговорила с тобой и думаю, как бы я могла хорошо жить, если бы не знала, как живёт твоя подружка.

Деловая женщина сидит в баре. К ней подходит мужчина:

- Здравствуйте! Разрешите вам предложить свою компанию...
- А почему вы хотите её продать?

Приятель – приятелю.

- Знаешь, в нашем подъезде сосед стал везде и всюду хвалить всех соседей. Даже незнакомым рассказывает,

как ему с соседями повезло. К чему бы это?

- Ой, у нас тоже было такое, когда сосед снизу квартиру свою продавал.

Муж – жене:

- Дорогая, ты у меня замечательная, но тебе не хватает самокритики.
- Да, хотелось бы научиться признавать свои ошибки... Хотя кого я обманываю? Какие у меня могут быть ошибки?!

- Вы выходите на следующей остановке?
- Нет.
- Тогда давайте меняться.
- Как? Вы – нет, а я – да?

АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? – ВЫХОД ЕСТЬ!

ВЕРНИТЕ СЕБЕ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ!

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

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

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

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

ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!

БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:

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

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

Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

ПЕРВЫЙ



09.55 «Жить здорово!» (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «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+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 16.50 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Информационный канал. (16+)
 19.50 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 «ПО ЗАКОНАМ ВОЕННОГО ВРЕМЕНИ», НОВЫЕ СЕРИИ. (12+)
 22.45 «Большая игра». (16+)
 23.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
 01.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
 02.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обязательно к прочтению». (16+)

5 5-й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
 05.30 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
 06.20 «ЛЕСНИК». (16+)
 08.35 «День ангела». (0+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 «ЛЕСНИК». (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
 19.50 «СЛЕД». (16+)
 Убита пенсионерка Зоя Абрамова. Ничто так не радовало Зою, как адресованные ей оскорбления...
 22.25 «СВОИ-5». (16+)
 23.10 «СВОИ-3». (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
 «СЛЕД». (16+)
 00.30 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (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+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 В программе Андрея Малахова зритель ждет встречи, которые тронут сердце, и герои, которые откроют душу.
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.05 Вести.
 Местное время
 21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
 Коля полон решимости наладить отношения с Аней. Он врывается в медцентр, где работает жена, и при всех дарит ей букет. Вовка с однокурсниками приходят к Артёму в госпиталь, они собрали деньги, чтобы оплатить реабилитацию.
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
 02.00 «45-й Московский Международный кинофестиваль. Торжественное закрытие»
 03.10 «ЗОЙКИНА ЛЮБОВЬ». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 13.40 15.05 03.00 «СЛЕПОЙ-2». (16+)
 07.00 «Сегодня утром». (12+)
 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
 09.20 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)
 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
 15.00 Военные новости. (16+)
 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
 18.55 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
 19.40 «Код доступа». (12+)
 22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
 23.25 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)
 02.05 «Мария Закревская. Драматургия высшего шпионажа». (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЗОНА КОМФОРТА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
 08.10 «Доктор И...» (16+)
 08.45 «НЕРАЗРЕЗАННЫЕ СТРАНИЦЫ». (16+)
 10.40 «В моей смерти прошу винить...» (12+)
 11.30 События
 11.50 «ПСИХОЛОГИЯ ПРЕСТУПЛЕНИЯ: ЗОНА КОМФОРТА». (12+)
 13.40 «Мой герой». (12+)
 14.30 События
 14.50 Город новостей
 15.05 03.15 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ: РИМСКИЙ ПАЛАЧ». (12+)
 17.00 «Битва со свекровью». (16+)
 17.50 События
 18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ШОКОЛАДНОЕ УБИЙСТВО». (12+)
 20.00 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ЭФФЕКТ БАБОЧКИ». (12+)
 22.00 События
 22.40 «10 самых...» (16+)
 23.10 «Дорогие товарищи. Миллионер из хрущоб». (12+)
 00.00 События. 25-й час
 00.30 «Петровка, 38». (16+)
 00.45 «Битва за наследство». (12+)
 01.25 «Отцы-невидимки». (16+)
 02.05 «Третий рейх: последние дни». (12+)
 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
 04.45 «Короли эпизода». (12+)
 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 22.45 «Моя история». (12+)
 06.25 «Отчий дом». (12+)
 06.40 «Случайные носители мышления». (12+)
 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00 Новости
 08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТражение
 10.10 18.05 «ДВОЙНАЯ СПЛОШНАЯ-2». (16+)
 11.25 «РАБА ЛЮБВИ». (12+)
 15.10 23.15 «БЕРЁЗКА». (12+)
 16.10 00.10 «В поисках утраченного искусства». (16+)
 17.00 «Коллеги». (12+)
 17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
 21.00 «ТЫ ЕСТЬ...» (12+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.45 «ПЛЯЖ». (16+)
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
 Не получив обещанных денег, бывший партнер директора авиакомпании Мазаева совершает акт угрозы, взорвав один из лайнеров.
 13.00 «Сегодня»
 13.30 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «За гранью». (16+)
 17.50 «ДНК». (16+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
 Белова выходит на бывшего инструктора Архитекторов Бурова. Семенов с операми ищут киллеров, одетых в костюмы Деда Мороза и Снегурочки, убивших бизнесмена Шимакова.
 22.15 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
 00.55 «Поздняков». (16+)
 01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
 02.10 «Основано на реальных событиях». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 «Новости». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
 18.15 «Интервью». (12+)
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
 21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)
 00.10 «Ночью The City». (18+)

РОССИЯ К Культура



06.35 «Пешком...»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
 07.35 14.15 «Планеты. Ледяные миры»
 08.25 «Жизнь и судьба»
 08.45 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ»
 10.15 «Наблюдатель»
 11.15 23.50 XX век
 12.45 Новости. Подробно. Театр
 13.00 «Профессия - Кио»
 13.30 Абсолютный слух
 15.05 «Война Зиновия Гердта». Рассказывает Евгений Ткачук
 15.20 Эпизоды
 16.05 22.30 «Последнее путешествие викингов»
 Когда укрепления франков стали слишком мощными, викинги обратили взоры на Англию.
 17.15 Моя любовь - Россия!
 17.40 01.00 Оркестры России. Национальный филармонический оркестр России. Дирижер А. Ткаченко
 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
 23.35 «Сегодня»
 00.00 «ФАЛЬШИВЫЙ ФЛАГ». (16+)
 00.55 «Поздняков». (16+)
 01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
 02.10 «Основано на реальных событиях». (16+)

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
 06.00 16.25 «Город с историей». (12+)
 06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 17.40 «Внимание! Еда!»
 06.50 «Наставники». (12+)
 08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00 22.00 «Новости 360». (16+)
 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 11.05 11.40 «Быстрые деньги»
 12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
 13.00 «Викторина 360».
 14.10 «Самое вкусное». (12+)
 15.10 00.00 «Живой арсенал»
 17.10 «Поездка со вкусом»
 18.15 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
 18.40 «Детство. Возвращение»
 20.15 «Док. кино». (16+)
 21.05 21.30 22.05 22.35 «Тайная история еды». (12+)

СТС



12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)

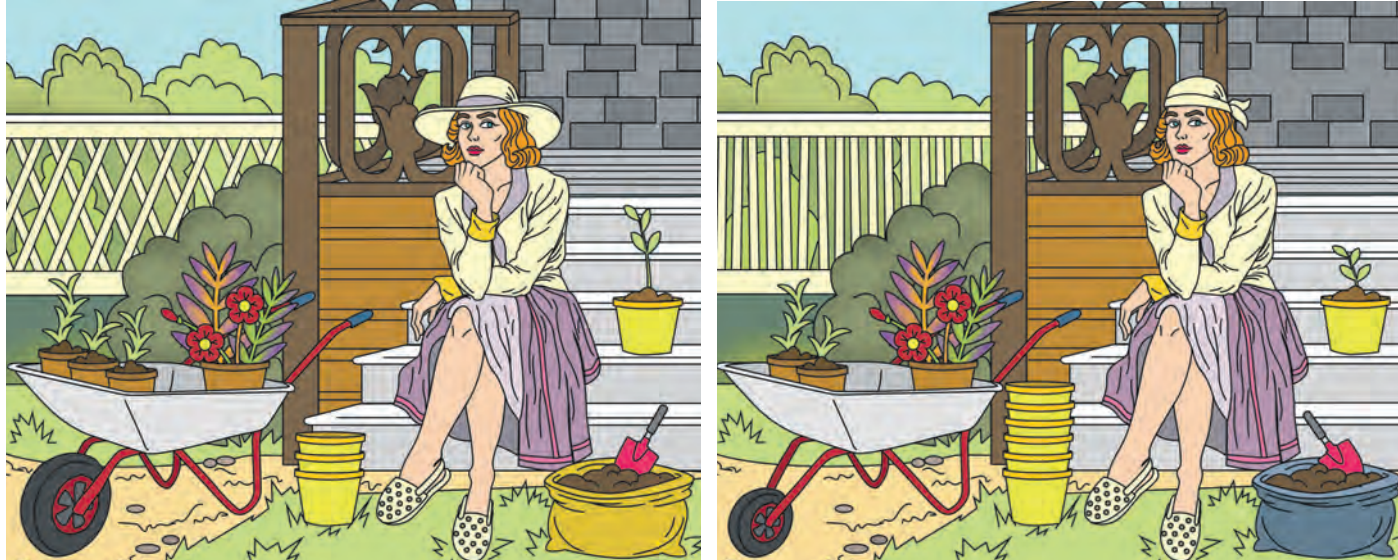
- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
 09.00 Уральские пельмени. (16+)
 10.10 «ВОЗДУШНЫЙ МАРШАЛ». (12+)
 Великобритания - Франция - США - Канада, 2013 г. Боевик. В ролях: Лиам Нисон, Джулианна Мур, Мишель Докери. Межконтинентальный авиарейс. Воздушный маршал Билл Маркс, который обеспечивает безопасность пассажира, получает сообщения с угрозами от маньяка-террориста.
 12.20 «ИВАНОВЫ-ИВАНОВЫ». (12+)
 18.30 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
 20.00 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
 США, 2009 г. Комедия. В ролях: Джеки Чан, Эмбер Валетта. Агент Боб Хо обезвреживает террористов, ниспровергает диктаторов и крушит целые империи зла, но теперь его ждёт самое сложное задание за всю карьеру - на один вечер он должен стать нянькой.
 21.55 «СМОКИНГ». (12+)
 23.55 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
 02.10 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)
 05.00 «6 кадров». (16+)
 05.20 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 06.10 06.20 06.35 07.00 07.25 07.50 00.45 00.55 «Мой район». (16+)
 08.05 15.35 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (12+)
 09.40 «Тайны нашей эстрады». (12+)
 10.05 «Тайны кино». (12+)
 10.55 20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
 12.35 «КАРУСЕЛЬ». (12+)
 13.50 23.05 «ТЫ ЕСТЬ...» (12+)
 17.20 «Это было смешно». (12+)
 17.50 Звёзды советского экрана. (12+)
 18.15 01.20 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)
 21.30 «ШОФЁР ПОНЕВОЛЕ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 00.30 «БАРРАКУДА». (18+)	 09.00 «ОЛЬГА». (16+)	 19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+)	 12.00 «СОЛДАТЫ». (12+)	 12.55 «Есть тема!»	 08.00 Давай разведёмся! (16+)
05.00 18.00 02.05 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 02.50 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ЗАКАТАТЬ В АСФАЛЬТ». (16+) Канада - Великобритания - США, 2018 г. Боевик. 00.30 «БАРРАКУДА». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 08.30 «Хочу перемен». (16+) 09.00 «ОЛЬГА». (16+) 21.00 «ДРУГ НА ЧАС». (16+) 22.00 «Женский стендап. Дайджесты-2022». (16+) 23.00 «Женский стендап». (18+) Шоу, в котором женщины честно и откровенно шутят обо всем, что их волнует и веселит. За несколько лет на TNT проект обрел свою преданную аудиторию, а участницы стали суперзвездами российского юмора. Истории, рассказанные комиком шоу, убедили скептиков в том, что женский юмор вовсе не нишевый. 00.00 «Концерты». (16+) 01.00 «Импровизация. Команды». (16+) 03.50 «Студия «Союз». (16+) 05.20 «Открытый микрофон». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.00 Любовная магия. (16+) 14.30 Гадалка. (16+) 16.50 «Слепая». (16+) 18.30 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+) 19.30 «ПО ТУ СТОРОНУ СМЕРТИ». (16+) 21.45 «13-Й РАЙОН: КИРПИЧНЫЕ ОСОБНЯКИ». (16+) 23.30 Охотники за привидениями. (16+) 00.00 Мистические истории. (16+) 01.00 «ТВОЙ МИР». (16+) 03.30 «Психосоматика». (16+) 04.15 Апокалипсис. (16+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.10 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 07.00 Улётное видео. Топ-35. (16+) 07.50 Улётное видео. Самое смешное. (16+) 08.30 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 10.00 Решала. (16+) О преступлениях аферистов редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. 11.00 Охотники. (16+) 12.00 «СОЛДАТЫ». (12+) 16.00 Улётное видео. (16+) 20.00 Охотники. (16+) 21.00 Решала. (16+) 22.00 Охотники. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 04.40 Идеальный ужин. (16+)	06.00, 14.20 «Лучшие из лучших». (12+) 06.30 «Вид сверху». (12+) 07.00, 10.00, 12.50, 14.50, 03.10 Новости 07.05, 15.25, 22.00, 00.30 Все на Матч! 10.05, 12.30 Специальный репортаж. (12+) 10.25 Синхронное плавание. ЧР. Пр.тр. 11.30 Karate Combat 2023. (16+) 12.55 «Есть тема!» 14.55 «Большой хоккей». (12+) 16.25 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. (0+) 16.55 Баскетбол. «Динамо» - УГМК. PARI ЧР - Премьер-лига. Женщины. Финал. Пр.тр. 18.55 Хоккей. ЦСКА - «Ак Барс». Фонбет Чемпионат КХЛ. Кубок Гагарина. Пр.тр. 22.30 Профессиональный бокс. Нокауты. (16+) 01.15 Борьба. (0+)	06.30 05.45 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.00 Давай разведёмся! (16+) 09.00 Тест на отцовство. (16+) 10.35 Забота о важном. (12+) 10.40 Тест на отцовство. (16+) 11.15 04.55 «Понять. Простить». (16+) 12.20 03.05 «Порча». (16+) 12.55 «Знахарка». (16+) 13.30 «Верну любимого». (16+) 14.05 04.25 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.40 «НЕОКОНЧЕННАЯ СВАДЬБА». (16+) 19.00 «СОЛОВЕЙКА». (16+) 22.05 Забота о важном. (12+) 22.10 «СОЛОВЕЙКА». (16+) 23.20 «ОТПУСК В СОСНОВОМ ЛЕСУ». (16+) 03.30 «Знахарка». (16+) 03.55 «Верну любимого». (16+) 04.50 «6 кадров». (16+)

НА ДОСУГЕ



Найди 10 отличий

Создаем и творим на даче

Творческий подход нужен ко всему. Тем более при работе с такой красотой – цветами.

Ответы: колесо такти, горшочки в ней, горшки справа от тапки, забор, деревья над забором, чашка, кляпка в доме, растение в горшке справа, лопатка в мешке, цвет мешка.

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 парадонтит – 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 дентальной камерой!

УСИЛЕННЫЕ МЕРЫ САНИТАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ!
 ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!



ВЕРАСТОМ
СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ
КЛИНИКА

ст. м. «Коньково»,
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. ЛО-77-01-004192
 от 20.09.2011 г.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00, 00.00 Лига Ставок. Вечер профессионального бокса. Трансляция из Санкт-Петербурга. (16+)
 - 07.35 «Сборная России. Илья Власов». (12+)
 - 07.50, 10.00, 13.00, 16.05 Новости
 - 07.55 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. 1/4 финала. (0+)
 - 09.45, 10.55 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
 - 10.05 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Женщины. Финал. Трансляция из Сочи. (0+)
 - 11.10 Баскетбол. Единая лига ВТБ. 1/2 финала. УНИКС (Казань) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
 - 13.05 «Победный обед». Специальный репортаж. (12+)
 - 13.25 Синхронное плавание. Чемпионат России. Соло. Произвольная программа. Прямая трансляция из Казани
 - 15.45 «Небесная грация». (0+)
 - 16.10, 22.25 Специальный репортаж. (12+)
 - 16.25, 21.55 «Большой хоккей». (12+)
 - 16.55 Синхронное плавание. Чемпионат России. Акробатическая группа. Трансляция из Казани. (0+)
 - 18.05 «Магия большого спорта». (12+)
 - 18.35 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. Трансляция из Сочи. (0+)
 - 19.30 «Вид сверху». (12+)
 - 19.55 Баскетбол. PARI Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. Финал. «Динамо» (Курск) - УГМК (Екатеринбург). (0+)
 - 22.45 «Есть тема!» (16+)
 - 01.40 Волейбол. Чемпионат России. PARI Суперлига. Мужчины. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). (0+)
 - 03.30 Американский футбол. Чемпионат России. «Спартак» (Москва) - «Трифоны» (Санкт-Петербург). (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
 - 06.00 Каждое утро. (16+)
 - 06.40 Про-новости. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 07.15 Про-Клип. (16+)
 - 07.20 Каждое утро. (16+)
 - 07.35 Тееп чарт. (16+)
 - 08.00 Каждое утро. (16+)
 - 08.40 Про-новости. (16+)
 - 09.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
 - 11.00 Битва фанклубов. (16+)
 - 12.00 Плейлист по кайфу. (16+)
 - 12.30 Прогноз по году. (16+)
 - 14.00 WEB чарт. (16+)
 - 15.00 Про-новости. (16+)
 - 15.20 В десятку! (16+)
 - 16.00 Юмор FM чарт. (16+)
 - 17.00 Консервы. (16+)
 - 18.00 Про-новости. (16+)
 - 18.20 Плейлист | Весна. (16+)
 - 19.00 Муз-ТВ чарт. (16+)
 - 20.00 Хит-Сториз. (16+)
 - 20.30 Лайкер. (16+)
 - 22.00 Бред сивого рептилоида? Теория заговора. (16+)
 - 23.00 Про-новости. (16+)
 - 23.20 Плейлист | Весна. (16+)
 - 00.30 Хиты по-русски. (16+)
 - 01.30 Лайкер. (16+)
 - 03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 06.30, 11.30, 19.20 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
 - 08.25, 13.25, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00, 18.25 «Буба». (6+)
 - 09.30 Друзья на все времена. «Ну, погоди!» Каникулы: Марафон, Лонгборды». (6+)
 - 10.00, 14.00, 17.30, 22.00 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 11.00 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 15.00 «Ник-изобретатель». (0+)
 - 15.30 «Ну, погоди!» Каникулы». (6+)
 - 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
 - 18.00 «ДиноСити». (0+)
 - 19.00 «Геройчики». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Бобр добр». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
 - 23.00 «Бодо Бородо. БОДОбутешествия». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Мир за минутку». (0+)
 - 05.05 «Команда Флоры». (0+)
 - 06.00, 23.50 «Эмми и Гуру». (0+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05, 02.45 «Смешарики». (0+)
 - 09.00 «Казупс». (0+)
 - 10.00 «ТриО!» (0+)
 - 10.20 «Три кота». (0+)
 - 12.40 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
 - 14.00 «Отель у овец». (0+)
 - 15.50, 00.50 «Динозавры». (0+)
 - 15.55, 00.55 «Простая арифметика». (0+)
 - 16.00, 01.00 «Лабораториум. Маленькие исследователи». (0+)
 - 16.05, 01.05 «Спроси у ТриО!» (0+)
 - 16.10 «Фиксики». (0+)
 - 17.40 «Оранжевая корова». (0+)
 - 18.40 «Три кота». (0+)
 - 21.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 22.50 «Мир за минутку». (0+)
 - 22.55 «Тима и Тома». (0+)
 - 01.10 «Царевны». (0+)
 - 02.30 «Каша-малаша». (0+)
 - 04.40 «Приключения Ам Няма». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 13.05, 18.00 «Фиксики». (6+)
- 06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Панда и Крош». (0+)
- 07.05, 12.35, 19.05, 00.35 «Смешарики». (6+)
- 07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.40, 13.30, 19.40 «Тру и Радужное королевство». (6+)
- 08.25, 15.55, 20.25 «Октонавты». (0+)
- 08.50, 16.20, 20.50 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
- 08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.30 «Консуни». (6+)
- 10.00, 17.30 «Роботы-поезда». (6+)
- 10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк». (12+)
- 11.50, 15.35, 23.55 «Енотки». (0+)
- 14.15 «Команда Флоры». (6+)
- 14.25 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (12+)
- 22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ

- 05.00 «Буба». (0+)
- 07.00 «Ералаш». (6+)
- 08.00 «Маша и Медведь». (0+)
- 08.30 «Джили и Гулу». (0+)
- 09.00 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
- 09.35 «Идефикс и неукротимые». (6+)
- 10.00 «Простоквашино». (0+)
- 12.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 13.35 «Приключения Пети и Волка». (12+)
- 14.00 «Ералаш». (6+)
- 15.15 «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 17.30 «Академия сверхъестественного». (12+)
- 18.15 «Простоквашино». (0+)
- 19.30 «Спасатели». (6+)
- 21.05 «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)
- 23.00 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ». (12+)
- 00.35 «Маша и Медведь». (0+)
- 02.25 «Ералаш» (субтитры). (6+)
- 04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (0+)
 - 06.50 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30, 21.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
 - 11.05 В поисках Бога. (6+)
 - 11.35 Расскажи мне о Боге. (6+)
 - 12.10 Профессор Осипов. (0+)
 - 12.45 Простые чудеса. (12+)
 - 13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00, 15.35 Святые Целители. (0+)
 - 16.10 Храм Казанской иконы Божией Матери города Нерюнгри. Фильм из цикла «Храмы Якутии». (0+)
 - 16.25 «ВОЗМЕЗДИЕ». 2 серия. (6+)
 - 17.40 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)
 - СССР, 1966 г.
 - 19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)
 - 22.05 Святые из медблока. (16+)
 - 22.40 Святые России. (6+)
 - 23.40 День Патриарха. (0+)
 - 23.55 В поисках Бога. (6+)
 - 00.25 Зиничев. За други своя. (0+)
 - 01.20 Цикл: На своей земле. На передовой. (16+)
 - 01.35 Прямая линия жизни. (16+)
 - 02.25 Встреча. (12+)
 - 03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

27 апреля
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.
Свт. Мартина исп., папы Римского.



Мчч. Антония, Иоанна и Евстафия Литовских. Мч. Ардалиона. Мч. 1000 Персидских и Азата скопца. Св. Александра исп., пресвитера. Виленской и Виленской-Остробрамской икон Божией Матери.

Поста нет.

« Не нужно беспокоиться в этой жизни о несправедливостях, которые причинили нам люди или бесы, потому что это не беспокоит и Бога, ибо Он запишет все эти несправедливости и хранит их с процентами в Своей небесной сберегательной кассе».

Прп. Паисий Святогорец

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

1 2 3 4 5 6

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

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

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

1 2 3 4 5 6

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

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

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

СУДОКУ

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

ПЕРВЫЙ



23.55 «Вызов. Первые в космосе». (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «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+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 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 Премьера. «ГОЛОС» весны в обновленном составе. (12+)
23.55 «Вызов. Первые в космосе». (12+)
00.55 ПОДКАСТ.ЛАБ «20 лет спустя». (16+)
01.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)
02.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Астроумные». (16+)
03.40 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.45 «ОПЕРА. ХРОНИКИ УБОЙНОГО ОТДЕЛА». (16+)
07.20 «СВОИ-5». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «ЛЕСНИК». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ЛЕСНИК». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ЛЕСНИК». (16+)
19.50 «СЛЕД». (16+)
23.10 «Светская хроника». (16+)
00.10 Они потрясли мир. (12+)
Еженедельная программа о самых громких любовных историях. Ими восхищаются, им завидуют. Глядя на них, начинают верить в искреннюю любовь...
00.55 «БАРС». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном.
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести.
Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 Прямой эфир. (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ДОРОГА К СЧАСТЬЮ». (12+)
Людмила живёт у Нины, скучая по Матвею. А тот тем временем назначает встречу бывшей любовнице. Артём замечает, что в комнате Антона начинается пожар. Забыв про свои больные ноги, он спешит на помощь. Узнав, что у Марты есть дочка, Аня предлагает Коле забрать малышку. Коля категорически против.
23.25 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ РАССВЕТ». (12+)
Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Алёна Коломина, Кирилл Кузнецов. Каково это - потерять родителей и в этот же день узнать, что они были не родителями, а преступниками, похитившими тебя ребёнком много лет назад?
03.25 «СВОЙ-ЧУЖОЙ». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.00 09.20 11.10 13.20 15.05 «ГАИШНИКИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
16.20 18.40 «ЖАЖДА». (16+)
Россия, 2010 г. Военная драма. В ролях: Т. Бибич, К. Андоленко, А. Ефремов, С. Удовик, А. Ильин, К. Демидов.
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.00 «Музыка+». (12+)
00.10 «ДУРАКИ УМИРАЮТ ПО ПЯТНИЦАМ». (16+)
01.55 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (16+)
04.10 «Живые строки войны». (12+)
04.40 «ДВА ФЕДОРА». (12+)

ТВЦ



14.50 Город новостей.

