

№33  
(602)

ТВ-программа с 21 по 27 августа 2023 года

# ТЕЛЕК

PRESSA.RU

**52**  
КАНАЛА  
ТВ

**ИСТОРИЯ  
И ТРАДИЦИИ.  
ПРЕОБРАЖЕНИЕ  
ГОСПОДНЕ**

стр. 15

**НАЧИНАЕМ  
ОПЕРАЦИЮ  
АНТИМОЛЬ**

стр. 47

**ВЕРА  
КРАСОВА**  
**ИЩИТЕ ПОЗИТИВНОЕ  
В КАЖДОМ ДНЕ**

стр. 6

**Чем опасна  
БЕССОННИЦА?**

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ,  
ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ  
СО СПЕЦИАЛИСТОМ. Реклама

стр. 5

**ЧТО В АВГУСТЕ  
СДЕЛАТЬ В САДУ**

стр. 12

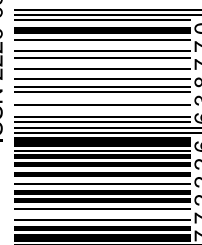
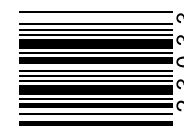
**ЕСЛИ ЗАМУЖЕМ  
ЗА ЭГОИСТОМ**

стр. 4

12+

Фото из личного архива Веры Красовой  
(предоставлено для публикации Верой Красовой)

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 23033

На счету Виктора Бычкова – более ста ролей в кино и сериалах, поэтому он точно в отдельном представлении не нуждается.