- 06.00 «Настроение»
08.05 «Большое кино». (12+)
08.40 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ». (12+)
События
11.30 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ». (12+)
11.50 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (12+)
12.35 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «МЕТОД УБОРЩИЦЫ-2». (12+)
16.55 «Актёрские драмы. Выжить в 90-е». (12+)
17.50 События
18.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: СЕРДЦЕ ЗВЕРЯ». (12+)
Россия, 2022 г. Детектив. Любовники, собиравшиеся сбежать от своих супругов, найдены мёртвыми в лесу.
20.05 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: СТРАШНАЯ, СТРАШНАЯ СКАЗКА». (12+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.00 «Приют комедиантов». (12+)
00.35 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (6+)
01.50 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (6+)
03.10 «Большое кино». (12+)
03.35 «Петровка, 38». (16+)
03.50 «Мосфильм. Фабрика советских грёз». (12+)
05.15 «В моей смерти прошу винить...» (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Коллеги». (12+)
06.40 «В поисках утраченного искусства». (16+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 19.00
08.05 08.35 09.05 09.35 13.10 14.05 19.20 ОТражение
«Преодоление». (12+)
10.10 «ТЫ ЕСТЬ...» (12+)
11.25 «Человек и судьба». (12+)
15.10 «На приеме у главного врача». (12+)
15.40 «Песня остаётся с человеком». (12+)
16.20 «Вспомнить всё». (12+)
16.30 «Сказка сказок». (0+)
17.00 «ОДИН ИЗ ТРИНАДЦАТИ». (16+)
17.25 «ЧИСТОЕ ИСКУССТВО». (16+)
21.00 «Свет и тени». (16+)
22.35 «ЧЕРНАЯ КОШКА, БЕЛЫЙ КОТ». (18+)

НТВ



20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)

- 04.50 «ПЛЯЖ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «МОРСКИЕ ДЬВЯЛЫ. СМЕРЧ». (16+)
Полиция ищет лабораторию по производству наркотиков, спрятанную в труднопроходимом болотистом лесу.
13.00 «Сегодня»
13.30 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «НЕВСКИЙ: РАСПЛАТА ЗА СПРАВЕДЛИВОСТЬ». (16+)
Во время очередной встречи Зорина с Беловой Архитектор убивает Белову по телефону, что она станет следующей, если не прекратит поиски. Семенов едет к Бурову, чтобы все у него выяснить.
22.15 «БЫК». (16+)
00.20 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
02.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
02.40 «Квартирный вопрос». (0+)
03.30 «ЛИНИЯ ОГНЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 21.00 21.40 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00
04.00 «Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30
«Деньги 24». (12+)
12.45 15.45 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 01.20 «The City». (12+)
13.45 16.45 01.15
«Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.20 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



15.20 «Энига»

- 06.30 07.00 07.30 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 14.10 «Франция. Путешествие во времени»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.50 «МИЛОСТИВЫЕ ГОСУДАРИ»
10.15 Шедевры старого кино
11.35 «Первый среди равных. Анатолий Кторов»
12.20 Цвет времени
12.45 Открытая книга
13.15 «Первые в мире»
13.30 Власть факта
15.05 «Война Владимира Этуша». Рассказывает Виктор Добронравов
15.20 «Энига»
16.05 «Последнее путешествие викингов»
17.15 Письма из провинции
17.45 Оркестры России. Государственный академический симфонический оркестр Республики Татарстан. Дирижер А. Сладковский
18.45 «Царская ложа»
19.45 01.40 «Искатели»
20.35 Линия жизни
21.30 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ»
23.00 «2 Верник 2»
23.45 «ТАТУИРОВАННАЯ РОЗА»
02.25 «Сундук». «Как один мужик двух генералов прокормил»

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 07.00 09.30 «Новости МО»
06.00 16.25 «Город с историей»
06.25 08.05 08.35 13.40 14.40 17.40 «Внимание! Еда!»
06.50 «Наставники». (12+)
08.00 08.30 09.00 11.30 12.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 20.00 21.00
«Новости 360». (16+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.05 11.40 «Быстрые деньги»
12.30 «Кругосветка по Подмосковию». (12+)
13.00 «Викторина 360».
14.10 «Самое вкусное». (12+)
15.10 00.00 «Живой арсенал»
17.10 «Поездка со вкусом»
18.15 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
18.40 «Детство. Возвращение»
20.15 20.45 21.30 01.00 «Тайная история еды». (12+)
22.00 «Подмосковные игрушки»
22.50 «Прогулка». (12+)

СТС



22.30 Битва каверов. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «ПРОТИВ ВСЕХ». (16+)
09.00 «ДВАДЦАТЬ ОДНО». (16+)
США, 2008 г. Триллер. В ролях: Джим Стёрджесс, Кевин Спейси. Бен Кэмпбелл был одним из самых талантливых студентов всемирно известного университета, но были задачи, которые даже он не мог решить. Например, где взять 300 тысяч долларов на обучение.
11.35 Уральские пельмени. (16+)
11.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
19.30 Премьера! Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
22.30 Битва каверов. (16+)
00.30 Премьера! Импровизаторы. (16+)
01.30 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
Полина Овечкина с детства мечтает стать пилотом гражданской авиации. Но только один пилот может стать её напарником - Лёша Кулагин, известный хам и грубиян. Да и того можно заставить летать с женщиной только с помощью шантажа.
05.00 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.00 «Мультитро». (0+)
06.30 00.20 02.50 03.00 04.20 Мой район. (12+)
08.40 16.15 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)
09.50 «Тайны нашей эстрады». (12+)
10.20 «Юмор на все времена». (12+)
11.05 20.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
12.50 «ШОФЁР ПОНЕВОЛЕ». (12+)
14.25 22.45 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)
17.30 В главной роли. (12+)
18.20 01.15 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ». (16+)
21.30 «КАРУСЕЛЬ». (12+)
00.30 «Золотая рыбка». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 13.00 «Загадки человечества». (16+)	 09.00 «САШАТАНЯ». (16+)	 06.00 Утренние гадания. (16+)	 18.30 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (12+)	 07.05 Л13.25 Новости	 14.15 Скажи, подруга. (16+)
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!». (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный проект». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ЖАЖДА ЗОЛОТА». (16+) 21.50 «СИЛА СТИХИИ». (16+) 23.40 «МАЛЬЧИКИ-НАЛЕТЧИКИ». (16+) 01.40 «САБОТАЖ». (18+) 03.20 «ПАРАНОЙЯ». (12+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 17.00 «Однажды в России». (16+) Шоу честно рассказывает о наших российских реалиях, именно поэтому получается остро, реалистично и очень смешно. На две обычные российские беды - дураки и дороги - здесь приходится ещё минимум триста: кино, спорт, политика, шоу-бизнес... и так ещё 296 пунктов. 21.00 «Комеди Клуб». (16+) 22.00 «Галустян плюс». (16+) 23.00 «Stand up». (18+) 00.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ». (16+) 01.45 «Импровизация. Команды». (16+) 04.50 «Студия «Союз». (16+) 05.35 «Открытый микрофон». (16+) 06.20 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Новый день. (12+) 11.50 «Слепая». (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.00 Гадалка. (16+) 14.30 Вернувшиеся. (16+) 15.40 Врачи. (16+) 16.50 «Слепая». (16+) 20.00 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+) 00.00 «ПОБОЧНЫЙ ЭФФЕКТ». (16+) Россия, 2020 г. Ужасы. В ролях: Александра Ревенко, Марина Васильева. Однажды в размеренную и счастливую жизнь архитектора и его жены вламываются грабители... 01.30 Знаки судьбы. (16+) 04.45 Апокалипсис. (16+) 05.30 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Идеальный ужин. (16+) 06.10 Утилизатор. (16+) 16.30 «ЗАЩИТНИК». (16+) США, 2012 г. Боевик. В ролях: Джейсон Стэйтем, Крис Сарандон. Бывший агент элитных спецслужб случайно спасает похищенную китайскую девочку - Мэй... 18.30 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (12+) США, 2010 г. Комедийный боевик. В ролях: Том Круз, Кэмерон Диаз, Питер Сарсгаард, Хорди Моля. Джун летит на свадьбу к младшей сестре, хотя сама еще ни разу не была замужем. В самолете она знакомится с обаятельным мужчиной по имени Рой... 21.00 «+100500». (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.40 Вне закона. Преступление и наказание. (16+) 04.10 Идеальный ужин. (16+) 05.00 Утилизатор. (16+)	06.00, 14.20 «Лучшие из лучших». (12+) 06.30 «Большой хоккей». (12+) 07.00, 10.00, 12.50, 14.50, 20.00, 03.10 Новости 07.05, 14.55, 17.30, 20.05, 23.35 Все на Матч! 10.05, 00.25 «Небесная грация». (0+) 10.25 Автоспорт. G-Drive. (0+) 10.55 География спорта. (12+) 11.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+) 12.30 Лица страны. (12+) 12.55 «Есть тема!» 15.30 Смешанные единоборства. One FC. Пр.тр. 17.55 Гандбол. «Лада» - «Звезда». Кубок России. Пр.тр. 19.30 «Магия большого спорта». (12+) 20.45 Смешанные единоборства. АСА. Пр.тр. 00.45 Что по спорту? (12+) 01.15 Футбол. (0+)	06.30 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.40 Давай разведёмся! (16+) 08.40 Тест на отцовство. (16+) 10.35 Забота о важном. (12+) 10.40 Тест на отцовство. (16+) 10.55 04.50 «Понять. Простить». (16+) 12.00 02.50 «Порча». (16+) 12.30 «Знахарка». (16+) 13.05 «Верну любимого». (16+) 13.40 04.10 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.15 Скажи, подруга. (16+) 14.30 «ОТВЕРЖЕННАЯ». (16+) 19.00 «ЕЩЁ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+) 23.15 «УСПЕТЬ ВСЁ ИСПРАВИТЬ». (16+) 03.15 «Знахарка». (16+) 03.40 «Верну любимого». (16+) 04.35 «6 кадров». (16+)

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ПО 30 АПРЕЛЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
 Овнам предстоит много трудиться. Звезды советуют приложить максимум усилий, чтобы завершить все текущие дела. Старайтесь контролировать свои слова и эмоции. Не справляетесь сами? Обратитесь за помощью к близким, которые помогут вам решить возникшие трудности.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
 Многих Львов ожидает приятные новости, связанные с людьми, которые находятся далеко. В целом обстановка будет очень оптимистичная, вы сможете грамотно выстраивать свои дела, не прибегая к посторонней помощи. Отличное время для занятий спортом.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
 Этот период в жизни Стрельцов будет связан в том числе и с общением с природой. Прогулки и занятия спортом на свежем воздухе принесут вам заряд энергии и положительные эмоции. На выходных лучше сходить в парк, съездить за город.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
 Неделя располагает к домашним хлопотам и заботам о домочадцах. Займитесь покупками, сходите в гости, проведите время с ребенком, уделите время своему досугу. Не будьте слишком требовательны к близким, лучше постарайтесь порадовать их приятными сюрпризами.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
 Тельцам необходимо аккуратно относиться к своей жизненной энергии, старайтесь избегать лишних стрессов и эмоций. Отличный вариант – больше времени проводить дома, в кругу близких людей, в спокойной уютной атмосфере. А общение со старыми друзьями прибавит уверенности.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
 Успех ждет Дев, которые начинают нечто новое. Любуйтесь стартом, началом новой деятельности и все, что связано с новым этапом в жизни, будет иметь успех. Будьте открыты в общении. Старайтесь чаще улыбаться. Если кто-то попросит у вас помощи, не отказывайтесь.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
 Близнецам стоит уделять больше времени отдыху. Звезды советуют по возможности на несколько дней отказаться от активных действий и хорошо обдумать будущие шаги. В общении старайтесь держать себя в руках. Не слишком настаивайте на своей точке зрения.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
 Весам предстоит доказывать свой профессионализм. Ваши способности подвергнут критике. Будьте готовы к нападкам коллег и к недопониманию у начальства. Ситуацию сможете исправить только вы сами. Прогулки на свежем воздухе помогут справиться со стрессом.

РАК (22.06 – 22.07)
 У Раков наступающая неделя будет наполнена энергией созидания. Это удачное время для начала нового проекта. Организация цветника на участке или посещение театра и музея принесет вам положительные эмоции. Случайное знакомство со временем может перерасти в дружбу.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
 Звезды обещают Скорпиону много общения, знакомств с новыми людьми и деловых связей. Возможны внезапные гости или визит родственников. Но будьте внимательны к мелочам, не позволяйте себе личные разговоры с людьми, которым вы не особенно доверяете.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
 Козерогам следует обращать внимание на свое здоровье. Старайтесь избегать опасных ситуаций на бытовом уровне – порой даже приготовление пищи или работа в саду могут привести к травме. Действуйте осторожно и соблюдайте технику безопасности.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
 У Рыб вероятны позитивные изменения на работе. Но они не придут сами – смотрите реально на вещи и не витайте в облаках. Сейчас нужен трезвый взгляд на вещи. В общении с людьми следите за словами, особенно если человек вызывает у вас необъяснимое чувство раздражения.

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 24 ПО 30 АПРЕЛЯ

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!



Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

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

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

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

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

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

КИНО И СЕРИАЛЫ



06.40 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)

09.25 «РАБА ЛЮБВИ». (16+)

11.05 «ЗМЕЕЛОВ». (16+)

12.50 «КОМАНДИР СЧАСТЛИВОЙ «ЩУКИ». (12+)

14.40 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)

16.15 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)

18.00 «Я ШАГАЮ ПО МОСКВЕ». (12+)

19.25 «АФОНЯ». (16+)

21.00 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
СССР, 1977 г. В ролях: Андрей Мягков, Алиса Фрейндлих, Светлана Немоляева, Олег Басилашвили

23.50 «БЕГСТВО МИСТЕРА МАК-КИНЛИ». (16+)

02.30 «СОЛЯРИС». (12+)

05.05 «ДВОРЯНСКОЕ ГНЕЗДО». (12+)



05.30 «Роботы-поезда». «Тоботы». Мультсериалы. (6+)

07.15 «Соник Бум». Мультсериал. (6+)

08.05 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)

09.55 «ОДНАЖДЫ В РИМЕ». (16+)

11.35 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)

14.15 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)

16.45 «ИНФЕРНО». (16+)

19.00 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)

20.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)

22.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)

00.50 «ТАКИЕ РАЗНЫЕ БЛИЗНЕЦЫ». (16+)

02.20 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОНЬ». (12+)

04.00 «100% волк». Мультфильм. (6+)



05.35 «ДиноСити». «Пинкод». Мультсериалы. (6+)

07.50 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)

08.35 «ВИИ». (12+)

11.00 «ТАЙНА ПЕЧАТИ ДРАКОНА». (6+)

13.05 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)

14.45 «НЕУЛОВИМЫЕ: ПОСЛЕДНИЙ ГЕРОЙ». (16+)

16.05 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГ-КОК». (16+)

17.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕК-ПОТ». (16+)

19.05 «ОН - ДРАКОН». (6+)

20.55 «ЭБИГЕЙЛ». (6+)
Россия, 2019 г.

22.55 «ОН - ДРАКОН». (6+)
Россия, 2019 г.

00.35 «КРОВАВАЯ ЛЕДИ БАТОРИ». (16+)

02.20 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ПЕРВЫЙ». (16+)

03.45 «ПАРАГРАФ 78: ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)



06.40 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)

08.05 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)

09.20 «Алеша Попович и Тугарин Змей». Мультфильм. (12+)

10.50 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)

12.10 «Три богатыря и Шаманская царица». Мультфильм. (12+)

13.35 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)

15.20 «СВАТЫ». (16+)

22.00 «БАЛАБОЛ-5». (16+)

01.45 «ЛОВИ МОМЕНТ». (16+)
Россия, 2019 г.

03.00 «ДНЕВНИК МАМЫ ПЕРВОКЛАССНИКА». (6+)

04.20 «ТАМ, НА НЕВЕДОМЫХ ДОРОЖКАХ...» (6+)



02.30 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)

04.00 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)

05.50 «МУЖЕСТВО». (16+)

07.15 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)

09.00 «ВЫЖИТЬ В ИГРЕ». (16+)

10.35 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)

12.25 «ГОД В ПОРТУ». (16+)

13.45 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)

15.25 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)

17.00 «УЖЕ СКАЧУ ПО ТЕБЕ». (16+)

18.50 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)

20.30 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)

22.05 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)

23.50 «ВЕТРЕНАЯ РЕКА». (18+)



07.00 «ВЫСОТА-89». (16+)

08.50 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)

10.25 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)

12.05 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)

13.40 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
Драма, Россия, 2020 г.

16.05 «22 МИНУТЫ». (16+)
Боевик, Россия, 2014 г.

17.30 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
Комедия, Россия, 2011 г.

19.25 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
Мелодрама, Россия, 2010 г.

21.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
Боевик, Россия, 2005 г.

23.15 «Ч/Б». (16+)
Комедия, Россия, 2014 г.

00.55 «РОБОТ». (6+)

02.20 «РУБЕЖ». (12+)

03.55 «РУСАЛКА». (16+)

05.35 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)



01.15 «ХАМЕЛЕОН». (16+)

02.45 «ЛЮБОВЬ И ПРОЧИЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)

04.25 «ПОЛОХАЯ КОМПАНИЯ». (16+)

06.30 «ЭДДИ «ОРЁЛ»». (16+)

08.30 «ГОД СВИНЬИ». (16+)

09.55 «ЗОЛОТОЙ РЕБЕНОК». (16+)

11.40 «СВИДАНИЕ ВСПЛЕУЮ». (16+)

13.30 «НЕЧЕГО ТЕРЯТЬ». (16+)

15.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)

17.15 «ВМ ПИСЬМО». (16+)

19.30 «ДВА МИРА». (16+)

21.25 «ДЖУНГЛИ». (6+)
Мелодрама, комедия, приключения, Россия, 2012 г.

22.55 «ДОМ С ПАРАНОМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
Комедия, ужасы, США, 2014 г.



00.25 «КРОТ». (12+)

01.25 «КЛЮЧИ ОТ НЕБА». (12+)
Комедия, СССР, 1965 г.

03.10 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (6+)

04.45, 06.40 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (6+)

08.20, 09.50 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+)

11.05 «ВЕСЕЛАЯ ХРОНИКА ОПАСНОГО ПУТЕШЕСТВИЯ». (6+)
Мюзикл, приключения, СССР, 1986 г.

12.40, 14.00, 15.15 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)

17.10, 18.05 «АГЕНСТВО НЛС». (12+)

19.00 «МЕНЯЛЫ». (12+)
Комедия, Россия, 1992 г.

20.45 «ИМЕНИНЫ». (12+)
Комедия, Россия, 2004 г.

22.35, 23.35 «КРОТ». (12+)



07.00 «ПОЕЗД СУДЬБЫ». (12+)

10.30 «ПАМЯТЬ СЕРДЦА». (12+)

13.55 «ЛЮБОВЬ И НЕМОЖНО ПЛОМБИРА». (12+)

15.40 «ПРОВЕРКА НА ЛЮБОВЬ». (12+)
2013 г. В ролях: Глафира Тарханова, Юрий Батурич

17.20 «ВОЗВРАЩЕНИЕ ДОМОЙ». (16+)
2011 г. В ролях: Максим Аверин, Екатерина Федуллова, Сергей Романович, Сергей Газаров, Петр Баранчев

21.00 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!» (16+)
2017 г. В ролях: Полина Кутепова, Виталий Егоров, Наталья Высочанская, Екатерина Тарасова

00.35 «ПОЕЗД СУДЬБЫ». (12+)

03.45 «НА КАЧЕЛЯХ СУДЬБЫ». (12+)



07.50 «16 КВАРТАЛОВ». (16+)

09.30 «ЛЮБОВЬ ЖИВЕТ ТРИ ГОДА». (18+)

11.05 «ЗЕЛЕНАЯ КНИГА». (18+)

13.20 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)

15.15 «БОЛЬШАЯ ИГРА». (18+)

17.40 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)

20.00 «БОЙЦОВСКИЙ КЛУБ». (18+)
Германия, США, 1999 г.

22.30 «АПОКАЛИПСИС». (18+)

00.50 «МАТРИЦА ВРЕМЕНИ». (16+)

02.20 «ВРЕМЯ». (16+)

04.05 «СДЕЛАНО В АМЕРИКЕ». (16+)

05.55 «ОСТИН ПАУЭРС: ЧЕЛОВЕК-ЗАГАДКА МЕЖДУНАРОДНОГО МАСШТАБА». (16+)



06.25, 06.45, 07.10, 17.20, 17.40 «БЛЮДО С ДУШОЙ». (16+)

07.35 Проект Подиум. (16+)

08.35, 19.00 Правила моей кухни. (16+)

09.35, 10.25 «ДО СМЕРТИ КРАСИВА». (16+)

11.15 Проект Подиум. (16+)

12.15, 13.05, 13.55, 14.45 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

15.35 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)

18.05 Проект Подиум. (16+)

20.00 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)
США, 1997 г.

22.20 «ЛЮБОВЬ, СБИВАЮЩАЯ С НОГ». (16+)

23.50 «МАРИЯ-АНТУАНЕТТА». (16+)

01.50 «БЛИЗОСТЬ». (16+)

03.25 «ДЖЕРРИ МАГАУАЙЕР». (16+)



07.00 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)

08.20 «ИВАН МАКАРОВИЧ». (6+)

09.55 «ВСТРЕЧА В КОНЦЕ ЗИМЫ». (12+)

11.25 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)

12.45, 00.40 «ТАВЕРНА «ЯМАЙКА». (16+)

14.35 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)

16.00 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)

17.35, 02.20 «РОГАТЫЙ БАСТИОН». (12+)

19.00 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)

20.25 «ВОЛЧЬЯ СТАЯ». (12+)
СССР, 1975 г.

22.00, 04.55 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)

23.20 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)

03.40 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)



05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машинны Песенки», «Машины сказки», «Машины страшлики». Мультсериалы. (0+)

17.00, 17.40, 18.30, 19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.40 «ДИКИЙ АНГЕЛ» (субтитры). (16+)

23.30 Суббота News 2023. (16+)

23.40 Богиня (субтитры). (16+)

01.00 Богиня. (16+)

02.10 «РАЗРУШЕНИЕ К ВАШИМ УСЛУГАМ». (16+)
Сериал. Мелодрама, фэнтези, Южная Корея, 2021 г. В ролях: Пак По-ён, Со Ин-гук

03.15 «Буба-3». Мультсериал. (0+)

04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)



08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)

10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 гг. В ролях: Юлия Пожидаева, Алина Сандрацкая, Александр Волков, Алина Бужинская, Вера Романова, Михаил Ремизов

12.00, 20.00, 04.00 «БОЛЬШОЕ ЗЛО И МЕЛКИЕ ПАКОСТИ». (16+)

13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)

14.00, 22.00, 06.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)

15.00, 23.00, 07.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ «ВСЕГДА»-9». (12+)

00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)



06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)

07.55 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)

11.30 «ПОСЛЕДНИЙ ИЗ МАГИКЯН». (12+)

15.05 «ВОСЬМИДЕСЯТЬЕ». (16+)

22.10 «ПОГНАЛИ». (16+)

01.20 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
Шевцов переносит решающие матчи на площадку «Металлиста». Отец Бакина понимает, что сосед «прихватил» не только компьютеры. Смирнов налаживает отношения с Мариной. Англиков пытается раскрыть Оле глаза на Сочникова. Кысякля приходит в голову, как усилить «Медведей»...

03.00 «РАНЕТКИ». (16+)

04.35 «Царевны». Мультсериал. (0+)



07.00, 15.00, 23.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)
12 серия. Сериал. Детектив, Россия, 2006 г.

07.55, 15.55, 23.55 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР» (субтитры). (16+)
Драма, комедия, США, 2004 г.

09.40, 17.40, 01.40 «ПРИЗРАК И ТЬМА» (субтитры). (16+)
Триллер, США, 1996 г.

11.35, 19.35, 03.35 «ПОТЕРЯННЫЙ ОСТРОВ». (16+)
Драма, триллер, Россия, 2019 г.

13.10, 21.10, 05.10 «ГРОМЧЕ, ЧЕМ БОМБЫ» (субтитры). (18+)
Драма, Норвегия, Франция, США, 2015 г. В ролях: Гэбриел Бирн, Изабель Юппер

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ



05.00 «БЕГИ!» (16+)

07.15 «МЕЧ-2». (16+)

10.00 Новости

10.10 «МЕЧ-2». (16+)

13.00 Новости

13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)

14.10 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)

15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)

16.00 Новости

16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)

16.35 Мировое соглашение. (16+)

18.30 Новости

18.50 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)

20.35 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)

22.10 «ДЕЖА ВЮ». (0+)

00.10 «АМЕРИКАНСКАЯ ДОЧЬ». (6+)

01.45 «ПОДКИДЫШ». (0+)

02.55 «ЦИРК». (0+)

04.25 Наше кино. История большой любви. (12+)

04.50 Мультфильмы. (6+)



05.10 «Путь к Победе». (16+)

06.00 «БИТВА ЗА СЕВАСТОПОЛЬ». (16+)

08.10 «МАРИЯ. СПАСИ МОСКВУ». (16+)

10.00 «БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ». (16+)

13.50 «ЛИКВИДАЦИЯ». (16+)
Сериал. Детектив, Россия, 2007 г.
Опальный маршал Жуков отправлен в Одессу, где нет житья от воров, убийц и вымогателей, а дерзкая безжалостная банда повадилась грабить военные склады. И всем управляет неуловимый немецкий шпион по кличке Академик, которого никто не знает в лицо. И только начальник отдела по борьбе с бандингом Давид Маркович Гоцман может навести порядок и разоблачить Академика, который подобрали слишком близко...

23.59 «Путь к Победе». (16+)

01.00 «ТАНКИ». (16+)

02.30 «ЛЕДОКОЛ». (16+)
Драма, Россия, 2016 г.



05.00 «Ну, погоди! Канкулы». Мультсериал. (0+)

05.20 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)

05.40 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)

06.20 Пятница News. (16+)

06.40 Любовь на выживание. Тая и Женя (субтитры). (16+)

08.30, 09.40 На ножах (субтитры). (16+)

10.50 Кондитер-7. Вьетнам. Торт для Евгении Медведевой. (16+)

12.20, 13.40, 14.50, 15.50, 16.50, 17.50, 18.50, 20.00 На ножах (субтитры). (16+)

21.00, 22.00, 23.10, 00.10 «ЕВГЕНИИ-2». (16+)

01.10, 01.40, 02.10, 02.30 «КАТЯ НА АВТОМАТЕ». (16+)
Сериал. Россия, 2021 г. В ролях: Юлия Тополицкая, Дмитрий Смолев

02.50 Пятница News. (16+)

03.20 Инсайдеры. Волгоград. (16+)

04.10 Пятница News. (16+)

04.30 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)



05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

09.10 «КЛОН». (16+)

12.00 Гурю кухни. (16+)
20 семей сойдутся в жесткой борьбе, чтобы раз и навсегда решить, кто из них «Гурю кухни».

13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)

17.00, 18.30 Барышня - Крестьянка. (16+)
В реалити-эксперименте принимают участие две девушки из разных слоев общества. Героиням предстоит познакомиться с семьей и друзьями друг друга, а также в полной мере ощутить на себе разность их социального статуса и образа жизни.

20.00 «КЛОН». (16+)

22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)

00.05 Я стесняюсь своего тела. (18+)

01.55 Измены (субтитры). (18+)

03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ



01.30, 05.50 Петергоф - жемчужина России. (6+)

01.55, 04.40 Историкограф. (12+)

02.40 Из истории Крыма. (12+)

03.05 Тайное становится явным. (12+)

03.20, 06.15 Историада. (12+)

04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)

05.20 История российских кадетских корпусов. (6+)

07.35 Пешком по Москве. (6+)

08.00, 08.30 Легенды науки. (12+)

09.00 Жена Рубенса и черное золото. (12+)

09.55 Секреты истории. (12+)

11.50 История одной фотографии. (6+)

12.05 Расшифрованные сокровища. (12+)

12.50, 18.50 Архивы истории. (12+)

13.05 Артековский загал. (12+)

14.00 Загадки засечной черты. (12+)

14.30 Последний первый секретарь Еревана. (12+)

16.00 Н. М. Карамзин. Историк государства Российского. (12+)

16.10 Музейный феникс. (12+)

16.40 Ресурсы глазами иностранцев. (12+)

17.25 Семь дней истории. (12+)

17.40 Освободители. (12+)

18.20 Народовластие. (12+)

19.00 Перед вечностью. (12+)

19.45 Не квартира - музей. (12+)

20.00, 21.25 «МАРКО ПОЛО». (18+)

22.55 «ПЕРВОПЕЧАТНИК ИВАН ФЕДОРОВ». (12+)

23.45 Хроники общественного быта. (12+)



06.00 Музейные тайны: Искатели. (12+)

06.40 Нормандия 44: день «Д» и французская кампания: День «Д». (12+)

07.35, 08.30 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)

09.30, 10.30 Рыцари. (16+)

11.25, 12.15 Очень странные экспонаты. (12+)

13.05 Взлом кодов. (16+)

14.00 Как убили Джона Кеннеди. (16+)

16.00, 17.00 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)

18.00 Рыцари. (16+)

19.00 Великие воительницы викингов. (16+)

20.00 Очень странные экспонаты: Немецкие коды, египетские вертолеты и машина будущего. (12+)

20.50 Очень странные экспонаты: Моне-та викингов, древний диск и мертвая девушка, которая спасла миллионы. (12+)

21.45 Нормандия 44: день «Д» и французская кампания: Источение. (12+)

22.40 Нормандия 44: день «Д» и французская кампания: Прорыв. (12+)

23.40, 00.40 Мегалоплис: секреты древнего мира. (12+)

01.35, 02.30 Рыцари. (16+)

03.25, 04.10 Очень странные экспонаты. (12+)

04.55 Место преступления: древность: Заговор и месть. (16+)



06.00, 12.45, 18.20, 23.45 О самом главном. Как распознать инфаркт? (12+)

06.55 Медицинский квест. Вегетарианство. (12+)

07.40, 22.50, 02.50 На приеме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)

08.10, 14.35, 00.40 Генетическая революция. (16+)

09.00 О самом главном. Светобоязнь. (12+)

09.55 Эпидемия. Полиомиелит. (12+)

10.25 Эпидемия. Чума. (12+)

10.50, 11.20 Метод исследования. (12+)

11.50, 12.20, 17.10, 17.40, 21.55, 22.25 Будь в тонусе! (12+)

13.40 На приеме у психолога. Гнев. (12+)

14.10 Психология. Как избавиться от депрессии. (12+)

15.30 О самом главном. Польза компота. (12+)

16.25 Научные сенсации. Медицина будущего. (12+)

19.05, 05.05 Еда. Картофель. (12+)

19.30, 05.35 Еда. Крупы. (12+)

20.

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 17.00 Баскетбол. PARI Чемпионат России - Премьер-лига. Женщины. Финал. (0+)

07.50, 10.00, 13.00 Новости

07.55 «Человек из футбола. Игорь Семшов». (0+)

08.20 «Велотрек. Воскресение». Специальный репортаж. (12+)

08.35 «Владислав Третьяк. Пять счастливых дней одной жизни». (12+)

09.00 «Что по спорту? Владикавказ». (12+)

09.30, 18.50 «Большой хоккей». (12+)

10.05 «Пляжный волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Финал». (0+)

11.00 «Пара на дистанции. Мария Степанова и Денис Зубов». (12+)

11.20 «Лига Ставок. Вечер профессионального бокса». (16+)

13.05 «Вид сверху». (12+)

13.35 «Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок». (0+)

14.30 «География спорта. Сочи». (12+)

14.55 «Гандбол. Кубок России. ОЛИМПВЕТ Финал четырех. Женщины. 1/2 финала. «ЦСКА - Ростов-Дон» (Ростов-на-Дону). Прямая трансляция из Тольятти». (12+)

16.30, 22.15 Страна смотрит спорт. (12+)

19.20 Футбол. Международный юношеский турнир «Кубок Дружбы». Финал. Трансляция из Ростова-на-Дону. (0+)

20.55, 00.00 Гандбол. Кубок России. ОЛИМПВЕТ Финал четырех. Женщины. 1/2 финала. Трансляция из Тольятти. (0+)

22.45 «Есть тема!». (16+)

01.20 «Победный обед». Специальный репортаж. (12+)

01.40 Футбол. Международный юношеский турнир «Кубок Дружбы». Матч за 3-е место. (0+)

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

03.30 Американский футбол. Чемпионат России. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 Про-новости. (16+)

07.00 Тееп чарт. (16+)

07.25 Каждое утро. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Русский чарт. (16+)

10.00 Я попал, и ты попал: Фабричные тайны. (16+)

11.00 #НАМУЗТВ. (16+)

12.00 Top-15 Like FM. (16+)

13.00 Лига свежих клипов. (16+)

13.30 Приехали! Малайзия. (16+)

14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

15.00 Про-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Лайкер. (16+)

17.00 Плейлист | Под шашлычок. (16+)

18.00 Про-новости. (16+)

18.20 Плейлист | Весна. (16+)

19.00 Новый МузON. (16+)

23.30 DFM - Dance chart. (16+)

00.30 Танцпол. (16+)

01.00 Ловец слов. (16+)

02.00 Муз'итив. (16+)

03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 14.30 «Смешарики». (0+)

06.30, 11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)

08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)

08.25, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)

09.00, 18.25 «Буба». (6+)

09.30 Друзья на все времена. «Тайны Медовой долины: Бокал раздора, Конфетный кубок». (0+)

10.00, 14.00, 17.30, 22.00 «Фиксики». (0+)

10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)

11.00 «Кошечки-собачки». (0+)

15.00 «Ник-изобретатель». (0+)

15.30 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)

18.00 «ДиноСити». (0+)

19.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Волшебный атлас». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.30 «Бобр добр». (0+)

22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

05.00 «Мир за минутку». (0+)

05.05 «Команда Флоры». (0+)

06.00 «Эмми и Гуру». (0+)

07.00 «Жужжалка». (0+)

07.05, 02.45 «Смешарики». (0+)

09.00 «Казупс!» (0+)

10.00 «ТриО!» (0+)

10.20 «Три кота». (0+)

12.40 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)

14.00 «Поезд динозавров». (0+)

15.50 «Малыши дикой природы». (0+)

15.55, 00.55 «Звездная логика». (0+)

16.00, 01.00 «Доктор Малышкина». (0+)

16.05, 01.05 «Весёлый алфавит». (0+)

16.10 «Фиксики». (0+)

17.40 «Оранжевая корова». (0+)

18.40 «Три кота». (0+)

21.00 «Отель у овечек». (0+)

22.50 «Мир за минутку». (0+)

22.55 «Тима и Тома». (0+)

23.50 «Эмми и Гуру». (0+)

00.50 «Малыши дикой природы». (0+)

01.10 «Царевны». (0+)

02.30 «Каша-малаша». (0+)

04.40 «Приключения Ам Няма». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 13.05, 18.00 «Фиксики». (6+)

06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Панда и Крош». (0+)

07.05, 12.35, 19.05, 00.35 «Смешарики». (6+)

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

07.40, 13.30, 19.40 «Долина мумитроллей». (6+)

08.25, 15.55, 20.25 «Октонавты». (0+)

08.50, 16.20, 20.50 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

08.55, 23.25, 20.55 «Металионы». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Консуни». (6+)

10.00, 17.30 «Роботы-поезда». (6+)

10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (12+)

11.45, 23.45 «Енотки». (0+)

14.15 «Команда Флоры». (6+)

14.25 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (12+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

Неустаревающий комедийный киножурнал о детях и взрослых в повседневных и неожиданных ситуациях.

08.00 «Маша и Медведь». (0+)

08.30 «Джили и Гулу». (0+)

09.00 «Робин Гуд: Проказник из Шервудда». (6+)

09.35 «Идефикс и неукротимые». (6+)

10.00 «Простоквашино». (0+)

12.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

14.00 «Ералаш». (6+)

15.40 «МАНЮНЯ». (6+)

17.30 «Академия сверхъестественного». (12+)

19.30 «Семейка Монстров». (12+)

21.15 «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)

23.00 «МАЛЫШ В ДЕВОЧКЕ». (16+)

00.50 «Маша и Медведь». (0+)

02.25 «Ералаш» (субтитры). (6+)

04.00 «Буба». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние пташки. «Волшебная кухня». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.35 «Петроникс». (0+)

08.05 «Умка». (0+)

Сериал повествует о сказках шамана, который рассказывает о тех временах, когда он был тем самым маленьким мальчиком и дружил с белым медвежонком Умкой. К их веселым приключениям присоединяются новые друзья - милая нерпа Кора, озорная волчица Ильяма и смешная розовая чайка Пычик. Сказки шамана пропитаны духом Арктики и ее легендами - добрыми, поучительными и мудрыми. Мальчик и зверята вместе исследуют удивительный мир севера и учатся уважать природу и друг друга.

09.15 «Смешарики. Спорт». (0+)

Физкультпривет от самых веселых мульт-спортсменов!

10.15 «Суперкрылья. Суперпомощники». (0+)

10.45 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

11.10 «Супер МЯУ». (0+)

12.55 «Инфинити Надо». (6+)

13.10 «Дикие скричеры!» (6+)

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

14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)

Лауреат I степени IX международного конкурса «Gnesin Rock!» Победитель Открытого московского фестиваля юных исполнителей эстрадно-джазовой музыки «Разноцветные горошины!» Лауреат I степени Международного многожанрового фестиваля-конкурса «Территория талантов!» Музыкант, спортсмен и любитель животных! В гостях у Никиты и Ани - Иннокентий Сунцов!

14.10 «Монсики». (0+)

15.25 «Ералаш». (6+)

16.30 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

18.35 «Царевны». (0+)

20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

20.45 «Простоквашино». (0+)

23.00 «Герои Гуджигсу». (6+)

23.10 «Буба». (6+)

03.30 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «СМЕЛЫЕ ЛЮДИ». (0+)

СССР, 1950 г. В ролях: Сергей Гурзо, Тамара Чернова, Алексей Грибов

07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.30 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

11.05 В поисках Бога. (6+)

11.35 Расскажи мне о Боге. (6+)

12.10 Профессор Осипов. (0+)

12.45 Простые чудеса. (12+)

13.35, 14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Святые из медблока. (16+)

15.35 Зиничев. За други своя. (0+)

16.35 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ!». (12+)

18.05 «РЫСЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (0+)

19.30 Вечер на СПАСЕ. (0+)

21.30 Апостол Фома. (0+)

22.30 Черныбыльский ковчег. (0+)

23.30 Американский метод. Джозеф Глисон. (18+)

00.15 День Патриарха. (0+)

00.30 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

01.30 Простые чудеса. (12+)

02.15 Донбасс. Война. Лето 2014. (16+)

03.15 Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

28 апреля
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.
Апп. от 70 Аристарха, Пуда и Трофима.



Мцц. Василиссы и Анастасии. Мчч. Месукевийских - Сухия и дружины его: Андрея, Анастасия, Талале, Феодорита, Ивхириона, Иордана, Кондрата, Лукиана, Мимноноса, Нерангиоса, Полиевкта, Иакова, Фоки, Доментиана, Виктора, Зосимы (Груз.). Мч. Саввы Готфского. Сщмч. Александра пресвитера.

Постный день.
Разрешается рыба.

«Поскольку Бог даром, без всякой пользы, человек должен просто, без всякой своей пользы, Бога любить».
Свт. Тихон Задонский

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

Фразы про заливную рыбу или мороженое детям знает, наверное, каждый из наших читателей. И сегодня наша викторина посвящена не только киногероям, но и некоторым их кулинарным предпочтениям и даже «кулинарным» приключениям.

Вспомним вместе любимые фильмы

1 Сердца не только суровых лесорубов, но и всех зрителей покорила эта повараха. Именно ей принадлежит перечисление способов приготовления картошки, которые и сегодня радуют любителей этого продукта. Как звали повара Кислицыну (героиню Надежды Румянцевой) в комедии Юрия Чулюкина «Девчата»?
а) Анастасия. б) Анфиса. в) Тося.

2 Эта знаменитая кинокомедия начинается и завершается сценой в буфете цирка. Глеб Савельич Шулейкин (Евгений Леонов) рассказывает о своём необычном приключении в качестве как бы дрессировщика. Подход к дрессуре тигров нмимый дрессировщик раскрывает в том числе и на плакате... с разделкой тигра. Кем был на самом деле Шулейкин?
а) Буфетчик. б) Официант. в) Завхоз.

3 В этом комедийном музыкальном фильме показана подготовка к праздничному концерту и сам концерт, который проходил не на сцене, перед которой стояли рядами кресла, а рядом, за накрытыми столами. Трёх сестёр Шмелёвых: Валентину, Евгению и Ольгу, популярное вокальное трио 50-60-х годов, Рязанов вывел на сцену именно в этой роли. Кого сыграли сёстры Шмелёвы в фильме «Карнавальная ночь», исполнив песню «Танечка»?
а) Работниц бухгалтерии. б) Официанток. в) Продавщиц мороженого.

4 Слова «Федя, дичь», которые в фильме Леонида Гайдая «Бриллиантовая рука» произнёс Геша в ресторане «Плакучая ива», - ушли в народ. Кроме того, и зрители, и критики отметили стильность интерьера и меню. Неважно, кто постарался - декораторы или повара, но блюдо «дичь» хочется попробовать. Кто сыграл незадачливого Гешу Козодоева, которому удалось и в кафе-мороженом на берегу моря запутать всё и перекрутить?
а) Андрей Миронов. б) Анатолий Папанов. в) Юрий Никулин.

5 Сцены в ресторане в советских фильмах нередко показывали недостатки советского общепита. В фильме «Вокзал для двоих» режиссёра Эльдара Рязанова действие разворачивается в привокзальном ресторане. Чего стоит только фраза другой официантки, когда буфетчицу Веру пригласил пианист Платон в её же место работы, о том, чтобы сказать на кухне, чтобы в мороженое ничего кроме мороженого не положили, так как это для своих. Какая артистка сыграла Веру, история любви которой началась со скандала с посетителем ресторана?
а) Вера Алентова. б) Людмила Гурченко. в) Ирина Муравьёва.

6 Герои фильмов Леонида Гайдая в том числе любят вкусно поесть. Чего только стоит просмотр сцен царского пира из фильма «Иван Васильевич меняет профессию»! А в этом знаменитом фильме, где главная героиня Нина всё самое вкусное «выбросила в пропасть», есть великолепная сцена в ресторане, где прозвучало самое страшное проклятие: «Бамбарбия киргуду». Как называется эта комедия Леонида Иовича?
а) «Деловые люди». б) «Операция «Ы» и другие приключения Шурика». в) «Кавказская пленница».

ОТВЕТЫ

1-а, в. Анастасия или Тося. 2-а. Буфетчик. 3-б. Три официанток. 4-а. Андрей Миронов. 5-б. Людмила Гурченко. 6-в. «Кавказская пленница».



1 ПЕРВЫЙ



19.20 «Сегодня вечером». (16+)

- 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. «Поехали!» (12+)
 11.10 Премьера. «ПроУют». (0+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 «Видели видео?» (0+)
 14.00 «Рюриковичи». (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Премьера. «Кто хочет стать миллионером?» (12+)
 19.20 «Сегодня вечером». (16+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
23.50 «ЭЙФЕЛЬ»: ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ СИМВОЛА ПАРИЖА. (16+)
 01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Анекдоты». (16+)
 02.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма». (16+)
 03.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
 03.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
 04.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
 05.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «БАРС».** (16+)
08.10 «СВОИ-5». (16+)
08.55 «СВОИ-5». (16+)
 09.45 «Светская хроника». (16+)
 Интересный формат, звездные герои, яркие репортажи, мини-расследования и откровенные интервью. Уникальная возможность погрузиться в жизнь кумиров, увидеть мир их глазами!
10.45 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)
18.20 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
 Флагман информационного вещания Пятого. Это обзор ГЛАВНЫХ событий в стране и мире.
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



18.00 «Привет, Андрей!» (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
 08.00 Вести. Местное время
 08.20 Местное время. Суббота
 08.35 «По секрету всему свету»
 09.00 «Формула еды». (12+)
 «Формула еды» в Ленинградской области! Сергей Агапкин и Сесиль Плеже расскажут всё о слабосоленой форели. Правда ли, что эта вкусная рыба, помимо прочего, стабилизирует нервную систему и чем именно полезно большое количество омега-3 в её составе?
 09.25 «Пятеро на одного»
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 12.00 «Доктор Мясников». (12+)
13.05 «ТОКСИЧНАЯ ЛЮБОВЬ». (12+)
 17.00 Вести
 18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
21.00 «ОЧЕНЬ ПЛОХАЯ НЕВЕСТА». (12+)
 Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Мария Куликова, Константин Соловьёв.
 Вера Петровна - интеллигентная женщина, преподаватель филологии. Она уверена, что её единственный сын Дима совершенно не разбирается в девушках.
00.40 «ДОБЕЖАТЬ ДО СЕБЯ». (12+)
03.50 «БЕЛОЕ ПЛАТЬЕ». (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.05 «ИВАН ДА МАРЬЯ».** (6+)
 08.00 13.00 18.00 Новости
 08.15 «Морской бой». (6+)
09.15 «СВАДЬБА С ПРИДАНЫМ». (12+)
 11.45 «Легенды музыки». (12+)
 12.10 «СССР. Знак качества». (12+)
 13.15 «Не факт!» (12+)
 13.40 «Война миров». (16+)
 14.30 «Легенды кино». (12+)
 15.15 «Время героев». (16+)
 15.35 «Главный день». (16+)
 16.20 «ЦСКА. Спортивный щит родины». (12+)
17.25 18.30 «БЛАГОСЛОВИТЕ ЖЕНЩИНУ». (16+)
 Всероссийский вокальный конкурс «Звезда-2023». (6+)
00.05 «И СНОВА АНИСКИН». (12+)

ТВУ ТВЦ



22.05 «Право знать!» (16+)

- 05.55 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ».** (0+)
 07.30 «Православная энциклопедия». (6+)
08.00 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: СЕРДЦЕ ЗВЕРЯ». (12+)
09.45 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: СТРАШНАЯ, СТРАШНАЯ СКАЗКА». (12+)
 События
 11.30 «Петровка, 38». (16+)
11.55 «МОЛОДАЯ ЖЕНА». (12+)
13.50 14.45 «ЖЕНЩИНА С КОТОМ И ДЕТЕКТИВОМ». (12+)
 14.30 События
17.30 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ПАЛАТА №13». (12+)
19.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КЛЮЧ НА ДНЕ ОЗЕРА». (12+)
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушкиным
 22.05 «Право знать!» (16+)
 23.20 События
 23.30 «Русские тайны. Смерть Сталина». (12+)
 00.10 «Приговор». (16+)
 00.55 «Хватит слухов!» (16+)
 01.20 «Битва со свекровью». (16+)
 02.00 «Кровные враги». (16+)
 02.40 «Одинокие звёзды». (16+)
 03.20 «Звёзды против СССР». (16+)
 04.00 «Актёрские драмы. Выжить в 90-е». (12+)