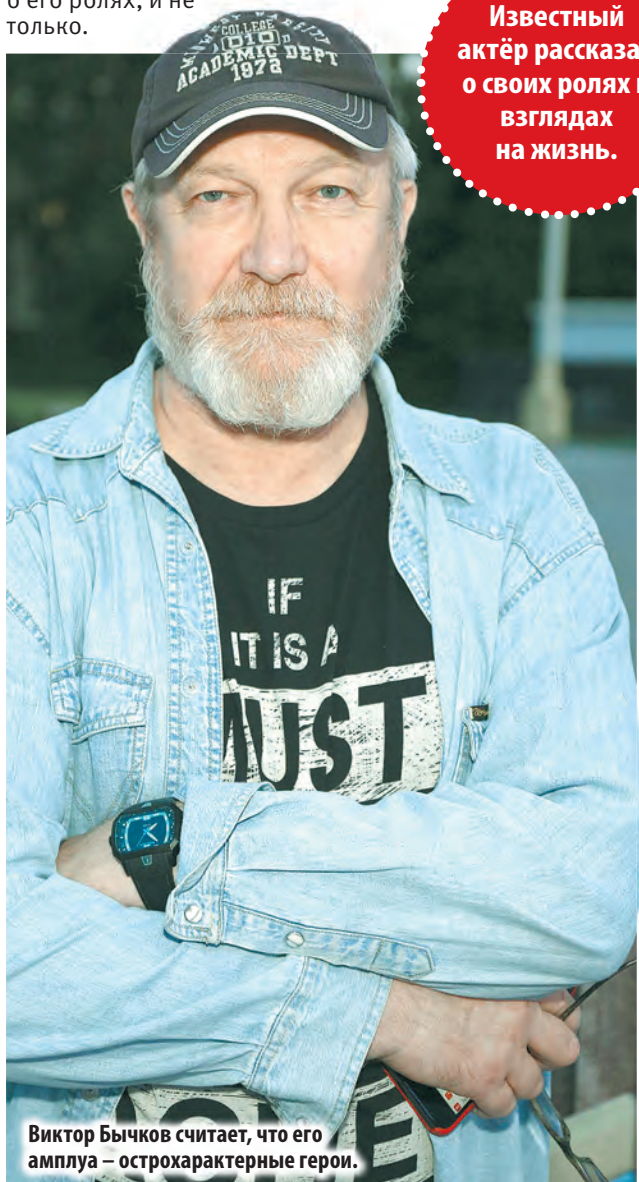
**Виктор БЫЧКОВ:**

**ДЕТАЛИ**

# «Я счастливый человек»

Его знает зритель любого возраста: взрослые – по ролям в кинолентах «Улицы разбитых фонарей», «Особенности национальной охоты», «Жуки», «Полярный», «Кукушка» и многим другим, а дети – по работе в передаче «Спокойной ночи, малыши!». Виктор Бычков с детства мечтал стать актером – и, как мы знаем, мечты нередко сбываются. Мы встретились с артистом на съемочной площадке одного из сериалов и поговорили с ним о его ролях, и не только.

**Известный актёр рассказал о своих ролях и взглядах на жизнь.**



Виктор Бычков считает, что его амплу – острохарактерные герои.

**«Профессия меня спасла»**

– Виктор, вы в профессии давно, у вас огромная фильмография. Скажите, до сих пор волнуетесь, когда начинаются съёмки и вы приходите на съёмочную площадку?

– Тебе доверили новую роль – и каждый раз это страшно! Я, когда в институт поступил в 24 года, то долгое время думал, что я не на своем месте, что сейчас придут и скажут: «Подвинься, уходи!» – и портфель отнимут! (Смеется.) Как бы сказать... Уверенная мысль о том, что я занимаю свое место, я должен здесь быть, – это момент циничности, это может сказать только профессионал высшего качества. А все остальные – мы сомневаемся, и в этом есть своя прелесть. Твое сомнение ведет к тому, что ты очень внимателен к другим: не обидел ли, не толкнул ли, не отобрал ли, не съел ли чужое? Можно, конечно, наплевать на все это. Но все же приходят в профессию для того, чтобы сделать что-то хорошее – хорошее кино, например. И я тоже хочу это сделать.

– Персонажи, которых вам доверяют сыграть, нравятся?

– Конечно! Это как ребенок. Глупо спрашивать родителей: «А вам нравится

ваш ребенок?» – даже если он какой-то не такой, особенный... Если что-то у меня получилось – это только благодаря ему, моему персонажу. А если нет – значит, я где-то своего героя недопонял. Вот и все... Я его оправдываю в любой ситуации – и в хорошей, и в плохой. Я сам, может, поступлю по-другому, а он – вот так...

**Хорошая школа**

– Мне показалось, что вам не так часто достаются персонажи с любовной линией...

– Да, мне не дают играть любовь – я выцарапываю это. Я – острохарактерный актер, и все равно это будет смешно...

– Как-то вы самокритично это говорите...

– Нет, я отчаянно это говорю! В том плане, что это – сложный рассказ про профессию. У актеров есть амплу. Я не злодей, я не герой, я – острохарактерный актер и играю какие-то узконаправленные вещи: доброту, преданность и жертвенность...

– Вы на съёмочной площадке всегда слушаетесь режиссёра?

– Я вынужден это делать. Иногда бывает, что не согласен с чем-то. Но в актерской профессии ты сначала сделаешь то, что тебя попросили, – а потом покажи, как бы ты это сделал. Но тебя же выбрали, прове-

ли кастинг – а значит, тебе доверили роль. Поэтому актер приходит и внимательно слушает режиссера. А режиссер – когда ему нравится актер – то он его тоже внимательно слушает.

– А вы сами хотели бы стать режиссёром?

– Давайте разберемся. Профессии режиссера и актера – они очень близки, поэтому каждый актер думает: «Да что там этот режиссер!» На самом деле один очень умный человек сказал: «Одну книгу может написать каждый, одну песню может спеть каждый, одну картину может нарисовать каждый. А вот вторую – это уже только талантливый человек, а третью – это уже гений!»

– Наблюдаете за работой ваших коллег, оцениваете их актёрскую игру?

– Нам же не просто актер интересен, а актер-человек. С одним таким я снимался – а именно с Тимофеем Трибунцевым, который каждый раз поражает меня своей игрой. И второй актер, работы которого мне очень нравятся, это Евгений Цыганов. Я назвал только две фамилии, а вообще у нас много фантастических актеров. У наших актеров – хорошая школа: школа Станиславского!