OTR OTR

- 06.00 14.05 «Большая страна». (12+)
 06.50 17.00 «Мавзолей. Фотоувеличение». (12+)
 07.20 «Человек и судьба». (12+)
 07.45 «Мультфильмы». (0+)
 09.00 10.05 ОТРажение
 09.30 15.05 «Календарь». (12+)
 10.00 11.35 15.00 19.00 Новости
 11.40 «Коллеги». (12+)
 12.20 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
12.30 «ОДИН ИЗ ТРИНАДЦАТИ». (16+)
 15.30 «Книжные аллеи». (12+)
 16.15 «Свет и тени». (16+)
 16.40 «Хроники общественного быта». (12+)
17.25 «МЕНЯЛЫ». (12+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 «Преодоление». (12+)
20.25 «ПОЛОВИНИ». (16+)
20.45 «ЦВЕТЫ ВОЙНЫ». (16+)
23.10 «РАССКАЗЫ». (18+)

НТВ



19.00 «Центральное телевидение»

- 05.15 «Военно-исторические маршруты». (16+)
05.30 «ПЛЯЖ». (16+)
 07.20 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня»
 10.20 «Главная дорога». (16+)
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Страна талантов. Новый сезон». (12+)
 15.20 «Игры разумов». (0+)
 16.00 «Сегодня»
 16.20 ЧП. Расследование. (16+)
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
 20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
 21.25 «Секрет на миллион». (16+)
 Эти песни - стали легендами! А как сложились судьбы исполнителей этих хитов? Об этом узнаете в выпуске.
 23.35 «Международная пиорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
 00.20 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
 02.10 «Дачный ответ». (0+)
03.00 «ЛИНИЯ ОГНЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00
 09.30 10.00 10.15 11.00
 11.30 12.00 12.30 13.00
 14.00 15.00 16.00 17.00
 18.00 19.00 20.00 21.00
 22.00 23.00 00.00 01.00
 02.00 «Новости». (16+)
 06.20 17.15 «Время новых. Шоу». (12+)
 06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
 07.30 20.30 «The City». (12+)
 10.25 18.15 «Москва сегодня». (16+)
 13.25 «Куки-внуки». (12+)
 14.30 00.15 «The City. Едим»
 15.20 «Спецрепортаж». (12+)
 16.30 23.20 04.15 «Сделано в Москве». (12+)
 19.30 02.15 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
 21.25 «Откройте, Давид»
 22.25 «Дайджест «Рейд 112»

РОССИЯ **K** РОССИЯ K Культура



23.00 Клуб «Шаболовка, 37»

- 06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 «Сказки-невелички». «Пластилиновая ворона»
 07.30 12.35 00.00 «Либретто»
07.45 «ДОЖДЬ В ЧУЖОМ ГОРОДЕ»
 10.00 19.30 Новости культуры
10.15 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ»
 11.40 «Исторические курорты России»
 Фильм рассказывает о первом российском городском курорте - Липецке, знаменитом своими водами и грязями. Основан курорт по указу Петра Первого. Но расцвел он после Великой французской революции и наполеоновских войн.
 12.10 «Даты, определившие ход истории»
 12.50 01.30 «Все краски мира»
 13.40 22.55 «Три минуты тишины»
 13.45 «Рассказы из русской истории»
15.15 «ПОДКИДЫШ»
 16.25 «Театр имени Моссовета. По-прежнему вместе...» К 100-летию театра
 17.25 Спектакль «ШЕКСПИР-ГАМЛЕТ»
 19.45 «Романтика романа»
20.50 «ДЕВУШКИ ИЗ РОШ-ФОРА»
 23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
00.15 «ВРАТАРЬ»
 02.20 «Мультфильмы»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 06.30 «Интервью 360». (12+)
 05.30 00.50 01.15 «Город с историей». (12+)
 06.00 «Наставники». (12+)
 06.10 «Прогулка». (12+)
 07.00 07.30 «Простая медицина». (16+)
 08.00 «Будни». (16+)
 09.00 12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
 10.05 11.10 «Вкусно 360». (12+)
 11.00 12.00 15.00 20.00 «Новости 360». (16+)
 13.00 13.30 14.00 14.30 20.35 21.05 21.35 22.05 22.35 23.00 23.30 «Тайная история еды». (12+)
 15.05 19.00 «Живой арсенал»
 16.00 18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 16.25 «Док. кино». (16+)
 17.05 «Жеребцова и точка»
 00.00 «Подмосковные игрушки». (12+)

СТС СТС



08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
 08.00 «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+)
 10.40 Фактор страха. Испытание тайгой. (16+)
11.40 «СМОКИНГ». (12+)
13.40 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)
15.35 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ». (12+)
18.00 «ПЕРВЫЙ МСТИТЕЛЬ. ПРОТИВОСТОЯНИЕ». (16+)
21.00 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
 США - Китай - Германия - Япония, 2020 г. Фэнтезийный боевик. В ролях: Милла Йовович, Тони Джа, Рон Перлман. Капитан армии США Натали Артемида с отрядом бойцов ищет группу пропавших солдат в пустыне.
23.00 «НОВЫЕ МУТАНТЫ». (16+)
00.45 ПРЕМЬЕРА! «ОЛЕНЬИ РОГА». (18+)
02.25 «УЛЕТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
 05.10 «6 кадров». (16+)
 05.20 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)
 06.00 «Мультитро». (0+)
 06.15 00.10 01.50 02.45 «Мой район». (12+)
 08.50 «Тайны души». (12+)
09.20 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (12+)
10.40 «ЛИЧНОЕ ОРУЖИЕ». (12+)
 12.10 02.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
16.35 «УБИЙСТВО НА ЖДАНОВСКОЙ». (16+)
18.05 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
19.35 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
22.40 «ЮВЕЛИРНОЕ ДЕЛО». (12+)
00.20 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	че!	Матч!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>ДОКУМЕНТАЛЬНЫЙ СПЕЦПРОЕКТ</p> <p>15.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p>	<p>БИТВА ЭКСТРАСЕНСОВ</p> <p>12.20 «Битва экстрасенсов». (16+)</p>	<p>09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)</p>	<p>23.30 «ЗАЩИТНИК». (16+)</p>	<p>РЕЦЕПТУРА</p> <p>10.15 «Рецептура». (0+)</p>	<p>10.00 Пять ужинов. (16+)</p>	
<p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>14.30 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>15.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>17.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>18.00 «ЛЫСЫЙ НЯНЬКА: СПЕЦЗАДАНИЕ». (16+) Канада - США, 2005 г. Комедийный боевик. В ролях: Вин Дизель, Лорен Грэм, Фейт Форд, Бриттани Сноу.</p> <p>19.50 «ЧЁРНАЯ ВДОВА». (16+)</p> <p>22.30 «ТИТАН». (16+)</p> <p>00.20 «КРИО». (16+)</p> <p>02.30 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «Бьюти баттл». (16+)</p> <p>09.30 «Модные игры». (16+)</p> <p>10.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)</p> <p>12.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших. Дайджест». (16+)</p> <p>12.20 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>16.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «ЛЮБОВНИЦЫ». (18+)</p> <p>01.50 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>04.10 «Студия «Союз». Дайджест». (16+)</p> <p>05.00 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.35 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p>	<p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)</p> <p>10.00 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 «ДУРНАЯ КРОВЬ». (16+)</p> <p>15.15 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)</p> <p>17.15 «РЯД 19». (16+)</p> <p>19.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (16+) Россия, 2021 г. Ужасы. В ролях: Алина Бабак, Ольга Ломоносова. Ксюша росла без отца. О нем в уголках памяти остались едва уловимые воспоминания. Ведь он пропал, когда девочка была еще совсем маленькой. И вот спустя 10 лет в горах обнаружили его обледенелое тело, подающее признаки жизни.</p> <p>21.00 «НЕВЕСТА». (16+)</p> <p>23.00 «СТРАШНЫЕ СКАЗКИ». (16+)</p> <p>01.30 «Далеко и ещё дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)</p> <p>03.45 Апокалипсис. (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>09.30 «СОЛДАТЫ-2». (12+)</p> <p>18.00 Клуб обаятельных животных. (16+) Самая мимимишная программа на всем телевидении. Создатели «+100500» и «Топчик» собрали лучшие ролики с животными со всего света и превратили их в шоу-обзор! Подглядывать за жизнью зверушек и комментировать будет ведущая Дарья Блохина.</p> <p>20.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ.</p> <p>23.30 «ЗАЩИТНИК». (16+)</p> <p>01.20 Улётное видео. Топ-35. (16+)</p> <p>02.15 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.10 Утилизатор. (16+)</p>	<p>06.00 «Всё о главном». (12+)</p> <p>06.30 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>07.00, 09.40, 13.15, 18.10 Новости</p> <p>07.05, 10.45, 13.20, 15.55, 18.15, 23.45 Все на Матч!</p> <p>09.45 «Команда Матч». (0+)</p> <p>10.15 «Рецептура». (0+)</p> <p>11.45 Что по спорту? (12+)</p> <p>12.15 «Динамо» Ленинград. (12+)</p> <p>13.55 Баскетбол. «Зенит» - УНИКС. Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>16.25 Гандбол. Кубок России. OLIMPBET Финал четырёх. Пр.тр.</p> <p>19.00 Футбол. «Спартак» - «Ростов». МИР Российская Премьер-Лига. Прямая трансляция</p> <p>21.40 Футбол. «Торино» - «Аталанта». Пр.тр.</p> <p>00.25 Футбол. «Палмейрас» - «Коринтианс». Пр.тр.</p> <p>02.30 Смешанные единоборства. UFC. Пр.тр.</p>	<p>06.30 «ВЕРЮ. ЛЮБЛЮ. НАДЕЮСЬ». (16+)</p> <p>10.00 Пять ужинов. (16+)</p> <p>10.15 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+) Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Антон Хабаров, Татьяна Арнтгольц. Игорю судьба уготовила серьезные испытания. Трагическая смерть любимой жены Натальи под колесами автомобиля стала для Игоря непереносимой душевной болью.</p> <p>19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p> <p>22.45 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Вероника Делион, Антон Вохмин. Юная Аля влюбляется в успешного мужчину, но оказывается брошенной и беременной...</p> <p>02.35 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>05.50 «Знать будущее. Жизнь после Ванги». (16+)</p>	

СДЕЛАЙТЕ СВОИ СУСТАВЫ И ПОЗВОНОЧНИК КРЕПЧЕ!



Задумайтесь и запомните на всю жизнь: **«Здоровье – самая большая ценность и зависит в первую очередь от Вас»**

Все суставы в нашем организме, способны служить всю жизнь при условии: если Вы будете заботиться и обеспечивать максимальное питание каждой клетке Ваших хрящей. Наша жизнь начинается с клетки на 99% состоящей из жидкости и питательных микромолекул. Если клетка начинает испытывать дефицит питательных веществ она не в состоянии продолжать жизнь и погибает.

Коллоидное средство **«МолекАРТ-РА»** содержит в себе 11 активных фитонутриентов, которые могут способствовать защите хрящевой ткани и устранению неприятных ощущений.

«МолекАРТ-РА» сбалансированный коллоидный фито-комплекс способный поддерживать все ваши 360 суставов в активном состоянии.

Начните применять **«МолекАРТ-РА»** сейчас и ощутите разницу в подвижности каждого вашего сустава. Коллоидная форма в виде жидкого раствора с **ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ** позволяет беспрепятственно и быстро усваиваться в организме, может обеспечить интенсивное и необходимое питание всей хрящевой системе, тем самым способствуя улучшению подвижности и эластичности суставов и позвоночника.

ВСЯ ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

звонок по России бесплатный: **8 (800) 333-47-79** г. Москва **8 (495) 966-20-67**

ООО «Макробиолайн», ОГРН 1177746679439. 109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 1 корп. 2. Реклама. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Нам 18 лет

СТОМАТОЛОГИЯ
«ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология
Лечение ультразвуковым аппаратом Вектор
Рег. уд. №ФСЗ 2010/06682 от 14.08.2018 г.

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:
ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА
ТОЛЬКО ДО 20.05.2023!!! **34 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Винир Е.тах.....**12800 р.**
- Съёмный протез (отечественный) под ключ.....**14000 10900 р.**
- Профессиональная гигиена зубов (Air Flow + ультразвуковая чистка + полировка эмали).....**2990 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

*Акция до 20.05.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*

25% на лечение

12% на протезирование

10% на хирургию и имплантацию

5% на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

При высоком качестве – низкие цены!

Звоните, приходите и убедитесь!

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!

Скидки действуют при оплате наличными!

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО 77-01-020888 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ. 06.55 «КОРТИК». (12+) 10.50 «МЕСТО ВСТРЕЧИ ИЗМЕНИТЬ НЕЛЬЗЯ». (12+) СССР, 1979 г.

ТВ1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ. 05.30 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)

МИР. 05.00 Мультфильмы. (6+) 06.00 Все, как у людей. (6+)

ПЯТНИЦА Ю. 05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ИЛЛЮЗИОН+ РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН. 01.35 «ЦВЕТЫ ВОЙНЫ». (18+) 03.55 «УЖЕ СКАЧУ ПО ТЕБЕ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ РОДНОЕ КИНО. 00.35 «КРОТ». (12+) 01.35, 02.50, 04.15, 05.30 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ».

ПОБЕДА 04.30 «28 ПАНИЛОВЦЕВ». (12+) 06.10 «ПЯТИЦА NEWS». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ. 365 ДНЕЙ ТВ HISTORY VIJU HISTORY ДОКТОР. 06.00, 06.25, 10.40, 11.10, 14.20, 14.50, 15.20, 15.45, 19.05, 19.30, 22.40, 23.10, 23.40, 00.10, 05.05, 05.30

РУССКИЙ РОМАН CINEMA. 07.15 «ЛЮБОВЬ И НЕМНОЖКО ПЛОМБИРА». (12+)

red .RED. 06.00, 06.25, 06.50, 07.20, 07.40, 08.05 «БЛЮДО С ДУШОЙ».

УСАДЬБА ОХОТА И РЫБАЛКА ЖИВИ!. 06.00, 07.00, 08.50, 09.55, 10.55, 12.00, 12.50, 13.55, 14.55, 15.50, 16.55, 18.00, 19.00, 20.05, 21.10, 22.00, 23.00, 23.50, 01.00, 02.00, 02.55, 04.00, 05.00

365 ДНЕЙ ТВ HISTORY VIJU HISTORY ДОКТОР. 06.00, 06.25, 10.40, 11.10, 14.20, 14.50, 15.20, 15.45, 19.05, 19.30, 22.40, 23.10, 23.40, 00.10, 05.05, 05.30

суббота! СУББОТА! ФЕНИКС ПЛЮС КИНО. 05.00 «Маша и Медведь». Машинки Песенки, «Машины сказки».

СТС LOVE TV 21 ВЕК. 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Женщины. 1/2 финала. «Лада» (Тольятти) - «Звезда» (Звенигород). Трансляция из Тольятти. (0+)

07.20 «Центральный спортивный». Специальный репортаж. (12+)

07.35, 16.00, 22.20 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)

07.50, 10.00, 12.50, 15.55 Новости

07.55 «Одержимые. Фёдор Емельяненко». (12+)

08.20 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. Трансляция из Сочи. (0+)

09.15, 17.20 «Небесная грация». (0+)

09.30, 17.35 Страна смотрит спорт. (12+)

10.05, 01.45 Конный спорт. Скачки. Открытие скакового сезона. Трансляция из Грозного. (0+)

12.20 «Человек из футбола. Игорь Семшов». (0+)

12.55 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Женщины. Матч за 3-е место. Прямая трансляция из Тольятти

14.30, 22.35 Смешанные единоборства. АСА. Андрей Кошкин против Анатолия Бойко. Трансляция из Москвы. (16+)

16.20, 01.20 «Мир бильярда». (12+)

16.50 «Здоровый образ. Фигурное катание». (12+)

18.00 Баскетбол 3x3. Единая Континентальная Лига. Прямая трансляция из Санкт-Петербурга

20.35 «Что по спорту? Владикавказ». (12+)

21.00 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Женщины. Финал. Трансляция из Тольятти. (0+)

00.00 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Женщины. Матч за 3-е место. Трансляция из Тольятти. (0+)

03.55 Дартс. Профессиональная лига. Про Тур 2. Трансляция из Москвы. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Золотая лихорадка. (16+)

06.30 Про-новости. (16+)

06.45 Плейлист | Весна. (16+)

07.40 Ждите ответа. (16+)

08.40 Про-новости. (16+)

09.00 Звёзды о звёздах. (16+)

10.00 Моя волна. (16+)

11.00 Плейлист | Под шашлык. (16+)

12.00 Про-новости. Лучшее. (16+)

12.30 Хит-Сториз. Филипп Киркоров «Зайка моя». (16+)

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

15.00 Хиты по-русски. (16+)

15.30 Премхали! Сингапур. (16+)

16.00 Табор уходит к звёздам: заколдованный шоу-биз. (16+)

17.00 DFM - Dance chart. (16+)

18.00 Плейлист | Весна. (16+)

19.00 Big Love Show-2023. (16+)

22.00 Танцпол. (16+)

00.00 Караоке хит. (16+)

01.00 Лайкер. (16+)

03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00 «Смешарики». (0+)

06.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

07.00 «Время малышей». (0+)

08.00, 13.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Луддвилль». (0+)

10.20 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)

12.05 «Кошечки-собачки». (0+)

12.50 Друзья на все времена. «Трое из Простоквашино» (0+), «Каникулы в Простоквашино» (6+)

14.00, 22.00 МУЛТБСорприз. (0+)

18.00 «Умка». (0+)

19.00 МУЛТПремьера! «Умка», «Музыкальный патруль. Сказочные песни», «Фиксики. Дай пять!», «Просто о важном. Про Миру и Гошу», «Ник-изобретатель», «Монсики», «Кошечки-собачки», «Малышарики идут в детский сад». (0+)

20.00 «Лунтик». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.00 «Барбоскины». (0+)

21.25 «Просто о важном. Про Миру и Гошу. Кулинарный мастер-класс». (0+)

О!

05.00 «Озорные эльфы». (0+)

06.30 О! Музыка! (0+)

07.00 «Отель у овечек». (0+)

08.00 «Медвежонок Помпон». (0+)

09.40 «Еда на ура!» (0+)

10.00 О! Кино! «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)

Новые приключения Кая и Герды.

11.30 «Приключения Ам Няма». (0+)

12.00 «Турбозавры». (0+)

13.30 «Помидор Доппи». (0+)

13.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)

15.50 «Дракошия». (0+)

16.00 «Студия Каляки-Малаяки». (0+)

16.20 «Супер МЯУ». (0+)

18.00 «Ничего себе имя!» (0+)

18.30 О! Музыка! (0+)

19.00 «Отель у овечек». (0+)

20.00 «Фиксики». (0+)

22.20 «Команда Флоры». (0+)

00.00 «Ничего себе имя!» (0+)

00.30 «Лунтик». (0+)

01.30 О! Кино! «Снежная королева-2. Перезаморозка». (0+)

02.45 «Приключения Ам Няма». (0+)

03.30 «Турбозавры». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 14.00, 22.00 «Крепость: Щитом и мечом». (12+)

07.20, 15.20, 23.20 «Как поймать перо Жар-Птицы». (12+)

08.25, 16.25, 00.25 «Урфин Джус и его деревянные солдаты». (12+)

09.55, 17.55, 01.55 «Урфин Джус возвращается». (12+)

11.15, 19.15, 03.15 «Фиксики: Большой секрет». (6+)

12.35, 20.35, 04.35 «Фиксики против крабатов». (6+)

Фиксики - маленькие добрые человечки, которые живут в машинах и приборах и заботятся о технике. От людей фиксиков скрываются. В лаборатории профессора Чудакова находится школа фиксиков, о которой знают только мальчик ДимДимыч и его подруга Катя. Но однажды там появляются неуловимые существа. Они шпионят за фиксиками и угрожают их тайне.

СОЛНЦЕ

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

07.35 «Простоквашино». (0+)

09.05 «Спасатели». (6+)

10.35 «Идефикс и неукротимые». (6+)

11.00 «Ералаш». (6+)

12.05 «РОДИТЕЛИ». (12+)

13.25 «ИЮНОЯ». (6+)

15.10 «ЛОВУШКА ДЛЯ ПРИВИДЕНИЯ». (12+)

17.00 «КВН. Дети». (6+)

Первое большое семейное шоу на телеканале «Солнце» про талантливых детей, которые играют во взрослую игру.

18.00 «Простоквашино». (0+)

19.30 «100% волк». (6+)

21.25 «Семейка Монстров». (12+)

23.05 «ОТЕЛЬ «БЕЛГРАД». (12+)

01.30 «Ералаш». (6+)

02.25 «Ералаш» (субтитры). (6+)

04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 Святны России. (6+)

06.05 «ВОЛГА-ВОЛГА». (0+)

08.05, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

08.30 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)

09.25 Простые чудеса. (12+)

10.15 В поисках Бога. (6+)

10.50, 03.30 Расскази мне о Боге. (6+)

11.20, 01.35 В поисках святого города. Греки. Башня Зенона. 1 серия. (0+)

11.55 Святны России. (6+)

12.55 «УДИВИТЕЛЬНАЯ НАХОДКА, ИЛИ САМЫЕ ОБЫКНОВЕННЫЕ ЧУДЕСА». (0+)

14.15 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)

15.45 «РЫСЬ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (0+)

17.10 Лето Господне. Жены-мироносицы. (6+)

18.50, 04.00 Жены-мироносицы. (0+)

20.00 Святны России. (6+)

21.00 Русский мир. (12+)

22.00 Простые чудеса. (12+)

22.50 Профессор Осипов. (0+)

23.25 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

00.30 Спас-стрим. (0+)

02.05 День Патриарха. (0+)

02.20 Париж - город влюбленных, или Благословение Марии Магдалины. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)

02.50 Война и Библия. (16+)

Православный календарь

29 апреля
Седмица 2-я по Пасхе. Глас 1.
Мцц. Агапии, Ирины и Хионии.



Мч. Леонид и мцц. Хариссы, Ники, Галины, Калисы, Нунехии, Василисы, Феодоры, Ирины и иных.

Сщмч. Константина пресвитера. Икон Божией Матери Ильинско-Черниговской и Тамбовской.

Поста нет.

« Подобно тому, как человек не замечает, как он растет, как из маленького мальчика становится взрослым, так и духовный рост человека идет совершенно незаметно для него. Этот невидимый духовный рост человека и есть самоукорение. »

Прп. Варсонофий

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

24 апреля	Восход: 5 ч. 02 м. Заход: 19 ч. 52 м. Долгота дня: 14 ч. 50 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
25 апреля	Восход: 5 ч. 00 м. Заход: 19 ч. 54 м. Долгота дня: 14 ч. 54 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
26 апреля	Восход: 4 ч. 58 м. Заход: 19 ч. 56 м. Долгота дня: 14 ч. 58 мин.	Растущая Луна в знаке Рака
27 апреля	Восход: 4 ч. 55 м. Заход: 19 ч. 58 м. Долгота дня: 15 ч. 03 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
28 апреля	Восход: 4 ч. 53 м. Заход: 20 ч. 00 м. Долгота дня: 15 ч. 07 мин.	Растущая Луна в знаке Льва
29 апреля	Восход: 4 ч. 51 м. Заход: 20 ч. 02 м. Долгота дня: 15 ч. 11 мин.	Растущая Луна в знаке Девы
30 апреля	Восход: 4 ч. 49 м. Заход: 20 ч. 04 м. Долгота дня: 15 ч. 15 мин.	Растущая Луна в знаке Девы

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 24 ПО 30 АПРЕЛЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

24 АПРЕЛЯ
В 1833 году была запатентована газированная вода (День рождения газировки).
В 1938 году на экраны вышла комедия Григория Александрова «Волга-Волга».
В 1949 году в Англии были отменены ограничения на продажу конфет, введенные во время войны.
25 АПРЕЛЯ
В 1928 году была использована первая собака-поводырь.
В 1942 году был основан Московский монетный двор Гознак.
26 АПРЕЛЯ
В 1962 году со спутника «Космос-4» была проведена первая телевизионная съемка из космоса облачного покрова Земли.

27 АПРЕЛЯ
В 1880 году Ф. Кларк и М. Морган запатентовали слуховой аппарат.
В 1965 году были запатентованы подгузники «Памперс».
28 АПРЕЛЯ
В 1947 году Тур Хейердал отправился в путешествие на «Кон-Тики».
29 АПРЕЛЯ
В 1897 году физик Джозеф Томсон объявил об открытии им электрона.
30 АПРЕЛЯ
В 1472 году в Московском Кремле был заложен Успенский собор.
В 1945 году советские воины водрузили Знамя Победы над рейхстагом.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

24 АПРЕЛЯ. Григорий, Николай.
25 АПРЕЛЯ. Василий, Иоанн, Сергей.
26 АПРЕЛЯ. Крискент, Марфа, Фомаида.
27 АПРЕЛЯ. Александр, Антоний.
28 АПРЕЛЯ. Анастасия, Андрей, Виктор, Савва, Трофим.
29 АПРЕЛЯ. Василисса, Галина, Ирина, Константин, Леонид, Ника.
30 АПРЕЛЯ. Мария, Михаил, Тамара, Феодор.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

24 АПРЕЛЯ ■ Международный день солидарности молодежи ■ День российского стоматолога
25 АПРЕЛЯ ■ День дочери
26 АПРЕЛЯ ■ Всемирный день пилотов
■ День нотариата в России ■ День участников ликвидации последствий радиационных аварий и катастроф и памяти жертв этих аварий и катастроф
27 АПРЕЛЯ ■ День вахтовика
■ День российского парламентаризма
28 АПРЕЛЯ ■ День работников скорой медицинской помощи ■ Всемирный день охраны труда ■ День химической безопасности
29 АПРЕЛЯ ■ День ветеринарного врача
30 АПРЕЛЯ ■ День пожарной охраны России

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Антип воду льёт, а Василий земле пару поддаёт

24 апреля в народе считалось днем Антипа Водогона. В этот день ждали распускания вербы, так как это означало потепление.
Про день Василия Парильщика, **25 апреля**, говорили: «Антип (24 апреля) воду льет, Василий земле пару поддает», поскольку в этот день обычно наступало сильное потепление. Следили за паутиной во дворе: много паутины – лето будет жаркое, мало – прохладное.
В дни Фомаиды и Мартына Лисогона, **26 и 27 апреля**, было принято наблюдать за птицами. Если вороны сидят на верхушках деревьев, то следующие дни будут теплыми, если посередине дерева – будет пасмурно, а если на земле – похолодает. Красная заря в Пудов день, **28 апреля**, сулила ухудшение погоды, дождь и сильный ветер. Обилие хрущей **29 апреля**, в день Ирины Рассадницы, также говорило о скорой засухе.
30 апреля, в день Зосима Пчельника, было принято наблюдать за пчелами: на какую культуру пчела сядет в первую очередь, та и принесет наибольший урожай.

Быстрее выходных заканчиваются только деньги.

ТЕЛЕК

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

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

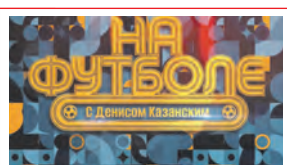
Учредитель, редакция и издатель: ООО «Издательская группа «КАРДОС»
Генеральный директор Вавилов А.Л.
Адрес редакции: 127018, Россия, г. Москва, ул. Полковая, д. 3, стр. 4., e-mail: telek@kardos.ru
Адрес издателя: 111675, Россия, г. Москва, ул. Святоозерская, д. 13, этаж 1, пом. VII, ком. 4, офис 4.

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

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

16 (585). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 18.04.2023 г., фактическое: 01.00 час. 18.04.2023 г. Дата производства: 18.04.2023 г. Дата выхода в свет 19.04.2023 г. Тираж 784 500.
Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 1097. Выходит во всех областях ЦФО.
Общий тираж 899 190. Сайт газеты telek.kardos.media
Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 пл. Рекомендованная розничная цена 34 рубля.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несет ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО Сервис ТВ.

1 ПЕРВЫЙ



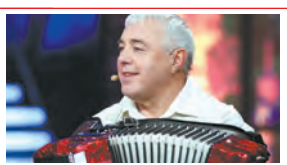
00.30 Премьера. «На футболе с Денисом Казанским». (18+)

- 06.00 Новости
06.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «Жизнь других». (12+)
11.10 Премьера. «Повара на колесах». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Видели видео?» (0+)
14.00 «Рюриковичи». (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Две звезды. Отцы и дети». Новый сезон. (12+)
21.00 «Время»
22.35 Премьера. Международный конкурс песни на русском языке «Автора!» Финал. (12+)
00.30 Премьера. «На футболе с Денисом Казанским». (18+)
01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Антропология». (16+)
01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «20 лет спустя». (16+)
02.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Триггеры». (16+)
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
06.35 «ЛЕНИНГРАД, 46». (16+)
Россия, 2014 г. Криминальный. В ролях: Сергей Гармаш, Алексей Горбунов, Валерий Бояринцев, Анна Табанина. История о мужестве, драма человеческих судеб, впервые открывающая многие страницы жизни послевоенного Ленинграда - суровой и подчас жестокой. Город, только что переживший блокаду и еще не оправившийся от голода, разрушений, смертей. Здесь милиция ведет свою неравную войну с преступностью.
18.20 «СЛЕД». (16+)
01.50 «ЧУЖОЙ РАЙОН-2». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



18.00 «Песни от всей души». (12+)

- 06.15 «ЛИЧНЫЕ СЧЁТЫ». (16+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
12.00 Большие перемены Что нужно для счастья супружеской паре охотницы и рыбака? Дочь выросла, внук родился, родня в гости приезжает. Вот только встречать многочисленных родственников и друзей приходится в гостинице, которая больше похожа на склад старой мебели с холодильником вместо шкафа.
13.05 Петрляно-шоу. (16+)
15.00 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (0+)
СССР, 1969 г. Комедия. В ролях: Андрей Миронов, Анатолий Папанов.
17.00 Вести
18.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «ЛЮБОВЬ ДЛЯ БЕДНЫХ». (12+)
03.10 «ЛИЧНЫЕ СЧЁТЫ». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 «ГОЛУБЫЕ ДОРОГИ». (12+)
07.00 «ПРОЕКТ «АЛЬФА». (12+)
09.00 «Новости недели». (16+)
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка»
10.45 «Скрытые угрозы». (16+)
11.30 «Код доступа». (12+)
12.20 «Легенды армии». (12+)
13.10 «Спецрепортаж». (16+)
14.05 «ЖАЖДА». (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
19.40 «Легенды советского сыска». (16+)
20.30 «Просто жизнь». (16+)
21.40 Праздничный концерт, посвященный 100-летию ЦСКА. (6+)
23.00 «Фетисов». (12+)
23.45 «Неизвестная война»

ТВУ ТВЦ



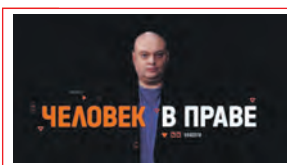
11.30 События.

- 06.30 «МОЛОДАЯ ЖЕНА». (12+)
08.05 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ПАЛАТА №13». (12+)
09.45 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: КЛЮЧ НА ДНЕ ОЗЕРА». (12+)
11.30 События
11.45 «УКРОТИТЕЛЬНИЦА ТИГРОВ». (0+)
13.40 «Бельмондо и Делон. Невидимый поединка». (12+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Смех без причины». Юмористический концерт. (12+)
15.40 «УЧЕНИЦА ЧАРОДЕЯ». (12+)
17.30 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ПОЛОВИНКА СЕРДЦА». (12+)
Россия, 2022 г. Детектив.
19.10 «НЕКРАСИВАЯ ПОДРУЖКА: ПОХУДЕЙ ИЛИ УМРИ». (12+)
20.55 «ЧУВСТВО ПРАВДЫ». (12+)
00.10 События
00.25 «ШАГ В БЕЗДНУ». (12+)
03.30 «Большое кино». (12+)
04.00 «Великие обманщики. По ту сторону славы». (12+)
04.35 «Блеск и нищета советских миллионеров». (12+)
05.15 «Битва за наследство». (12+)
05.55 «Москва резиновая». (16+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна». (12+)
06.50 17.00 «Тринадцать ночей». (12+)
07.35 «Мультфильмы». (12+)
09.00 10.05 ОТражение
09.30 15.05 «Календарь». (12+)
10.00 11.35 15.00 19.00 Новости
11.40 «На приеме у главного врача». (12+)
12.20 «Отчий дом». (12+)
12.35 «МЕНЯЛЫ». (12+)
15.30 «Книжные аллеи». (12+)
16.00 «Песня остаётся с человеком». (12+)
16.15 «Моя история». (12+)
17.25 «ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЕ РАССЛЕДОВАНИЕ». (12+)
19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
19.45 «Игра в классики». (12+)
20.30 «ГОРОД ЗЕРО». (16+)
22.10 «НЕЖНАЯ КОЖА». (16+)

НТВ



16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)

- 04.55 «ПЛЯЖ». (16+)
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+)
Музыка для ума! Как игра на музыкальных инструментах влияет на наш мозг и правда ли, что она может нас даже омолодить, как занятие музыкой помогает научиться говорить детям с особенностями и почему в некоторых школах обучают музыке без нот - расскажут в новом выпуске «Чуда техники». «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 Человек в праве с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 «Маска». Финал. (12+)
00.00 «Основано на реальных событиях». (16+)
02.10 «ЛИНИЯ ОГНЯ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00
09.30 10.00 10.30 11.00
11.30 12.00 12.30 13.00
14.00 15.00 16.00 17.00
18.00 19.00 20.00 21.00
22.00 23.00 00.00 01.00
02.00 «Новости». (16+)
06.20 16.35 04.15 «Куки-внуки». (12+)
06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
07.30 17.15 22.25 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
13.30 02.15 «Сделано в Москве». (12+)
14.30 «Время новых. Шоу». (12+)
15.20 21.25 «Москва сегодня». (16+)
18.15 23.20 «The City». (12+)
19.30 00.15 «Специальный репортаж». (12+)
20.30 «The City. Едим». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



09.25 Диалоги о животных

- 06.30 «Мультфильмы»
08.10 «ВРАТАРЬ»
09.25 01.15 Диалоги о животных
10.10 «СТАРШИЙ СЫН»
12.20 «Невский ковчег. Теория невозможного»
12.50 «Страна птиц»
13.30 Юбилейный концерт Государственного академического Воронежского русского народного хора им. К.И. Массалитинова
23.10 «Три минуты тишины»
14.35 23.15 «ФЛИБУСТЕР»
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
17.15 Больше, чем любовь Фильм о творческой и личной жизни артиста Юрия Яковлева. В фильме принимают участие: третья жена актера, директор Музея Театра имени Евг. Вахтангова Ирина Сергеева и другие.
17.55 «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА»
19.30 Новости культуры
19.45 «КРАСАВЕЦ-МУЖЧИНА»
21.50 Пятая церемония вручения Международной профессиональной музыкальной премии «BraVo» в сфере классического искусства
01.55 «Искатели»
02.40 «Таракан». «Кот и Ко»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 17.00 «Будни». (16+)
06.00 «Поездка со вкусом». (12+)
06.30 «Вкусно, как в кино». (12+)
07.00 10.30 11.10 12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
08.00 «Вкусно 360». (12+)
09.40 «Подмосковные игрушки». (12+)
11.00 12.00 15.00 16.00 20.00 «Новости 360». (16+)
13.00 13.30 13.55 14.25 14.55 15.30 20.35 21.05 21.35 22.05 22.35 «Тайная история еды». (12+)
16.10 «Тет-а-тет с Марусей». (16+)
16.40 «Весна в Подмосковье». (12+)
18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
19.00 «Живой арсенал». (12+)
23.05 00.00 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



07.30 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Три кота». (0+)
07.30 «Царевны». (0+)
07.55 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.35 «ХРОНИКИ СПАЙДЕРВИКА». (12+)
13.25 «ТЕЛЕПОРТ». (16+)
США - Канада, 2008 г. Фантастический триллер. В ролях: Хейден Кристиенсен, Джейми Белл. Дэвид Райс считал себя обычным парнем, пока однажды не узнал, что может телепортироваться с места на место.
15.15 «ОХОТНИК НА МОНСТРОВ». (16+)
17.15 «Angry Birds в кино». (6+)
19.05 «Angry Birds-2 в кино». (6+)
21.00 «СОНИК В КИНО». (6+)
США - Япония - Канада, 2020 г. Анимационная комедия. В ролях: Джеймс Марсден, Бен Шварц, Наташа Ротуэлл. Внеземной синий человекоподобный ёж Соник содержит в себе колоссальный источник энергии.
23.00 «РОБОТ ПО ИМЕНИ ЧАППИ». (18+)
01.20 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
05.15 «6 кадров». (16+)
05.20 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
06.10 00.05 01.40 02.35 02.50 03.25 Мой район. (12+)
08.20 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
09.50 «ЮВЕЛИРНОЕ ДЕЛО». (12+)
11.20 В главной роли. (12+)
12.10 01.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «РАЗВОД И ДЕВИЧЬЯ ФАМИЛИЯ». (12+)
16.40 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
19.45 «УСНУВШИЙ ПАССАЖИР». (12+)
21.05 «ЛИЧНОЕ ОРУЖИЕ». (12+)
22.40 «УБИЙСТВО НА ЖДАНОВСКОЙ». (16+)
00.15 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	00.00 «Я тебе не верю». (16+)	01.00 «Городские легенды». (16+)	18.00 Клуб обаятельных животных. (16+)	21.00 «После футбола» с Георгием Черданцевым	19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)	
05.00 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Утилизатор. (12+)	06.00 Бокс. Пр.тр.	06.30 «6 кадров». (16+)	
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «Битва пикников». (16+)	08.00 Вкусно с Ляйсан. (16+)	08.00 Самый неожиданный автомобильный викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер.	06.30 «Магия большого спорта». (12+)	06.55 «СЛЕДУЯ ЗА СЕРДЦЕМ». (16+)	
08.30 12.30 «Новости». (16+)	09.30 «САШАТАНЯ». (16+)	08.30 Новый день. (12+)	09.30 «СОЛДАТЫ-2». (12+)	07.00, 09.40, 12.55, 15.30, 03.00 Новости	10.40 «СОЛОВЕЙКА». (16+)	
09.00 «Самая народная программа». (16+)	14.00 «ЗВЁЗДНЫЙ СУД». (16+)	09.00 «Слепая». (16+)	Россия, 2004-2013 гг. Комедийный сериал. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева. Комедийный сериал повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.	07.05, 13.00, 15.35, 18.30, 23.45 Все на Матч!	10.40 «СОЛОВЕЙКА». (16+)	
09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)	18.00 «Галустян плюс». (16+)	11.15 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)	09.30 «СОЛДАТЫ-2». (12+)	09.45 Бадминтон. Кубок России. Пр.тр.	14.55 «ЕЩЁ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+)	
10.30 «Наука и техника». (16+)	Новое шоу одного из самых популярных комиков страны Михаила Галустяна. Каждый выпуск, рассказывают создатели, состоит из скетчей, охватывающих самые разные социальные и бытовые темы.	В детстве Даша попадает в аварию, но неведомая сила спасает девочку и оставляет ей амулет. Спустя годы, учась в университете, Даша узнаёт, что она посвящённая. Ей дано видеть то, что не видят обычные люди. Однако Даша относится к этому со скептицизмом, пока её соседка по общежитию не становится жертвой Тени - жутким порождением Тёмного мира.	Россия, 2004-2013 гг. Комедийный сериал. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева. Комедийный сериал повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.	10.55 Мини-футбол. «Тюмень» - «Норильский Никель». ЧР. PARI-Суперлига. Пр.тр.	14.55 «ЕЩЁ ОДНА ЖИЗНЬ». (16+)	
11.30 «Неизвестная история». (16+)	19.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)	23.15 «РЯД 19». (16+)	18.00 Клуб обаятельных животных. (16+)	13.25 Футбол. «Интер» - «Лацио». Пр.тр.	19.00 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)	
12.45 «СЕРЖАНТ-2». (16+)	21.00 «Шоу Воли». (16+)	Россия, 2021 г. Ужасы. В ролях: Светлана Иванова, Вольфганг Черни. Молодой психолог Катя и ее шестилетняя дочь летят ночным рейсом...	20.00 «+100500». (16+)	16.15 Футбол. «Сочи» - «Торпедо». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.	22.50 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)	
Россия, 2023 г. В ролях: Владимир Епифанцев, Сергей Бадюк. Второй сезон. Зрителю ждет развитие истории бойца в отставке Алексея Серганова. Сержант со спасенной им Юлей скрываются от возможных преследователей в провинциальном городе.	22.00 «Концерты». (16+)	01.00 «Городские легенды». (16+)	23.30 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (12+)	18.45 Футбол. «Локомотив» - «Химки». МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.	22.50 «ОБМАНУТЫЕ НАДЕЖДЫ». (16+)	
20.40 «ПРОГУЛКА СРЕДИ МОГИЛ». (16+)	03.25 «Студия «Союз». (16+)		01.45 Улётное видео. Топ-35. (16+)	21.00 «После футбола» с Черданцевым	02.45 «ЖЕРТВА ЛЮБВИ». (16+)	
23.00 «Итоговая программа с Петром Марченком». (16+)	05.00 «Открытый микрофон». (16+)		03.15 Анекдоты. (16+)	21.40 Футбол. «Болонья» - «Ювентус». Пр.тр.	06.05 «6 кадров». (16+)	

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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

В субботу Петрович присутствовал на юбилее своего давнего приятеля, Сергея Николаевича, который к пятидесяти годам стал большим начальником. Юбилей праздновали с размахом: был и банкет в престижном ресторане, и поздравление из министерства, и подарок, на который скинулись многочисленные подчиненные. Под конец вечера к ресторану подкатил черный лимузин, из которого вышел человек в дорогом костюме. Он прошел мимо швейцара, вытянувшегося в струнку, пересек просторный холл и вошел в банкетный зал. Отыскав глазами юбиляра, человек подошел к нему и широко улыбнулся:

— Прости, дружище, за опоздание, только прилетел из важной командировки. С корабля на бал, так сказать.

Дорогой подарок

— Вася, ты? — юбиляр с недоверием вглядывался в лицо гостя.

— Я, — Вася улыбнулся еще шире. — Как видишь, не забыл старую дружбу.

— Васька, друг мой дорогой! — обрадовался Сергей Николаевич и заключил его в объятия.

После недолгих «Какими судьбами?» и «Сколько лет, сколько зим!» гость был представлен собравшимся, уже умиравшим от любопытства.

— Дорогие друзья! — торжественно произнес виновник торжества. — Разрешите представить вам моего самого старого друга, мы дружим буквально со школьной скамьи, Васю... Василия Егоровича Анашкина. Василий Егорович — человек занятой, при больших чинах, потому не виделись мы очень давно. Но вот не забыл он о моем юбилее, специально прилетел!

Василий Егорович сел за стол рядом с юбиляром, место для него с радостью освободила супруга Сергея Николаевича. Конечно, с нового гостя немедленно потребовали тост, и тот с удовольствием произнес слова поздравления и преподнес Сергею Николаевичу небольшую коробочку, обитую черной кожей.

А это подарок тебе. Чтобы всегда знать самое точное время!

Гости с удовольствием аплодировали тосту, но еще большие аплодисменты достались подарку — это были часы знаменитой швейцарской фирмы, знакомой даже весьма далеким от часовой индустрии гражданам. Юбилар медленно надел часы на руку и посетовал, что подарок уж слишком дорогой.

— Дорогому другу — дорогой подарок! — рассмеялся Василий Егорович, а Сергей Николаевич в этот момент едва не проследился.

Празднование продолжилось на еще более высокой ноте и завершилось только за полночь.

О тметив юбилей, Сергей Николаевич отправился в отпуск, который всегда проводил за рыбалкой. Петрович и еще несколько старинных друзей отправились с ним — это стало уже традицией. Каждый год они ездили на недельку в новое место, откуда привозили разную рыбу. За годы таких рыбалок жены уже освоили практически полный ассортимент рыбы из многих водоемов страны. Правда, чаще всего она попадала к ним в соленом или вяленом виде, ведь привезти свежий улов из дальней поездки совсем не просто.

По вечерам друзья готовили на костре традиционную же уху из только

что выловленной рыбы. В один из таких вечеров Петровичу попалась на глаза рука Сергея Николаевича, на которой вместо подаренных на юбилей швейцарских часов были старые «командирские».

А ты чего дареные часы не носишь? — спросил Петрович. — Боишься потерять или жалеешь?

— Да нет, не жалею, — ответил тот. — Тут понимаешь, какое дело... — он замялся. — Встали они. Суток через двое, что ли, после юбилея. Встали как вкопанные. Ну, я их подальше убрал и не доставал больше, чтоб глаза не мозолили. Расстроился — жуть. А Васька-то, паразит, говорил, что лучший механизм, известная фирма. А они взяли и встали. Вот такое, понимаешь, огорчение, — он тяжело вздохнул и помешал уху.

К его огромному удивлению, Петрович в ответ расхохотался:

— Сейчас я твое огорчение вмиг ликвидирую. Дело в том...

Виктория АНДРЕЕВА

Что сказал Петрович?

Ответ читайте в следующем номере.



Ответ на загадку в № 15: карп — рыба озерная, в реках она не водится. Скорее всего, Васька купил рыбу в ближайшем магазине.



КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.45 «БРОНЗОВАЯ ПТИЦА». (12+)
10.20 «НЕУЛОВИМЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)
11.45 «НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ НЕУЛОВИМЫХ». (12+)
13.10 «КОРОНА РОССИЙСКОЙ ИМПЕРИИ, ИЛИ СНОВА НЕУЛОВИМЫЕ». (12+)
15.40 «МИМИНО». (12+)
17.20 «ЛЮБОВЬ И ГОЛУБИ». (12+)
19.20 «НЕ МОЖЕТ БЫТЬ!» (12+)
21.00 «ДЕВЧАТА». (12+)
 СССР, 1961 г. В ролях: Надежда Румянцева, Николай Рыбников, Лясяна Овчинникова, Станислав Хитров
22.45 «МЫ ИЗ ДЖАЗА». (12+)
00.25 «ЗА СПИЧКАМИ». (12+)
02.00 «ЭКИПАЖ». (16+)
04.15 «НЕ СТРЕЛЯЙТЕ В БЕЛЫХ ЛЕБЕДЕЙ». (12+)

TV1000 VIJU TV1000

05.30 «Говорящий Том и друзья», «Дикие скричеры», «Тоботы». Мультсериалы. (6+)
09.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
11.00 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
13.20 «СОННАЯ ЛОШИНА». (12+)
15.15 «ЭДВАРД РУКИ-НОЖНИЦЫ». (12+)
17.10 «КАСПЕР». (6+)
19.00 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ». (12+)
20.55 «ОХОТНИКИ ЗА ПРИВИДЕНИЯМИ-2». (12+)
22.55 «ПРИЗРАЧНЫЙ ПАТРУЛЬ». (12+)
00.30 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (12+)
01.55 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (12+)
03.30 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.40 «Бодо Бородо». Мультсериал. (6+)
08.35 «Диносити». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.55, 12.00, 13.00 «ШЕРЛОК В РОССИИ». (16+)
14.00 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)
15.50 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
17.35 «ЛЕВ ЯШИН. ВРАТАРЬ МОЕЙ МЧТЫ». (6+)
 Россия, 2019 г.
19.55 «ЧЕМПИОН МИРА». (6+)
 Россия, 2021 г. В ролях: Константин Хабенский, Иван Янковский, Владимир Вдовиченков, Виктор Добронравов, Виктор Сухоуров
22.30 «12». (16+)
01.20 «ПЕТРОПОЛИС». (16+)
03.15 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

05.10 «Ералаш». (6+)
05.45 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
08.35 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
10.00 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
11.50 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
14.00 «АРТЕК БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
15.50 «СВАТЫ». (16+)
22.30 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
00.20 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
02.00 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
03.30 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+ ИЛЛЮЗИОН+

02.00 «НА ГРАНИ БЕЗУМИЯ». (16+)
03.35 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
05.30 «ГОД В ПОРТУ». (16+)
06.50 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)
08.45 «МУЖЕСТВО». (16+)
10.10 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
11.55 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
13.35 «УЖЕ СКАЧУА ПО ТЕБЕ». (16+)
15.25 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)
17.10 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
18.45 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
20.30 «МАРКО ПОЛО». (16+)
 Драма, приключения, США, 2007 г.
23.20 «СТРАСТИ ДОН ЖУАНА». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.30 «22 МИНУТЫ». (16+)
07.50 «БАТЯ». (16+)
09.15 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
11.10 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
12.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
15.10 «Ч/Б». (16+)
16.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
 Драма, боевик, Россия, 2007 г.
19.10 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
 Комедия, Россия, 2012 г.
21.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
 Драма, боевик, Россия, 2011 г.
23.10 «ТОЛЬКО НЕ СЕЙЧАС». (16+)
 Мелодрама, Россия, 2011 г.
00.45 «ЧЕРНОБЫЛЬ». (16+)
02.55 «22 МИНУТЫ». (16+)
04.20 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.45 «ДОМ С СПАНОМАЛЬНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ-2». (18+)
02.40 «ГОД СВИНИ». (16+)
04.00 «ДРЯННЫЕ ДЕВЧОНКИ». (12+)
05.50 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС ПРОТИВ ЦЕЗАРЯ». (12+)
07.55 «АСТЕРИКС И ОБЕЛИКС: МИССИЯ КЛЕОПАТРА». (12+)
10.00 «АСТЕРИКС НА ОЛИМПИЙСКИХ ИГРАХ». (16+)
12.15 «ДЖУНГЛИ». (6+)
13.45 «ДВА МИРА». (16+)
15.45 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ». (16+)
17.35 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ РЫБАЛКИ». (16+)
19.30 «СТАРЫЕ ШИШКИ». (18+)
21.00 «ЗАМЕРЗАЮЩАЯ МАЙАМИ». (16+)
22.50 «СВИДАНИЕ ВСПЕЛУЮ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

02.15 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА». (12+)
03.20, 04.50, 06.05, 07.25 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
08.50, 10.20 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+)
11.35, 12.30, 13.20, 14.15 «АГЕНТСТВО НЛС». (12+)
15.10 «МЕНЯЛЫ». (12+)
 Комедия, Россия, 1992 г.
16.55 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)
 Комедия, Италия, 1980 г.
19.00 «КЛАССИК». (16+)
 Боевик, криминал, Россия, 1998 г.
21.00 «ВОЛКОВАД ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)
 Боевик, приключения, фэнтези, Россия, 2006 г.
23.35 «ЛЕТО РЯДОВОГО ДЕДОВА». (12+)
 Комедия, СССР, 1971 г.