**«Кузьмича назвал – «Золотой ключик»**

– Вы играете героев разных профессий. Вам выражали когда-нибудь восхищение люди, связанные с работой, образом жизни ваших персонажей?

– Священники – за сериал «Жуки». Понимаете, когда актер конкретно что-то играет – военного, батюшку – он оконкречивает образ. А когда я играю мое представление о человеке – это совершенно другие вещи: я беру образ из воздуха. Когда Алексей Иванович Булдаков был генералом Булдаковым у режиссера Александра Рогожкина, к нему все при мне подходило и говорили: «Я знаю этого человека – я сам такой!»

– Когда вы сыграли легендарного Кузьмича, к вам часто приставали с предложением съездить на охоту или рыбалку?

– Да, и сейчас пристаю! Я живу с этим уже больше 25 лет. Но мне грех жаловаться, потому что я Кузьмича назвал – «Золотой ключик». Когда не было никаких денег вообще, то он меня кормил: я год работал экскурсоводом в Карелии. Во время одной такой экскурсии мальчик попросил у меня автограф на книге «Ежик в тумане». Я ему пояснил, что не я автор, но он все равно попросил подписать. А потом, спустя какое-то время, жена нашла в интернете такую историю: женщина рассказывала про эту поездку и про своего сына, что приходит однажды он из школы домой, достает эту книгу с автографом, смотрит на нее и говорит ей: «Мама, я понял, кем хочу стать: Кузьмичом!»

– Не стали заложником этой роли?

– Нет. Какой из меня заложник?! Я счастливый человек: живу своей профессией...

Яна НЕВСКАЯ

Фото Вадима Таранова и из личного архива Виктора Бычкова

**Сериал «Постучись в мою дверь» раскрыл секрет**

Создатели российской версии турецкого сериала «Постучись в мою дверь» официально объявили имена и фамилии актёров, которые исполнят главные роли в проекте. Еще после анонса сериала появилось множество слухов с попытками угадать, кто же воплотит на экране образы российских вариаций Серкана Болат и Эды Йылдыз. Российскую версию Серкана Болат по имени Сергей сыграет актер Никита Волков. Его партнершей на экране станет Лиана Гриба. Героиню Лианы в российской версии «Постучись в мою дверь» будут звать Саша.

Съемки уже идут, российскую версию покажут в эфире телеканала ТНТ.

Фото пресс-службы фильма



**«Пальма» возвращается**

Любимая миллионами зрителей Пальма вновь появится на экранах с новой историей. Компании «Марс Медиа», «Амедиа Продакшн», телеканал «Россия» и кинокомпания «Централ Партнершип» (входит в «Газпром-Медиа») объявили о старте съемок проекта «Пальма 2». Фильм снимается при поддержке Фонда кино. Кинолента продолжит историю овчарки Пальмы.

Оставив большую авиацию, летчик Вячеслав Лазарев (Виктор Добронравов) с семьей перебирается в глубинку, где продолжает летать. Однажды в их жизни появляется маленький медвежонок. Когда косолапого похищают местные

браконьеры, ему на помощь приходит верная овчарка Пальма. Двум животным нужно найти дорогу домой через лес, полный диких зверей, охотников и прочих опасностей...