РУССКИЙ РОМАН

06.40 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ЛИШНИХ СЛОВ». (12+)
08.05 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!». (16+)
11.45 «САМОЗВАНКА». (12+)
15.00 «КРОВЬ С МОЛОКОМ». (12+)
16.50 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (12+)
 2015 г. В ролях: Екатерина Шухмина, Сергей Астахов
18.30 «ПЕРЕКРЕСТОК». (12+)
 2017 г. В ролях: Дарья Лузина, Янина Соколовская, Дарья Петрова, Константин Стрельников
21.55 «ЧЕРНАЯ МЕТКА». (12+)
 2011 г. В ролях: Мария Машкова, Андрей Кузичев, Григорий Антипенко
01.10 «Я ТРЕБУЮ ЛЮБВИ!». (16+)
04.25 «АНГЕЛ В СЕРДЦЕ». (16+)

CINEMA

07.55 «БОЙЦОВСКИЙ КЛУБ». (18+)
10.25 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)
12.45 «НЕУДЕРЖИМЫЕ». (18+)
14.30 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)
16.10 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (18+)
18.15 «КОДЕКС ВОРА». (18+)
20.00 «ДЖОН УИК-2». (18+)
 США, 2017 г. В ролях: Киану Ривз, Риккардо Скамарчо, Иэн Макшейн, Руби Роуз, Коммон
22.05 «ДЖОН УИК-3». (18+)
 США, 2019 г.
00.20 «ОСТРОВ ПРОКЛЯТЫХ». (18+)
02.35 «НЕОБЫЧАЙНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ АДЕЛЬ». (12+)
04.10 «АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ». (16+)

red .RED

06.00, 06.20, 06.45, 07.10, 07.30 «БЛЮДО С ДУШОЙ». (16+)
07.55, 08.50 Проект Подиум. (16+)
09.45, 10.50, 11.50 Правила моей кухни. (16+)
12.50, 13.40 «ЛУЧШИЕ В ЛОС-АНДЖЕЛЕСЕ». (16+)
14.35, 15.25, 16.20, 17.15, 18.10, 19.05 «БУМАЖНЫЙ ДОМ». (16+)
20.00 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)
 США, 2009 г. В ролях: Мэрил Стрип, Эми Адамс, Стэнли Тучи, Крис Мессина
22.05 «ИЗ 13 В 30». (16+)
23.45, 00.40, 01.45, 02.40, 03.35, 04.35 «ПЕРЕСЕКАЯ АТЛАНТИКУ». (16+)
05.35 Голливуд за кадром. (16+)

РЕТРО

07.05 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)
08.35 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)
10.25 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)
11.50 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
13.10 «ПОЛОНЕЗ ОГИНСКОГО». (6+)
14.45 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)
16.10 «ОБЛАКА». (12+)
17.35 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)
19.00, 03.20 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ». (0+)
20.30 «ЛИЧНЫЕ СЧЕТЫ». (12+)
21.55 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)
23.15 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
19.00, 20.00 Доктор твоего счастья. (16+)
21.10, 22.20, 23.30 Богиня. (16+)
 В модной битве участницы за три часа и 15 тысяч рублей должны собрать образ, который покориет фэшн-эксперта Данила Грачева и блогеров Романа Каграманова и Машу Миногарову.
00.40, 01.40, 02.20 Пацанки. (16+)
 Героиням дается шанс полностью изменить свою жизнь.
03.05 «Дракоша Тоша». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
 Серил. Детективная мелодрама, Россия, 2005 г. В ролях: Анна Большова, Эвклид Кюрдзидис, Ирина Гринева, Дмитрий Щербина, Александр Дьяченко
13.00, 21.00, 05.00 «РОДИТЕЛЬСКОЕ ПРАВО». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «СУЧЬЯ ВОЙНА». (18+)
15.00, 23.00 «ВСЕГДА ГОВОРИ ВСЕГДА-9». (12+)
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
07.00 «Я - ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ. КИЛЛЕР К ЮБИЛЕЮ». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)
07.50 «КУХНЯ». (12+)
 Серил. Комедия, Россия, 2012-2016 гг.
 На кухне появляется новый повар - Артём... Вика официально разводится с Максом... Все сотрудники ресторана готовятся к скорой свадьбе шефа... Виктор и Елена собираются отпраздновать годовщину знакомства...
00.00 Сердца за любовь. (16+)
 «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.

TV 21 ВЕК

07.00, 15.00, 23.00 «РАДИ ЖИЗНИ». (16+)
 4 серия. Серил. Криминальная драма, Норвегия, 2020 г.
07.50, 15.50, 23.50 «КОМИССАР МЕГРЭ». (12+)
 20 серия. Серил. Криминальная драма, детектив, Франция, 1991 г.
09.25, 17.25, 01.25 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ» (субтитры). (16+)
 Мелодрама, комедия, США, Великобритания, 2003 г.
11.15, 19.15, 03.15 «МЕДВЕЖАТНИК» (субтитры). (16+)
 Криминальный триллер, США, Германия, 2001 г.
13.20, 21.20, 05.20 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)
 Комедия, Италия, 2021 г. В ролях: Эмануэла Реи, Кристиано Каккамо, Массимо Гини, Люсия Оконе

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (6+)
05.35, 04.05 Наше кино. История большой любви. (12+)
06.00 Мультфильмы. (6+)
07.50 «ВОЛШЕБНАЯ ЛАМПА АЛАДИНА». (6+)
09.30 ФазендаЛайф. (6+)
10.00 Новости
10.10 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
11.55 «ТЫ - МНЕ, Я - ТЕБЕ». (12+)
13.40 «ЕЕ СЕКРЕТ». (12+)
16.00 Новости
16.15 «ЕЕ СЕКРЕТ». (12+)
17.35 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «КОМНАТА СТАРИННЫХ КЛЮЧЕЙ». (12+)
22.20 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «НЕЖНЫЕ ЛИСТЬЯ, ЯДОВИТЫЕ КОРНИ». (12+)
02.40 «СЕМЕРО СМЕЛЫХ». (0+)
04.30 Мультфильмы. (6+)

ПОБЕДА

04.30 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)
06.40 «РЖЕВ». (16+)
08.40 «ЗАЩИТА». (16+)
12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
 Серил. Боевик, Россия, 2004 г. В ролях: Алексей Бардуков, Владислав Галкин, Кирилл Плетнев
 1942 год. Молодые выпускники заведших школы ехали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы его имя продолжало бить фашистов. Вместе с Лёней они поступают под командование старшего лейтенанта Калтыгина и проходят обучение у секретного агента по кличке Чех...
01.00 «НЕСОКРУШИМЫЙ». (16+)
02.30 «КОРОЛЁВ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 «Ну, погоди! Канкулы». Мультсериал. (0+)
05.40 Пятница News. (16+)
06.05 «Тайны Медовой долины». Мультсериал. (12+)
06.45 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)
08.30 Мамы Пятницы-5. (16+)
09.00 На ножах (субтитры). (16+)
10.00 Пробный переезд. (16+)
10.40 Гастротур-3. (16+)
11.40, 12.40, 13.50, 15.20, 16.30, 17.40, 18.40 На ножах (субтитры). (16+)
19.40 На ножах. (16+)
20.50, 21.50, 22.50 На ножах (субтитры). (16+)
01.10 Пятница News. (16+)
01.40 Инсайдеры. Москва. (16+)
02.30 Инсайдеры. Астрахань. (16+)
03.30 Инсайдеры. Екатеринбург. (16+)
04.20 Пятница News. (16+)
04.45 «Простоквашино». Мультсериал. (12+)

Ю

05.35, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.00 «Мальшарики». Мультсериал. (0+)
09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.45 Барышня - Крестьянка. (16+)
12.55 Беременная в 16. (16+)
 В новом сезоне реалии о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встанут перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания?
14.35 Беременная в 45. (16+)
16.05 Ждули. (16+)
18.20 Я стесняюсь своего тела. (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.05 Измены (субтитры). (18+)
03.00 Гости и прочие неприятности. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.20 История российских кадетских корпусов. (6+)
01.30, 05.50 Российские императоры в XIX веке. (6+)
01.55, 04.40 Историограф. (12+)
02.40 Из истории Крыма. (12+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15, 08.00 Историада. (12+)
04.10, 07.10, 20.00, 20.25 Книжные аллеи. (12+)
07.35 Пешком по Москве. (6+)
08.55 Освободители. (12+)
09.30 Народовластие. (12+)
10.00, 22.20 Архивы истории. (12+)
10.15 Перед вечностью. (12+)
10.55 Обыкновенная история. (6+)
11.05 Люди Гитлера. (16+)
12.00, 13.25 «МАРКО ПОЛО». (18+)
14.55 «ПЕРВОПЕЧАТНИК ИВАН ФЕДОРОВ». (12+)
15.45, 19.45 Хроники общественного быта. (12+)
16.00 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (6+)
17.50 Россия научная. Великие имена. (12+)
18.10, 18.55 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
20.55 Незвестные страницы истории русской школы. (12+)
21.55 Россия. Связь времен. (12+)
22.35 Найти и рассказать. (12+)
23.05 Исторические города Британии. (12+)

VIJU HISTORY

06.00 Музейные тайны: Металлические лауреаты. (12+)
06.45 Музейные тайны: Искатели. (12+)
07.25 Музейные тайны: Экспедиция на Северный полюс. (12+)
08.15 Настоящий неандерталец. (12+)
09.10 Рыцари: Железные герои. (16+)
10.05 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
11.05 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
12.05 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
12.55 Мегалополис: секреты древнего мира: Афины. (12+)
14.00 Мегалополис: секреты древнего мира: Александрия. (12+)
15.00 Мегалополис: секреты древнего мира: Тикаль. (12+)
16.00 Мегалополис: секреты древнего мира: Рим. (12+)
17.00, 18.00, 19.00, 19.55 1812. (16+)
20.55 Частная жизнь: Наполеон Бонапарт. (12+)
21.50, 22.50 Линии фронта. (12+)
23.50, 00.45, 01.40 Нормандия 44: день «Д» и французская кампания. (12+)
02.30 Черные пантеры Второй мировой. (12+)
03.15, 04.00 Очень странные экспонаты. (12+)
04.45 Перу: жертвоприношения в царстве Чимор. (12+)

DOCTOR

06.00, 06.30, 10.30, 10.55, 11.25, 11.55, 15.10, 15.40, 18.50, 19.20, 19.50, 20.20, 23.35, 00.00, 02.10, 02.35, 04.20, 04.50 Будь в тонусе! (12+)
06.55, 13.20, 21.40, 03.00 InVivo. Выпуск 5. (12+)
07.20, 13.45, 22.10, 03.25 Клинический случай. Спасти Булгакова. (12+)
07.50, 16.10, 00.30, 05.15 Научные сенсации. Новые тела. (12+)
08.40, 09.05, 16.55, 17.25, 01.15, 01.40 Тайны анатомии. Органы чувств. (12+)
 В нас много всего интересного: кости, мышцы, кровеносные сосуды, головной мозг. Но все это не имеет абсолютно никакого значения без взаимодействия с окружающей средой. Как раз для этого существует еще одна очень важная система. Система органов чувств.
09.35, 17.55 На приёме у доктора Малавина. Во все лёгкие. (12+)
10.05, 18.20 Это лечится. Мигрень. (12+)
12.20, 20.45, 03.55 Основной элемент. Теория правды. (12+)
12.50, 21.15 Основной элемент. Миф об IQ. (12+)
 Как сравнить умственные способности математика и гуманитария? Можно ли измерить живость ума и работу человеческой мысли? Все ли умные люди - интеллектуалы?
14.15, 22.40 Теледоктор. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 11.45, 18.00, 03.05 Готовим по-итальянски. (16+)
06.25, 03.30 Инструменты. (12+)
06.40, 21.35, 03.45 Домашняя косметика! (12+)
06.55, 12.50, 21.50, 04.00 Ваш агроном. (12+)
07.10, 13.10, 19.15, 22.05, 04.15 Ландшафтные эксперименты. (12+)
07.35, 10.30, 15.50, 16.45, 18.55, 19.40, 22.35, 01.45, 04.45 Дачные радости. (12+)
08.05, 14.10, 21.10, 23.05, 05.10 Дело в отделе. (12+)
08.35, 15.05, 23.55 Семейные рецепты Нади. (16+)
09.25, 00.45 Вершки-корешки. (12+)
09.45, 01.00 Лучки-лучки. (12+)
09.55, 20.10 Сад с нуля. (12+)
10.10, 20.25 Соусы. (12+)
11.00 Сельский туризм. (12+)
11.30, 17.40, 02.40 Мастер-садовод. (12+)
12.20 Жизнь с нетипичным фермером. (12+)
12.35, 18.40 Дом, милый дом! (12+)
13.40, 17.15 Консультант садовода. (12+)
14.40, 20.45, 23.35, 05

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Женщины. Финал. (0+)
 - 07.25 «Где рождаются чемпионы. Михаил Алоян». (12+)
 - 07.50, 10.00, 13.00, 15.50 Новости
 - 07.55 «Здоровый образ. Фигурное катание». (12+)
 - 08.25, 13.25 «Магия большого спорта». (12+)
 - 08.55 «Победный обед». Специальный репортаж. (12+)
 - 09.15 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
 - 09.30 «Мир бильярда». (12+)
 - 10.05 Баскетбол 3x3. Единая Континентальная Лига. Трансляция из Санкт-Петербурга. (0+)
 - 12.45 «Небесная грация». (0+)
 - 13.05 «Лица страны. Заурбек Пагаев». (12+)
 - 13.55 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. Мужчины. 1/4 финала. (0+)
 - 15.55 Pеgби. PARI Чемпионат России. «Локомотив-Пенза» - «Стрела» (Казань). Прямая трансляция
 - 17.55 Pеgби. PARI Чемпионат России. «Динамо» (Москва) - «ВВА-Подмосковье» (Монино). Прямая трансляция
 - 19.55, 23.35 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
 - 20.25 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Мужчины. 1/2 финала. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Пермские медведи» (Пермь). (0+)
 - 21.45 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Женщины. Финал. Трансляция из Анапы. (0+)
 - 22.40 Пляжный волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Финал. Трансляция из Анапы. (0+)
 - 00.00 Гандбол. Кубок России. OЛIMПBET Финал четырёх. Мужчины. 1/2 финала. (0+)
 - 01.20 Бадминтон. Кубок России. (0+)
 - 03.55 Дартс. Профессиональная лига. Про Тур 2. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Караокинг. (16+)
 - 07.30 Про-новости. Лучшее. (16+)
 - 08.00 Teep чарт. (16+)
 - 08.30 Плейлист | Под шашлычок. (16+)
 - 09.30 Это было красиво. (16+)
 - 10.00 DFM - Dance chart. (16+)
 - 11.00 Юмор FM чарт. (16+)
 - 12.00 Хит-Сториз. Филипп Киркоров «Зайка моя». (16+)
 - 12.30 Лига свежих клипов. (16+)
 - 13.00 Табор уходит к звёздам: заколдованный шоу-биз. (16+)
 - 14.00 Моя волна. (16+)
 - 15.00 Хиты по-русски. (16+)
 - 15.30 Самые популярные треки российских исполнителей. (16+)
 - 15.30 Приехали! (16+)
 - 16.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)
 - 17.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
 - 19.00 Новый МузON. (16+)
 - 23.30 Танцпол. (16+)
 - 00.00 Караоке хит. (16+)
 - 01.00 Наше. (16+)
 - 03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00 «Сказочный День рождения «Сказочного Патруля». (0+)
 - Мультисериял «Сказочный Патруль» рассказывает о невероятных, захватывающих приключениях четырех юных волшебниц: Алёнки, Вари, Маши и Снежки. Подруги призваны сохранять баланс между миром фантазии, сказок и реальностью. Вместе они создают команду для контроля за сказочными силами, тем самым сохраняя спокойствие в мире людей. Место действия мультисерияла «Сказочный Патруль» - город Мышкин. В этом, казалось бы, обычном российском городе, регулярно происходят странные вещи: летают метлы по небу, бегают невиданные зверушки и летом идёт снег. Мышкин - город туристический и является центром для любителей русских сказок, а потому многие жители уверены, что всё происходящее - лишь спецэффекты для привлечения туристов.
 - 21.00 «Кошеч. Начало». (6+)
 - 22.35 «Сказочный День рождения «Сказочного Патруля». (0+)
- МУЛЬТ**
- 05.00 «Озорные эльфы». (0+)
 - 06.30 О! Музыка! (0+)
 - 07.00 «Отедь у овечек». (0+)
 - 08.00 «Совёнок Ху-Ху». (0+)
 - 09.40 «Еда на ура!» (0+)
 - 10.00 О! Кино! «Снежная королева: Зазеркалье». (6+)
 - 11.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
 - 12.00 «Турбозавры». (0+)
 - 13.30 «Помидор Доппи». (0+)
 - 13.40 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 - 15.50 «Ум и Хрум». (0+)
 - 16.00 «Лабораториум. Маленькие изобретатели». (0+)
 - 16.20 «Команда Флоры». (0+)
 - 18.00 «Ничего себе имя!» (0+)
 - 18.30 О! Музыка! (0+)
 - 19.00 «Отедь у овечек». (0+)
 - 20.00 «Фиксики». (0+)
 - 22.20 «Супер МЯУ». (0+)
 - 00.00 «Ничего себе имя!» (0+)
 - 00.30 «Йокю». (0+)
 - 01.30 О! Кино! «Снежная королева-3: Огонь и лёд». (6+)
 - 02.55 «Приключения Ам Няма». (0+)
 - 03.30 «Турбозавры». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птицы. «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - 07.30 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - Настало время приоткрыть завесу тайны и поближе познакомиться с миром юных волшебниц и его жителями! Приготовьтесь узнать новые факты о любимых персонажах сказочной вселенной. Вас ждёт много интересных историй, из которых вы узнаете, что было до того, как всё началось...
 - 09.00 «Еда на ура!» (0+)
 - Весёлые ведущие Тутта, Марфа и Ваня расскажут маленьким нехочухам, что блюда бывают не только полезные, но еще забавные, аппетитные и очень вкусные!
 - 09.20 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - 11.00 «Студия красоты». (0+)
 - «Студия красоты» с Настей Приказчиковой - место, где создаются уникальные гармоничные образы для любого случая! Дружеская вечеринка, школьный бал, участие в конкурсе чтецов - поводы для встреч будут самые интересные и необычные!
 - 11.20 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - 15.00 «У меня лапки». (0+)
 - «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках. Юный, но очень перспективный биолог Гоша Котский с радостью расскажет всё на свете о наших любимых питомцах, а помогут ему в этом два волнистых попугая Кузя и Люся. Мы сможем пообщаться с ними благодаря уникальному переводчику с птичьего языка на человеческий.
 - 15.30 «Ералаш». (6+)
 - На канале «Карусель» - детский юмористический киножурнал «Ералаш»!
 - 16.50 «Сказочный патруль». (0+)
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Сказочный патруль». (0+)
 - 23.00 «Герои Гуджитсу». (6+)
 - 23.10 «Сказочный патруль». (0+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 14.00, 22.00 «Чудо-Юдо». (12+)
 - 07.25, 15.25, 23.25 «Большое путешествие». (12+)
 - 08.50, 16.50, 00.50 «Принцесса и дракон». (12+)
 - 10.05, 18.05, 02.05 «Алёша Попович и Тугарин Змей». (12+)
 - 11.25, 19.25, 03.25 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
 - 12.35, 20.35, 04.35 «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (12+)
 - Славится земля русская богатствами богатырскими да разбойниками разбойничьими... А сверху всего князь княжеский сидит, за всем следит и порядок наводит, если нужно. Да только не всегда выходит у князя так, как нужно - правильно. Вот и сейчас - с богатырём поругался да от Соловья Разбойника урон потерпел немалый: увёл банdit окаянный казну государственную прямо из-под носа! Что делать князю?
- СОЛНЦЕ**
- 05.00 «Буба». (0+)
 - 07.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
 - 07.30 «Фиксики. Новенькие». (0+)
 - 09.20 «Замбезия». (6+)
 - 10.50 «ОДНИ НА КАНИКУЛАХ». (6+)
 - 12.30 «КВН. Дети». (6+)
 - 13.30 «МАНЮНЯ». (6+)
 - 15.15 «РОДИТЕЛИ». (12+)
 - 17.55 «Простоквашино». (0+)
 - 19.30 «Большой кошачий побег». (6+)
 - Ленивый кот Пухляш привык наслаждаться размеренной домашней жизнью. Его главные занятия на каждый день - хорошо поесть и выпастыся. Но у его сына - непоседливую котенка по имени Шустрик, совсем не такие мечты.
 - 21.15 «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)
 - 23.00 «УЛЁТНАЯ ИСТОРИЯ». (16+)
 - 00.55 «Ералаш». (6+)
 - 02.25 «Ералаш» (субтитры). (6+)
 - 04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 Молитвослов. (0+)
 - 05.45 Париж - город влюбленных, или Благословение Марии Магдалины. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)
 - 06.15 В поисках Бога. (6+)
 - 06.50 Профессор Осипов. (0+)
 - 07.25 В поисках святого города. Греки. Башня Зенона. 1 серия. (0+)
 - 08.00 Русский мир. (12+)
 - 09.10 Простые чудеса. (12+)
 - 10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
 - 12.45 Лето Господне. Жены-мироносицы. (6+)
 - 14.45 Завет. (6+)
 - 15.50 Жены-мироносицы. (0+)
 - 17.00 Святые России. (6+)
 - 18.00 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 20.00 «МЕСЯЦ МАЙ». (0+)
 - 21.35 Парсуна. С Владимиром Лейгойдой. (6+)
 - 22.35 Щипков. (12+)
 - 23.10 День Патриарха. (0+)
 - 23.25 Миром Господу помолимся. (0+)
 - 00.25 Русский мир. (12+)
 - 01.25 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 03.10 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
 - 04.10 Святые России. (6+)

Православный календарь

30 апреля
Неделя 3-я по Пасхе. Глас 2. Святых жён-мироносиц: Марии Магдалины, Марии Клеоповой, Саломии, Иоанны, Марфы и Марии, Сусанны и иных; праведных Иосифа Аримафейского и Никодима.



Сщмч. Симеона, еп. Персидского, и с ним мчч. Авддея и Аниана пресвитеров, Хусдазата евнуха, Фусика, Азата, мчч. Аскитрей и иных многих. Прп. Акакия, еп. Мелитинского. Блгв. Тамары, царицы Грузинской. Прп. Зосимы, игумена Соловецкого. Мчч. Адриана. Свт. Агапита, папы Римского. Обретение мощей прп. Александра Свирского. Прп. Паисия Киевского, Христа ради юродивого. Св. Михаила исп., пресвитера. Сщмч. Феодора пресвитера.

Поста нет.

«Вечность не заключается в том, что когда-то после смерти мы будем жить без конца. Вечность – это наша приобщенность к Богу».

Митр. Антоний Сурожский

ВЕРА
СВЕТЛОЕ РАДИО

Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU

СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

ЧИТАЕМ ЕВАНГЕЛИЕ

«...Он воскрес, Его нет здесь»

Пришел Иосиф из Аримафеи, знаменитый член совета, который и сам ожидал Царствия Божия, осмелился войти к Пилату, и просил тела Иисуса. Пилат удивился, что Он уже умер, и, призвав сотника, спросил его, давно ли умер? И, узнав от сотника, отдал тело Иосифу. Он, купив плащаницу и сняв Его, обвил плащаницю, и положил Его во гробе, который был высечен в скале, и привалил камень к двери гроба. Мария же Магдалина и Мария Иосиева смотрели, где Его полагали. По прошествии субботы Мария Магдалина и Мария Иаковлева и Саломия купили ароматы, чтобы идти помазать Его. И весьма рано, в первый день недели, приходит ко гробу, приходяще солнца, и говорят между собою: кто отвалит нам камень от двери гроба? И, взглянув, видят, что камень отвален; а он был весьма



велик. И, войдя во гроб, увидели юношу, сидящего на правой стороне, облеченного в белую одежду; и ужаснулись. Он же говорит им: не ужасайтесь. Иисуса ищите Назарянина, распятого; Он воскрес, Его нет здесь. Вот место, где Он был положен. Но идите, скажите ученикам Его и Петру, что Он предваряет вас в Галилее; там Его увидите, как Он сказал вам. И, выйдя, побежали от гроба; их объял трепет и ужас, и никому ничего не сказали, потому что боялись.

Этот отрывок из Евангелия от Марка будет читаться в православных храмах 30 апреля, в воскресенье.

В этом чтении – рассказ о том, как ранним утром первого дня недели жены-мироносицы пошли ко гробу, чтобы помазать благоговениями тело Господа Иисуса. То тело, которое после распятия было снято с креста и положено в гроб Иосифом и Никодимом, тайными учениками Христа. Женщины беспокоились о том, что не смогут отодвинуть камень, которым был закрыт вход. Кроме того, вполне возможно, они могли переживать о страже, поставленной первосвященниками.

Важно понимать, что они идут практически без надежды на то, что все хоть как-то устроится. Они просто идут, потому что должны идти. Но вот камень оказывается отвален, и их встречает Ангел, который говорит, что Господь воскрес и что им надо рассказать ученикам, что Он ждет их в Галилее.

Читая этот рассказ, мы понимаем, что перед нами лучший вариант развития событий. Ведь они шли, чтобы помазать Тело Христова благовонными маслами, но вместо этого встретили Ангела, который сообщил им радостную весть, что Он воскрес. Но, прежде чем они все это узнали, прежде чем обрадовались, они должны были пройти путь, на котором верность Богу, верность своей любви, была сильнее безнадёжности их ситуации.



Комментирует священник Стефан Домусчи

мы пользуемся готовыми клише для оценки того, что в ней происходит. Мы думаем так: здесь, вот здесь – нет. Но мы забываем, что строим не только материальную жизнь, мы выстраиваем также жизнь духовную. Более того, строим не одни, но вместе с Богом, Которого обычно не учитываем. Конечно, Его вмешательство нельзя гарантировать, но разве не так со всей нашей жизнью? Иногда самое надежное дело срывается, а то, чего не должно было произойти, происходит, потому что в итоге все находится в руках Божиих.

В этом чтении мы увидели пример того, как правильный выбор оказался важнее и сильнее обстоятельств. Пусть он поможет нам научиться выбирать правду.

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ЗАВОД ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО

Ремонт окон, балконов, жалюзи

ПВХ, АИ, дерево

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

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

РЕНАУ БАЛКОНЫ . ЛОДЖИИ остекление, отделка, утепление и расширение

РАСПРОДАЖА НЕМЕЦКИХ ОКОН ПО ДОКРИЗИСНЫМ ЦЕНАМ пожизненная гарантия на профиль от компании

ПЛАСТИКОВЫЕ ОКНА ЗАВОД-ПРОИЗВОДИТЕЛЬ

Бесплатный выезд по Москве и Московской области

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ

+7 (495) 109-01-60

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!

РЕНАУ БАЛКОН от 4800 руб.

НЕМЕЦКИЙ ПРОФИЛЬ + фурнитура премиум-класса

СКИДКА ДО 57%

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

ОКОННЫЙ ЗАВОД

ОКНА ПВХ ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ И ЛОДЖИИ

НЕМЕЦКИЕ ОКНА ЖАЛЮЗИ

САЙДИНГ, ОБШИВ, ВСЕ ВИДЫ РАБОТ

Внимание АКЦИИ!!!

СКИДКА только до 31 мая Москитная сетка в подарок

Монтаж 1 день

+7 (495) 532-71-88

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ

ВРЕЗКА ЗАМЕНА РЕМОНТ УСТАНОВКА УКРЕПЛЕНИЕ ВСКРЫТИЕ

(495) 740-21-51 круглосуточно

8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ КВАРТИРЫ НЕДОРОГО И ПОЭТАПНО: косметический и капитальный. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ремонт ванн. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, массива, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА. Отделка ванных, лоджий пластиковыми панелями. Выбор и доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

Строительная бригада выполнит все виды работ из своего материала. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (902) 210-94-92, Александр

8 (999) 905-29-42 Предлагаю Вашему вниманию самоклеющиеся 3D-панели. Клеются абсолютно на любую поверхность. Специально подготавливать стены не нужно. Они не боятся влаги, поэтому их можно использовать в ванной или туалете. Освежить небольшую кухню можно за один день и с минимальными затратами. Тел.: 8 (999) 905-29-42

Ключ-Сервис

ЗАМКИ

замена, ремонт

8(495)997-91-37

8 (495) 902-77-12 СЕМЕЙНАЯ ПАРА! ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОКЛЕЙКА ОБОЕВ. Делаем ремонт квартир частично и под ключ, по доступным ценам. Предоплату не берём оплата по факту. Нас рекомендуют друзьям и знакомым. Помощь в подборе и покупке материалов. Тел.: 8 (495) 902-77-12

8 (925) 125-18-80 Ремонт ванн. Косметический ремонт комнат (обои, шпатлёвка, покраска). Тел.: 8 (925) 125-18-80

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

8 (985) 212-60-60 Надоело уговаривать мужа поменять кран на кухне? Некому заменить лампочку? Хотите перекрасить потолок? Отклеились обои? Протекает бачок унитаза? Потемнела затирка на кафеле? Некому повесить полку на балконе? Не беда! Я готов Вам помочь! Качественно и недорого. Пенсионерам скидка. Тел.: 8 (985) 212-60-60

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

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКУПКА

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

КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД 24ч

Тел. 8 (903) 666-33-55

КОМИССИОНТОРГ

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

8 (926) 705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовары, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундиры, открытки, старые детские и ёлочные игрушки, патефоны, часы, иконы, янтарь и др. старинные вещи. Тел.: 8 (926) 705-30-59

8 (903) 544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, нагруд. 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 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки, кукол, настольные игры, значки, картины, книги, монеты, мебель, открытки, посуду, подстаканники, радиоаппаратуру, серебро, пластинки и статуэтки из бронзы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фотоаппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

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

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО. Награды, значки, медали, монеты, банкноты, подстаканники, портсигары, фарфор. посуду, 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: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, рейскуртанты, акции времён 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

ЗНАКОМСТВА

8 (985) 985-60-25 Устали от одиночества? Звоните! Знакомства для Москвы и Московской области. До 90 лет. Профессиональная сваха. Тел.: 8 (985) 985-60-25

ПОШИВ ОДЕЖДЫ

8 (965) 290-04-18 Модельер предлагает изящные халатики тёплые и лёгкие. Качественные и недорогие. Р. 46-58. Принимаю заказы на пошив одежды. Тел.: 8 (965) 290-04-18, Елена.

КОЛЛЕКЦИОНЕР

КУПИТ ДОРОГО!

Старые столовые приборы, статуэтки, часы, бронзу, вазы, сервизы, шкатулки, бусы, янтарь, бижутерию, фарфор, чугун, ЗНАЧКИ, МОНЕТЫ, СЕРЕБРО, АВТОГРАФЫ, БУДДЫ, фотографии, открытки, архивы, церковную утварь, иконы, подстаканники, портсигары, старый Китай.

Выезд 24 часа.

Тел.: 8 (926) 000-91-92, Александр

Очень дорого куплю: Сервизы • Посуду • Цветное стекло • Иконы • Картины • Фарфор • Награды • Столовое, ювелирное серебро • Золотые изделия (зубные коронки) • Коньяк времён СССР.

Деньги сразу.

Выезд бесплатный.

8 (926) 050-12-40

8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93 СПАСИБО ЗА ЗВОНОК. КУПЛЮ советские и дореволюционные: книги, плакаты, афиши, документы, архивы, картины, графику, открытки, фото, приглашения, значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфора и любого металла. ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, САМОЛЁТАХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ и МНОГОЕ ДРУГОЕ. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93

8 (905) 796-72-32 Серебро столовое, коронки, ювелирку, янтарь, подстаканники, портсигары, фотоаппараты, самовары, мельхиор, монеты, банкноты, часы, бижутерию, значки, знаки, архивы, фото, открытки, статуэтки, сервизы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные игрушки, книги, картины. ДОРОГО, выезд и оценка сразу. Тел.: 8 (905) 796-72-32

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

8 (916) 993-36-64 Времени СССР: пригласительные билеты, меню, этикетки, рекламные листовки и буклеты, каталоги, рейскуртанты, акции времён 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

СООБЩЕНИЯ

8 (963) 651-52-48 Сваха. Брак. Знакомства. Бесплатно. Если Вам 35 лет и Вы не замужем – позвоните. Тел.: 8 (963) 651-52-48

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ

Диплом сер. ВСГ 0113768 в 2007 г. и удостоверение об окончании интернатуры 950, выданные Башкирским ГМУ в 2008 г., на имя Фаизуллина Хакимьяна Азаматовича, в связи с утерей считать недействительными.

МосГорСкупка

ДОРОГО КУПИТ!

- Иконы. Статуэтки Будды.
- Янтарь, янтарные бусы.
- Статуэтки, фарфор, сервизы.
- Серебро, бронзу, часы.
- Монеты, значки, автографы.
- Картины. Соцреализм. Сов.Агитация.
- Старинную мебель. Бижутерию.
- Любой антиквариат и многое другое.

Оценка. Выезд бесплатно. Оплата сразу.

8-925-403-68-83

8 (999) 333-33-72 Сервизы, статуэтки, фарфор, иконы, награды, значки, знаки, янтарь, серебро, портсигары, подстаканники, изделия из кости куплю дорого! Выезд и оценка бесплатно. Москва, МО. Оплата сразу. Тел.: 8 (999) 333-33-72

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

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

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

8 (905) 777-77-53 Дет. книги, игрушки, ФАРФОР, статуэтки, сервизы, значки, МАГНИТОФОНЫ, кассеты, духи, готовальни, СЕРЕБРО, мельхиор, часы, муз. инструменты, фотооборуд-ие, ВКЛАДЫШИ, киндеры, модели, ОТКРЫТКИ, фото, ёлоч. игр., подстаканники, самовары, бегемию, хрусталь, пив. кружки. Картины, радиоприёмники, спорт. награды, настол. лампы. Шв. машинки, иконы, форму, документы. Броши, сувениры СССР, портсигары, диафильмы, янтарь. Китай, наст. игры. Вазы, кноп. телефоны. Кубки, грамоты, подстаканники, ковры, библиотеки, бижутерию. МЕБЕЛЬ, СТУЛЬЯ, пластинки, бронзу. Электроны. Царизм. ПЕРЬЕВЫЕ РУЧКИ. Куплю. Тел.: 8 (905) 777-77-53

8 (977) 961-38-46 Открытки, фото, актёры, календари, журналы, афиши, грамоты, ноты, фантики. Кубки, статуэтки, сервизы. ПРЕДМЕТЫ ИСКУССТВА, ФАРФОР. Марки. Ёлоч. игр. Бижутерию. Телефоны, магнитофоны, кассеты, CD. СЕРЕБРО. Воен. амуницию. Модели машин, самолётов, ж. дорог. КУКОЛ. Юбилейн. руб., значки. Тел.: 8 (977) 961-38-46

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

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

Утерянный диплом 64НН0004051 от 30.06.2008 года, выданный ГОУНПО № 69 р. п. Турки на имя Таскина Вадима Викторовича считать недействительным.

8 (985) 124-11-80 Купим самовары, картины, иконы, портсигары, бюсты, старинные награды, монеты, антиквариат. Военный антиквариат, форму военную и министерств СССР, наградные знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР, и ВЧК-КГБ. Тел.: 8 (985) 124-11-80

8 (495) 643-72-12 Книги куплю, значки, ИКОНЫ, янтарь, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1940 г., фарфор, столовое СЕРЕБРО, фотоаппараты, часы и прочее. Оплата сразу. Выезд бесплатно. Тел.: 8 (495) 643-72-12

8 (985) 938-08-26 Грампластинки, аудиотехнику, проигрыватели грампластинок, фирменные аудиодиски CD, различных стилей и направлений музыки, куплю, тел.: 8 (985) 938-08-26

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, игровые приставки. Тел.: 8 (495) 508-53-59

8 (925) 585-40-56 Покупаю книги до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Полки, библиотеки, техническую литературу, ноты, фото, архивы, открытки, живопись, фарфор, мебель, самовары, значки, статуэтки, бронзу, монеты, модели машинок, ёлочные игрушки, иудаики и любой антиквариат. Тел.: 8 (925) 585-40-56

8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИКУ, магнитофоны, проигрыватели, усилители, 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 (964) 783-95-15 Куплю ёлочные игрушки, коллекции календариков, фантиков, открыток, пластинок, столовое серебро, старые духи, плюшевых медведей, детские советские журналы, фарфоровые статуэтки, фотографии, азбуки, буквари, книги, ковры. Тел.: 8 (964) 783-95-15

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

ПРОЧИЕ УСЛУГИ

8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60 Предлагаем парики, хвосты, шиньоны, косы, локоны. Искусственные и натуральные. В наличии и на заказ. Изготовление париков. Подбор и консультации. Мастерская рядом с м. «Чертановская». Тел.: 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ
В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»? ЗВОНИТЕ!
8 (495) 792-47-73

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ВХОДНЫЕ ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО

СКИДКИ до 30%

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

ВETERANAM НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

Более 1000 моделей от простых до элитных любых размеров
ДВЕРНЫЕ ЗВОНКИ, ВИДЕОГЛАЗКИ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ И СИГНАЛИЗАЦИЯ

РАССРОЧКА: 0%
ДОСТАВКА: 0Р
ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА: 0Р

ОТДЕЛ ПРОДАЖ 7:00 – 23:00
ЕЖЕДНЕВНО

8 (495) 208-03-88

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 Как уговорить лечиться?
ЗАПОИ
ВЫЗОВ НАРКОЛОГА НА ДОМ ПО МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЮ
Круглосуточно. Приезд врача от 30 мин.
ПОМОЩЬ
НАРКО- И АЛКОЗАВИСИМЫМ АНОНИМНО Болезнь не приговор!
8 (495) 776-30-03
www.n-help.ru
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
ООО «НаркоХелп» Лиц. № ПО-77-01-002153

МЕБЕЛЬ

8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

8 (495) 740-79-43 Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел.: 8 (495) 740-79-43

НЕДВИЖИМОСТЬ

8 (985) 461-89-74 Агентство недвижимости РЕФЕРАЛ поможет безопасно продать и купить жилую недвижимость как на вторичном рынке, так и в новостройках, обменять большую площадь на меньшую с доплатой. Юридическое сопровождение сделок, помощь в одобрении ипотеки от ведущих банков. www.referral-msk.ru Тел.: 8 (985) 461-89-74

8 (980) 181-42-00 БЕЗОПАСНАЯ продажа и покупка недвижимости, БЕСПЛАТНЫЙ подбор квартиры в новостройке. БЕСПЛАТНОЕ одобрение ипотеки на максимально выгодных условиях. Обеспечим ПОЛНОЕ ЮРИДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ. Безопасный обмен квартир. ПОДБЕРЕМ ДЛЯ ВАС ПОДХОДЯЩИЙ ВАРИАНТ. Звоните: 8 (980) 181-42-00

8 (903) 730-84-84, 8 (985) 730-70-03 КУПИТЬ КВАРТИРУ, помогу с разездом, разменом на большую или меньшую площадь. Помогу оформить документы на дом, участок (восстановить утерянные). Тел.: 8 (903) 730-84-84, 8 (985) 730-70-03

8 (916) 916-16-51 Срочно ДЛЯ СЕБЯ куплю квартиру, комнату, можно без ремонта. Если есть проблемы и долги, помогу решить. Рассмотрю все варианты, возможен выкуп ипотечных и заложенных в банк квартир. Помогу с расселением и переездом. Звоните в любое время, договоримся. Мой телефон: 8 (916) 916-16-51, Мария

8 (909) 641-37-99 Срочно, сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 Автогрупповые перевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80

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

8 (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, каблу, микроавтобусы и др. Грузчики славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (499) 390-62-65

8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58 Доставка, перевозки квартир, 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 выходов и праздников. Тел.: 8 (968) 058-66-78, 8 (916) 624-10-58

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

8 (977) 280-50-49 ДАЧНЫЙ ПЕРЕЕЗД для вас в любое удобное время из Москвы за город или возвращение с дачи. Можно с животными. Круглосуточно, с комфортом и кондиционером. ГРУЗОПЕРЕВОЗКИ. Квалифицированный персонал. Грузчики славяне. Вежливо и аккуратно. Гарантия безопасности. Перевозка точно в срок. Звоните: 8 (977) 280-50-49, Андрей.

ВETERИНАРНАЯ ПОМОЩЬ



ВЕТКЛИНИКА
ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч. (срочный). СТРИЖКА. БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ. КРЕМАЦИЯ.
Тел.: 8 (495) 142-40-67, 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ для ЖИВОТНЫХ. ВЫЕЗД 24 часа (срочный). Безболезненное усыпление. Кремация. Тел.: 8 (495) 231-05-58, 8 (977) 927-97-37

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ для ЖИВОТНЫХ. Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.: 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

8 (495) 978-80-80, 8 (901) 517-60-06 УНИЧТОЖИМ ВСЕХ НАСЕКОМЫХ. Цена от 700 руб. РЕЗУЛЬТАТ 100%. Метод «Холодный» и «Горячий туман» и мелкокапельное опрыскивание. Эффективные препараты со слабым запахом. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ. Договор. Гарантия. Без выходов. Работаем с 2016 года. Барьер в подарок. ООО «Санитары столицы». Тел.: 8 (495) 978-80-80, 8 (901) 517-60-06.

8 (965) 386-47-09 СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, ПЛЕСЕНИ и т.д. Пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Москва и МО. Тел.: 8 (965) 386-47-09

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, КПК, 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.

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

СТРОИТЕЛИ
ВЫЕЗД В ДЕНЬ ОБРАЩЕНИЯ! ОЦЕНКА И ЗАМЕР БЕСПЛАТНО!

► КРЫШИ
► САЙДИНГ
► ФУДАМЕНТ
► ОТМОСТКИ
► ХОЗБЛОКИ
► ЗАБОРЫ
► ТЕРАССЫ
► ПЕЧНИК
► РЕМОНТ КВАРТИР
► ПОКРАСКА ДОМОВ
► РЕМОНТ ФАСАДОВ
► ВЕРАНДЫ, ПРИСТРОЙКИ
► ДОМА, БАНИ, БЕСЕДКИ С НУЛЯ
► БЛАГОУСТРОЙСТВО УЧАСТКОВ

Пенсионерам СКИДКА!
И МНОГОЕ ДРУГОЕ!

8 (980) 407-70-79
ДМИТРИЙ

БРИГАДА СТРОИТЕЛЕЙ – ВСЕ СТРОИТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ. Из своего материала или материала заказчика. ПЕЧИ. ФУНДАМЕНТЫ, отмостки, беседки, сайдинги, кровля, внутренняя отделка, КРЫШИ, 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

ТВОРЧЕСКОЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ

8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91 ИЗДАНИЕ КНИГ от 1 экземпляра. Индивидуальный подход к каждому заказчику. Выполняем полный комплекс работ: набор текста, подбор иллюстраций, обработка фотографий, дизайн книги, верстка, присвоение ISBN, полиграфическое исполнение. М. «Павелецкая». Тел.: 8 (499) 235-73-36, 8 (929) 992-70-91

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 ПЯРЯДОЧНОСТЬ. Тел.: 8 (495) 664-65-88, 8 (926) 313-90-00

8 (916) 841-89-94 Срочный выкуп абсолютно любого авто максимальной цене. 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

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ Г. МОСКВЫ

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- Выдача заработной платы наличными, без задержек;
- Ежедневный аванс от 500 рублей;
- Бесплатное общежитие, заселение в день обращения;
- График работы: 6/1; 2/2 недели
- Место работы: киоски в разных районах г. Москвы

8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76
8 (901) 519-52-48
Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

РЕМОНТ НА ДОМУ
• Стиральных машин
• Холодильников
от 400 р.
Гарантия
Скидка до 50%
Выезд бесплатно
8-495-109-33-56
8-977-000-93-81

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ
Пенсионерам Скидка до 50%
Бесплатный ВЫЕЗД
8 (495) 106-25-69

8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ Стиральных машин, Холодильников всех моделей, Телевизоров плазмы ж/к, кинескопных, Газовых плит, Электрических плит, ремонт Швейных машин, оверлоков, Настройка ТВ, ремонт Антенн, прокладка ТВ-кабеля. Ремонт с выездом мастера на дом. Соцскидки. Тел.: 8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48

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%. ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО. Тел.: 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, 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 выходов, 8-22. Тел.: 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05

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

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

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

ТРЕБУЕТСЯ ПОМОЩЬ ЮРИСТА?

Поможем:
• Вернуть деньги обманутым вкладчикам
• Расторгнуть договор с юристами
• Выписать из квартиры
• Разрешить жилищные и наследственные споры и т.д.

ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС! КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНА!
Пенсионерам и инвалидам ВЫЕЗД СКИДКИ до 50% до конца месяца!
ЮРИСТА НА ДОМ

8 (495) 201-25-12

РЕКЛАМА В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»: 8 (495) 792-47-73

8 (495) 970-73-73 ЮРИДИЧЕСКОЕ БЮРО «РЕГЛАМЕНТ». Один документ БЕСПЛАТНО. Все виды юридических услуг: гражданские, земельные, семейные, наследственные и жилищные дела. Представительство в судах. Тел.: 8 (495) 970-73-73

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

С недавних пор у меня в голове программа: «Мне везёт». Всегда. Во всём. Со всеми.

Иневажно, что живу я в коммуналке с видом на заброшенный склад, что соседский кот сутками напролет орет, приветствуя весеннее равноденствие, что мусорный бак под моим окном опустошают, мягко говоря, нерегулярно. Все это такие мелочи! Главное, я – есть. Здесь и сейчас. Живая и здоровая, любимая и абсолютно счастливая. Теперь я знаю это точно.

Мой ангел

Свет я увидела не сразу. Сначала был густой туман, в котором я барахтаюсь, как заключенная в аквариуме рыбка. Хотела бежать, но ноги не слушались, закричать тоже не получалось. Страх не было, скорее любопытство: что со мной? Через облачный ватный лабиринт струился золотой луч. К нему я и полетела, вернее, меня повел маленький ангел, взяв за руку.

– Где я? Уже Там? Почему? Я же совсем не старая и за здоровьем своим слежу – в тренажерный зал хожу три раза в неделю. И что мне теперь делать?

На мои многочисленные вопросы ангел просто улыбался, унося за собой все выше и выше. Яркий свет ослепил, и я закурилась в золотистом потоке.

– Хочешь, я покажу тебе твою жизнь? – спросил ангел.