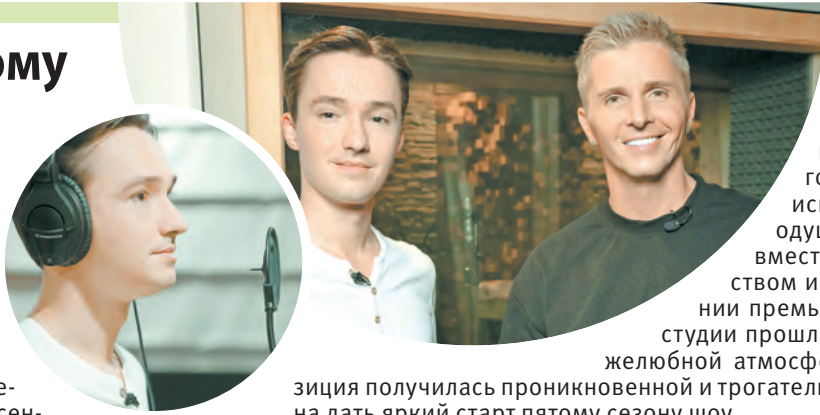
К актерскому ансамблю первого фильма: Виктору Добронравову, Леониду Басову, Владимиру Ильину, Валерии Федорович, Игорю Хрипунову – присоединились Сергей Гилёв и Таисья Калинина. Режиссерами картины стали Александр Домогаров-младший (он был режиссером и первой части «Пальмы») и Владимир Кондауров. Съемки «Пальмы 2» продлятся до конца октября и пройдут в Подмосковье и Пермском крае.

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

## Сергею Павловскому подарили песню

Впервые в истории шоу «Ну-ка, все вместе!» победитель стал обладателем эксклюзивного приза – песни, созданной специально для него. Автор суперхита Сергея Лазарева «Я не боюсь» и член сотни экспертов шоу Олег Влади написал песню Сергею Павловскому – победителю суперсезона «Ну-ка, все вместе! Битва сезонов». Лирическая композиция «В осенних городах» в исполнении Сергея откроет пятый, юбилейный сезон гранд-шоу на телеканале «Россия».

Напомним читателям, Олег Влади – автор популярнейших песен, исполненных многими звездами. Среди них Николай Басков, Филипп Киркоров, Кристина Орбакайте, Митя Фомин, Анита Цой. Но решиться создать композицию победителю шоу, не зная, кто им окажется, это смелый шаг для поэта-композитора и вызов самому себе, ведь участники поют в



разных жанрах. Песня-открытие нового сезона готова, автор и исполнитель воодушевлены совместным творчеством и в предвкушении премьеры. Работа в студии прошла в очень дружелюбной атмосфере. А композиция получилась проникновенной и трогательной и достойна дать яркий старт пятому сезону шоу.

– Я так влюбился в эту песню, что мне не терпится оказаться на сцене гранд-шоу и спеть ее, – рассказывает Сергей Павловский. – Впервые услышав эту композицию, я сразу понял, что это абсолютно мое. На мой взгляд, это стопроцентное попадание в то, что я могу передать. Поначалу я волновался, но оказалось, что у нас с Олегом много общего: он из Новосибирска, а я из Томска – мы почти земляки, и даже знак зодиака у нас совпадает.

*Фото телеканала Россия*

## У Ивана Оганесяна новая роль

Звезда сериалов «Бухта Глубокая» и «Тень за спиной» Иван Оганесян снимается в новом телесериале – «Последний из стаи».

Трагические события вынуждают его героя, майора полиции Панфилова, задержаться в родном городке, куда он приехал по служебным делам. Сначала умирает мать, затем он узнает об убийстве бывшей возлюбленной. Из-за чувства вины перед ними он решает остаться, чтобы узнать правду и наказать виновных. По словам режиссера Сергея Гиргеля, больше всего его привлекла неоднозначность персонажей, и зрителям будет интересно наблюдать за тем, как меняется главный герой, показывая свои «скелеты в шкафу».

– Мой герой сложный, надломленный, очень неоднозначный, он суровый и в то же время ищущий любви и понимания, – рассказывает исполнитель главной роли Иван Оганесян. – Тяжелое прошлое сделало его непримиримым и неприступным, при этом в работе он неистов, он буквально одержим ею. Это тоже не дает ему возможности обрести простое человеческое счастье.

Съемки сериала пройдут в Минске, а его премьера состоится на телеканале НТВ.