– Ее я и так знаю – там нет ничего интересного. Бегаю словно цирковая лошадка по кругу: работа, подружки, дом, даже постоянного мужика нет – попадают какие-то недоделанные. Лучше покажи, как там, наверху!

– Что внизу, то и наверху, – улыбнулся ангел. – Пока не разберешься со своей жизнью, не поймешь иную.

Между небом и землёй

“Если хочешь быть любимым – люби». Сенека



Кино из детства

Поток держал меня, словно пушинку, а перед глазами понеслись кадры из кинофильма. Присмотревшись, поняла, что кино про меня. Вот я – маленькая девочка, бегу навстречу отцу. До него остается пару метров, но я падаю и разбиваю вдребезги коленки. Он подхватывает меня на руки, но вместо слов утешения начинает отчитывать за неуклюжесть.

Вот старший брат с ухмылкой ведет на разборки домой: я соорудила любимой кукле Василисе умопомрачительный наряд из куска шелка, купленного мамой для нового платья. Я очень старалась отрезать кусок ровненько, чтобы не задеть большой красный цветок. Материала, как я думала, было достаточно и для куклы, и для мамы. Хватило только Васене.

Вот я уже подросток с веснушками, и косичка тоненькая, и вес зашкаливает. А мальчик из соседнего подъезда даже не смотрит в мою сторону. Когда на велосипеде я врезалась в забор, он смеялся громче всех.

Мне вдруг стало так жалко эту маленькую испуганную девчужку, похожую на котенка, которого я притащила домой с какой-то свалки. Я назвала его Фантиком. Котенок вылизал миску с молоком и уснул счастливый в коробке из-под папиных ботинок. А вечером пришли родители и выставили коробку с содержимым за дверь – у брата оказалась аллергия на шерсть.

Разбитое корыто

Чем дальше я смотрела, тем больше переживала. Кульминацией «кинофиль-

ма» явилась первая любовь по имени Виталий. Его отец получил должность на заводе в нашем городе. Новенький сразу стал центром внимания всех девчонок не только нашего 10 «Б». Высокий, спортивный, с хорошими манерами, он щеголял в модных джинсах по коридорам школы. То, что было непозволительно для остальных учеников, оказалось возможным для Виталия.

Я любила его тихо, молча, страдая от безответности. Бессонными ночами сочиняла нашу счастливую историю: спасала его из горящей машины/поезда/самолета; вытаскивала тонущего из реки/озера/болота; и в благодарности он влюблялся в меня раз и навсегда. Увы, мои грезы не имели ничего общего с действительностью.

В конце учебного года своей тайной я случайно поделилась с Каткой. Она клятвенно обещала

молчать, но уже на следующую день мое личное стало общественным. Надо мной ухмылялись открыто. Когда кто-то спросил мнение Виталия о происходящем, он, выдержав паузу, изрек:

– У нас разные роли в этом спектакле. Зачем мне разбитое корыто?

Оставшиеся школьные дни меня звали только так. Понятно, что на выпускной вечер я не пошла.

Ищи своё

– Хватит страдать, – сказал ангел. – Смотри!

И я увидела. Холеный, одетый с иголкой мужчина с яростью отшвыривал ногой прелестного щенка, который пристроился у колеса его дорожной машины. Он же отвешивал подзатыльник белобрысому мальчугану – маленькой своей копии, зубрившей таблицу умножения. И затравленный взгляд красивой усталой женщины, сервирующей стол с гипнотической покорностью.

– Отпустив и приняв прошлое, ты сможешь построить будущее, – тихо произнес ангел. – Ищи свое: тех людей, на которых отзывается сердце, то дело, которое приносит радость. Найди душу на одной вибрационной волне с тобой. Это редкое совпадение, но ты постарай-

ся. Попробуй быть, а не казаться.

– И поменьше рассказывай подругам про личную жизнь, – добавил он назидательным тоном, как-то уже по-земному.

Я тут же увидела Галю и Таню – с ними сдружилась на работе в книжном магазине. Они выглядели странно. Прислушавшись к их разговору, поняла, что речь идет обо мне.

– Маринка (это я) совсем страх потеряла – положила глаз на Юрочка (так мы в шутку называем своего начальника), – ухмылялась Галина.

– Ха! На что надеется? – вторила ей Татьяна. – А как тебе кофточка, в которой она заявила вчера...

Они громко захохотали. И это мои лучшие подружки?!

Кадр сменился неожиданно, я даже не поняла сначала, кто это склонился над столом. Взгляд сфокусировался на руке, которая поглаживала до боли знакомого кота.

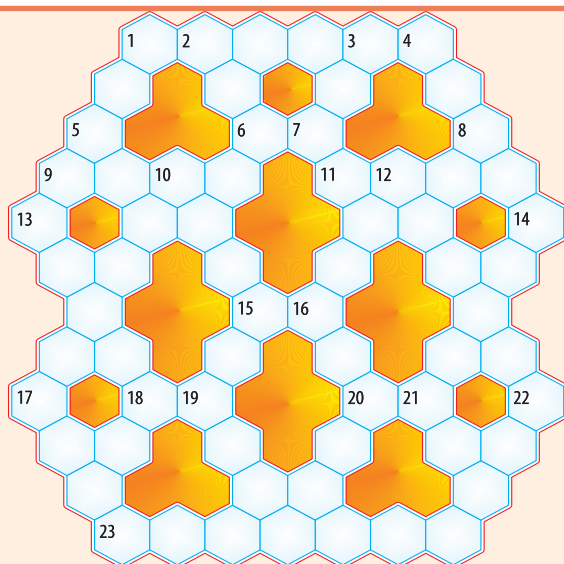
– Чего ты, в самом деле? Обиделся? Просто ты попался под горячую руку. Ну и орать так сильно не надо. Так что, брат, сам виноват.

Я замерла: монолог проносил мой сосед, хозяин того самого кота-шатуна, не дающего мне спать.

...Они завопили одновременно – будильник и кот. Я резко села на кровати и выключила звонок. Второй позывной продолжал оповещать мир о своем существовании. Неужели это был сон? Такой реальный? Хотя какая разница! Теперь я знаю некоторые ответы на свои многочисленные вопросы. Вот один из них: счастье – это когда спокойно и больше ничего не хочется, кроме того, что имеешь в данный момент.

МАРИНА

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



ТРИ ДОРОГИ

По горизонтали: 1. «Блинный» снаряд тяжелоатлета. 9. «Сверток» из риса и сырой рыбы. 11. Устремленный, обращенный, поэтический. 23. Бросание молота атлетом.

Слева-вниз-направо: 2. Метод выбора наугад. 4. Продукт для духов от кашалота. 5. Рубить ..., на котором сидишь. 7. «Жили у бабуся ... веселых гуся». 10. И Юта, и Оклахома. 12. Зеница ока – одним словом. 13. В уравнении

он второй. 16. Что путал с хорем пушкинский Евгений Онегин? 17. Топливо для АЭС. 19. Без какого судна нельзя принять участие в регате? 21. Коралловая угроза кораблям.

Справа-вниз-налево: 1. «Когти», выпускаемые самолетом. 3. Герой английских баллад Робин ... 6. У кого самые тяжелые дети? 8. Лесок «с иголки». 10. За нее можно ухватить Мурку.

12. Яркая подсветка горизонта. 14. У Пушкина: «Природа жаждущих степей его в день гнева породила, и зелень мертвую ветвей и корни ядом напоила». 15. Вечнозеленое дерево. 18. Знаменитая династия иллюзионистов. 20. Склад снабжения. 22. «Три в одном» из пакетика к завтраку.

Ответы. По горизонтали: 1. Штанга. 9. Сухари. 11. Штанга. 12. Зеница. 13. Метание. 14. Взор. 15. Штанга. 16. Яма. 17. Атом. 18. Кин. 19. Фиг. 20. База. 21. Шкирк. 22. Эрачок. 23. Иртек. 24. Кир. 25. Кир. 26. Кир. 27. Кир. 28. Кир. 29. Кир. 30. Кир. 31. Кир. 32. Кир. 33. Кир. 34. Кир. 35. Кир. 36. Кир. 37. Кир. 38. Кир. 39. Кир. 40. Кир. 41. Кир. 42. Кир. 43. Кир. 44. Кир. 45. Кир. 46. Кир. 47. Кир. 48. Кир. 49. Кир. 50. Кир. 51. Кир. 52. Кир. 53. Кир. 54. Кир. 55. Кир. 56. Кир. 57. Кир. 58. Кир. 59. Кир. 60. Кир. 61. Кир. 62. Кир. 63. Кир. 64. Кир. 65. Кир. 66. Кир. 67. Кир. 68. Кир. 69. Кир. 70. Кир. 71. Кир. 72. Кир. 73. Кир. 74. Кир. 75. Кир. 76. Кир. 77. Кир. 78. Кир. 79. Кир. 80. Кир. 81. Кир. 82. Кир. 83. Кир. 84. Кир. 85. Кир. 86. Кир. 87. Кир. 88. Кир. 89. Кир. 90. Кир. 91. Кир. 92. Кир. 93. Кир. 94. Кир. 95. Кир. 96. Кир. 97. Кир. 98. Кир. 99. Кир. 100. Кир.



Памятная медаль в честь годовщины Победы в Великой Отечественной войне

- ★ Покрытие серебром
999 пробы
- ★ Цветная печать

**Бесплатная
памятная медаль
для каждого
россиянина
(при условии
оплаты доставки –
299 руб.)**



**ЗАКАЖИТЕ
ПРЯМО СЕЙЧАС:**

☎ 8 (800) 234-32-19

ежедневно с 8:00 до 21:00 (время московское)
(звонок бесплатный по всей России)

🌐 imdvor.ru/orden-ov

ПОМНИМ! ГОРДИМСЯ!

**Премьерный выпуск 2023 года: специально для читателей «Телек» –
бесплатная памятная медаль с изображением ордена Отечественной войны.
(оплачивается только стоимость доставки – 299 руб. по всей России)**

Великая Отечественная война – важнейшее событие в истории нашей страны. Не только Красная армия, но и весь советский народ самоотверженно боролся за свободу своей Родины. Поэтому с первых же дней эту войну стали называть Отечественной и первая награда, учрежденная 20 мая 1942 года, получила наименование «орден Отечественной войны». Этим орденом награждали солдат и командиров, бойцов Красной армии и служащих Военно-Морского Флота, партизан и гражданских

специалистов. Его вручали отличившимся воинским частям, предприятиям, организациям, городам.

Именно изображение этого знака отличия, ставшего символом подвига во имя Отечества, помещено на памятной медали «Орден Отечественной войны». Императорский Монетный Двор выпустил это произведение медальерного искусства к годовщине Великой Победы, чтобы сохранить для будущих поколений память о самых драматичных и героических страницах нашей истории.

**Получите Вашу бесплатную медаль, оплатив только
299 руб. за упаковку и доставку.**

☎ 8 (800) 234-32-19
(звонок бесплатный по всей России)

🌐 imdvor.ru/orden-ov

Код специального резервирования: **12768103**



наведите
свою
камеру



ВАШИ ЛУЧШИЕ ПОКУПКИ!

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ

Матрас-топпер с анатомическим эффектом

Размеры:
70x200 см, 80x200 см,
90x200 см, 120x200 см,
140x200 см,
160x200 см



СУПЕРЦЕНА
от 1690 руб.

Делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника, бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов, разглаживает ямки и перепады.

«Чудо-шланг» + ПОДАРОК!

30 м 1390 руб.
45 м 1690 руб.
60 м 1990 руб.



Шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего износостойкого нейлона. Конструкция «два в одном» позволяет шлангу под напором воды увеличиваться в размерах до трех раз от изначального размера. Благодаря этой конструкции вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактный, занимает мало места при хранении и перевозке. При покупке «Чудо-шланга» – садовый разнорезимный пистолет в подарок!

Плита индукционная (настольная)

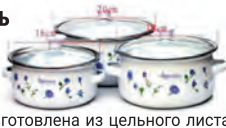
3890 руб.
1990 руб.



Незаменимая кухонная техника не только для дачи, но и для владельцев маленькой кухни. Легкая, компактная, высокоэффективная. Регулируемая мощность. Посуда быстро нагревается, а поверхность плиты остается холодной. Упавшие продукты или брызги жира не подгорают. Нагревает в разы быстрее, электроэнергия расходуется экономней!

Набор кастрюль

1890 руб.
1290 руб.



Каждая кастрюля изготовлена из цельного листа углеродистой стали и покрыта жаропрочной эмалью. Диаметр: 16, 18 и 20 см.

Щетка магнитная для мытья окон с двух сторон одновременно

1490 руб. 990 руб.



Щетка не представляет собой сложного устройства, но как мы знаем, все гениальное просто! Ее конструкция – это просто 2 щетки с магнитами. Щетки притягиваются друг к другу, и между ними помещается стекло. Вы не будете балансировать на краю открытого окна на любом этаже, покальч человек, производящий уборку, находится внутри помещения. Вы легко помоеете окна, которые совсем не открывались или на них стоит решетка. Она одновременно моет водой и сразу вытирает насухо. Чистые окна, без развордов вам гарантированы!

Светильник «Чемпион – солнечная батарея»

990 руб.



Отличная разработка военной промышленности, которая теперь доступна и вам! Новейшая технология светодиодной панели. Сочетает в себе три устройства: кемпинговая лампа с ярким мягким светом, мощный фонарь прожекторного типа, зарядное устройство power bank. Создает круговое освещение на 360° и видимость даже с расстояния 3 км. Срок службы светодиодных панелей – 100 000 часов, и при обычном использовании светильником можно пользоваться всю жизнь. Находясь на рыбалке, охоте, в походе, на даче, в кемпинге на природе и т.д., вам не придется переживать, что в ответственный момент вы останетесь без источника света, т.к. кемпинговый фонарь имеет два источника питания: солнечную батарею и встроенный аккумулятор большой емкости. Вы не останетесь без связи и сможете позвонить свой телефон от разряда USB, который встроен в фонарь.

Солнцезащитная пленка на окна СУПЕРЦЕНА

2 шт. 890 руб.



Если в полдень в ваше окно светит солнце, а вечером вы не защищены от посторонних взглядов – эта пленка для вас! Создает эффект зеркала снаружи и абсолютно прозрачна изнутри. Предохраняет от перегрева и выгорания мебель, книги, одежду. Легко крепится к поверхности стекла.

Летний дачный душ

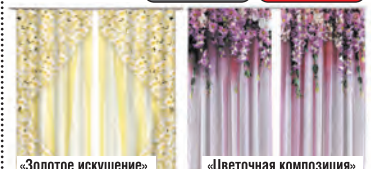
1590 руб. 990 руб.



Душ состоит из герметичного резервуара емкостью 20 литров, эластичной трубки с закрывающим клапаном и насадки-рассекателя водной струи. Такая конструкция позволяет повесить его на крючок или просто привязать к столбу и дереву в саду. Черный цвет емкости для воды позволяет ей быстро и эффективно нагреваться с появлением солнца.

Фотошторы + Тюль В ПОДАРОК!

Габариты (150x270) 2 шт. 3D-печать. Цветы как живые! 3990 руб. 2490 руб.



Тонетр

1990 руб. 1290 руб.



В любой момент вы можете измерить давление самому себе без посторонней помощи. Прибор имеет специально разработанную манжету, которая гарантирует надежное считывание пульса и высокую точность измерений. Интеллектуальная система запоминает последние 60 измерений и имеет индикатор аритмии. На крупном LCD дисплее отображаются дата и время измерения, систолическое давление (верхнее), диастолическое (нижнее), пульс. В комплекте с тонометром вы получите пластиковый кейс с защелкой для хранения и переноски устройства.

Массажная подушка с функцией прогрева

3890 руб. 1690 руб.



Ноет спина? Мышцы словно окаменели? Массажная подушка – ваше спасение! Нефритовые камни, словно опытные руки специалиста, промассажируют ваши проблемные зоны, и вы ощутите приятное тепло и легкость. Массаж-шиацу + разогрев. Поможет убрать спазмы мышц, согреть и расслабит. Используйте дома, в офисе, в автомобиле. Не является медицинским прибором.

Отпугиватель-фонарь

1690 руб. 1290 руб.



Защитит вас от любых нежданных животных или уличных хулиганов, напугает и прогонит даже большую стаю собак. Действует на расстоянии 100 м. Имитирует треск и вспышки шокера. Имеет мощный встроенный фонарик.

Отпугиватель грызунов и насекомых

2 шт. 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания тараканов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте отпугиватель в розетку. Можно использовать, если в доме дети, собаки и кошки. Безопасен для ваших домашнихцев. И в него встроены уютные ночники.

1+1 КУПИ ОДИН И ПОЛУЧИ ВТОРОЙ В ПОДАРОК!

Набор кружевных бюстгалтеров «Ажур Бра», 3 штуки

в комплекте: белый, черный, бордовый

2390 руб. 1690 руб.



«Ажур Бра» – это изумительное бесшовное, кружевное белье, которое отлично поддерживает спину и грудь, но при этом не давит и не натирает. Белье поднимает бюст и сглаживает неровности, придает округлые формы. Специальное усиленное плетение посередине для создания красивого декольте. Можно носить как нижнее белье, как топ под жакет и как спортивное белье. Для увеличения объема есть потайные кармашки под поролоновые вкладыши. S-M (42-46), L-XL (48-50), 2XL-3XL (52-56), 4XL (58-60).

Вертикальная суперсушилка для белья

2690 руб. 1990 руб.



Суперсушилка позволит высушить три загрузки стандартной стиральной машины. Три яруса плюс две дополнительные планки для плечиков позволяют сушить постельное белье и деликатные ткани, например, рубашки и блузки. Покупая одну, вы получаете сразу 3 сушилки – ведь сможете развесить на ней до 50 единиц белья. Больше не нужно ломать голову над тем, как и где это все развесить. Быстро складывается и занимает очень мало места. Имеет 4 колеса. Сушите любые вещи – от новых платков и постельного белья до штор и мягких игрушек!

Угловая полка для ванной без винтов

1990 руб. 1390 руб.



На четырех ярусах вы сможете разместить все необходимые аксессуары. Выдерживает нагрузку до 16 кг. Секции изготовлены из прочного пластика, треугольной закругленной формы с отверстиями для слива во дв. Стойка телескопическая с регулировкой по высоте, монтаж не требует винтов, сверления.

Подушка для ног «Здоровый сон»

1690 руб. 990 руб.



Инновационная подушка специальной анатомической формы с эффектом памяти обеспечивает правильное положение ног во время сна. Снижается нагрузка на коленные суставы и сустав бедра. Значительно улучшает качество сна, утром вы почувствуете себя отдохнувшим и бодрым. Она особенно необходима для людей пожилого возраста.

Корректор осанки

S-M талия 60-85 см
L-XL талия 86-125 см

1690 руб. 990 руб.



Знакомые всем боли в пояснице, шее, грудном отделе – все это чаще всего следствие неправильной осанки. Неправильная осанка, постоянно опущенные плечи создают излишнее давление на грудную клетку, диафрагму и могут вызвать остеохондроз, сколиоз и далее всем знакомые боли в спине. Представляем универсальное средство для профилактики сколиоза, исправления дефектов осанки, облегчения боли в поясничном, грудном, шейном отделе, плечах, спине. Корректор поможет выпрямить вашу спину и научит мышцы держать правильное положение.

РУ № РЗН 2018/6874 от 28.02.2018 г. ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

Усилитель звука

990 руб. НОВИНКА



Отличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Подходит для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. Не является медицинским изделием.

Электрический измельчитель «Молния»

2190 руб. 1490 руб.



«Молния» – незаменимый помощник на кухне. Он один заменит несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). Компактный размер. В нем: 2 сменные самозатачивающиеся насадки из стали для пюрирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. «Молния» справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи), помогает приготовить широкий спектр блюд (пюре любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и пр.).

Проточный кран-водонагреватель

1990 руб.



Забудьте о проблемах с горячей водой с проточным водонагревателем! Нагревает воду за несколько секунд, можно регулировать температуру. Идеальный вариант для дома и дачи. Экономит электроэнергию! Устанавливается всего за пару минут.

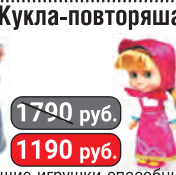
С дисплеем + ДУШ

2490 руб.



Говорящий Кукла-повторяша ХОМЯК Woody O'time (Original)

1790 руб. 990 руб.



Уникальные развивающие игрушки способны рассмешить до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторяют все произнесенные слова и звуки на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жуеете, она жуеет с вами и имитирует хохот!!! Эти игрушки поднимут настроение и помогут развеселить друзей! Покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства.

Нервущиеся японские колготки (черные или телесные)

1390 руб. 990 руб.



Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт – нервущиеся колготки! Представляют собой переплетения миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств и после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности отлично скрывают недостатки фигуры, особенно «апельсиновую корку» в области ягодиц и галифе. Повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движения и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищают вены и сосуды.

Лента «Супер Фикс»

2 шт. по суперцене 990 руб.



«Супер Фикс» – это специальный состав, который имеет тройную толщину и обработан сверхсильным клеем, который позволит ей моментально приклеиться к поверхности и образовать герметичное соединение, закрывая трещины, порезы, разрывы и т.д. Легко зафиксировать на любой ровной поверхности (пластик, металл, плитка, дерево, керамика, кирпич, бетон, стекло, брезент и т.д.). Заклеит влажную поверхность даже под водой!

ТЕРМОКЕРАМИЧЕСКИЙ ОБОГРЕВАТЕЛЬ

1990 руб. 1490 руб.



Подключите обогреватель к розетке и выберите необходимую t от 15 до 32°C. Система климатроник-термостат (автоматически выключается, когда достигнет заданной температуры). Встроенный таймер, дисплей и система защиты от перегрева. Потребляет мало электроэнергии, способен легко согреть помещение площадью 20 кв.м.!

Швейная МИНИ-машинка

1990 руб. 1490 руб.



С этой мини-машинкой вы подшейте брюки или юбку, вставите молнию. Подарите любимым вещам вторую жизнь. С ней легко пришить заплатку, красивый декоративный элемент. Вы сошьете красивую одежду, используя ножную педаль, это сделает процесс шитья быстрым и удобным.

Складная стиральная машинка «Мини-автомат»

СУПЕРЦЕНА 2490 руб.



Работает от сети, или Пауэр банк. Удобно брать в путешествие, на дачу. Можно использовать как посудомоечную машину.

Стул для ванной и душевой с регулируемыми ножками

2990 руб. 2490 руб.



Предназначен для проведения гигиенических процедур в ванной комнате или душевой. Обеспечивает безопасность и комфорт, особенно пожилым людям. Ножки стула не скользят по мокрому полу, рама не подвержена коррозии благодаря специальному покрытию. Позаботьтесь о себе и своих близких!

Бесконтактный инфракрасный термометр

1990 руб. 990 руб.



Вы можете легко измерить температуру на любом участке кожи всего за несколько секунд, не прикасаясь к телу. Это очень удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. В инфракрасном градуснике нет стекла и ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Чудо-пленка «Надежная защита»

3 м x 60 см 2 шт. 990 руб.



Самоклеющаяся алюминиевая фольга для защиты поверхностей от различного рода повреждений и загрязнений, а также для мгновенного преображения интерьера. Легко клеится, водонепроницаемая, жаростойкая, легко мыть. Универсальное применение – для оклеивания любых гладких поверхностей (столешницы, фасады шкафчиков, полки, двери, стены и т.д.). Идеально подходит для использования на кухне, в ванной и жилых комнатах. Приклеивается сама к любой поверхности.

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Вижн)

2 шт. 990 руб.



Очки-лупа дают визуальное увеличение предмета на 160% и при этом оставляют ваши руки свободными. Очки прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения различных работ, требующих большой точности! НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Наколенник «Двигайся легко»

2 шт. по суперцене 990 руб.



Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги. Уменьшает нагрузку на сустав, не нарушает кровоток, незаметен под одеждой. Универсальный размер. Максимальный обхват ноги – 50 см. НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

ИП Елкин Иван Юрьевич ОГРН 321774600271012. С информацией об организаторе акции, правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можно узнать по тел. 8 (499) 213-03-16. Акция действительна с 19.04.2023 г. по 10.05.2023 г. *По итогам продаж 2022 г. РЕКЛАМА.

ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 499 213-03-16 Работаем без выходных с 9:00 до 20:00.