*Фото PR НТВ*



## Александр Белькович продолжит гастротур

Популярный шеф-повар и телеведущий Александр Белькович скоро снова появится на телеканале СТС со вторым сезоном кулинарного шоу «100 мест, где поесть». В новых выпусках ведущий продолжит свои путешествия по городам России, рассказывая о самых «вкусных» местах. Теперь, если вы куда-то едете, не надо волноваться, где вкусно и безопасно перекусить, – достаточно перед поездкой посмотреть выпуск, где Александр сорентирует, где остановиться и что заказать.

– Объездил уже полстраны, а еще столько же ждет меня впереди! – рассказывает телеведущий. – Очень рад, что благодаря передаче у меня появилась такая возможность.

*Фото телеканала СТС*

## Андрей Кончаловский закончил съёмки эпопеи

Андрей Кончаловский завершил съёмки нового 16-серийного исторического фильма под рабочим названием «Хроники русской революции». Генеральными продюсерами картины выступили Алишер Усманов и телеканал «Россия». Фильм снят при поддержке благотворительного фонда «Искусство, наука и спорт». Новая лента посвящена трагическим событиям Октябрьской революции. Ее действие охватывает период с 1905 по 1924 год – непростую эпоху, повлиявшую на судьбы людей не только России, но и всего мира в XX столетии.

Съемки масштабной эпопеи продолжались почти год: с сентября 2022 года по август 2023 года. Во время работы над картиной режиссер стремился к максимальной достоверности.

– Это самая объемная работа в моей жизни, практически эпопея, – признается Андрей Кончаловский. – В ней мало чистой фантазии: даже вымышленные герои навеяны реальными персонажами, а истории – документальными фактами. Это попытка сохранить историческую память о неординарных людях.

## Где снимают сериал «Закон тайги»

Кинокомпания «Трикс Медиа» по заказу Пятого канала начала работу над оригинальным детективным проектом «Закон тайги». В ролях в фильме заняты Александр Дьяченко, Евгения Шахнович, Елена Карпова, Евгений Тележкин, Андрей Мокеев, Виталий Такс и другие артисты. Режиссер фильма – Александр Колесник.

По сценарию сериала главный герой – бывший полковник военной контрразведки Николай Устюжанин (Александр Дьяченко), прирожденный оперативник, мастер рукопашного боя и стрельбы. Словом, он профессионал. Но жизнь вносит свои коррективы. И вот после провала операции и гибели агента Устюжанина отстраняют от службы до конца расследования. Полковник уверен, что в рядах отдела есть предатель. Чтобы его выманить, оперативник устраивает ловлю на живца. Николай уезжает в глушь к бывшему сослуживцу, а ныне главе приграничного района. В далекой деревне Устюжанин устраивается на работу управляющим лесного хозяйства. А заодно, как это принято в отдаленных поселениях, исполняет обязанности лесника, егеря, инспектора рыбнадзора в одном лице. Ему придется столкнуться с браконьерами, контрабандистами, черными копателями и коррупционерами в органах власти.

Съемки сериала пройдут в Ленинградской области.

*Фото пресс-службы Пятого канала*



Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА»

## СОВРЕМЕННЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ ПО АКЦИИ 1+1: ВТОРОЙ СЛУХОВОЙ АППАРАТ БЕСПЛАТНО!

**Второй слуховой аппарат БЕСПЛАТНО!**

**РАССРОЧКА 0-0-18**

РЕКЛАМА

По данным Всемирной Организации Здравоохранения, около 460 миллионов людей страдают тяжелой потерей слуха и их число продолжает расти! Выявленная потеря слуха прогрессирует в течение всей жизни<sup>1</sup>. На вопросы наших читателей отвечают эксперты-сурдоакустики Академии Слуха.

### Чем опасна потеря слуха, нескорректированная слуховым аппаратом?

По данным ВОЗ, потеря слуха может иметь серьезные последствия как для детей, так и для пожилых людей:

- Дети с потерей слуха позже начинают говорить, чаще произносят слова неправильно.
- Взрослым людям с потерей слуха сложнее найти работу.
- У пожилых людей с потерей слуха выше риск болезни Альцгеймера, у них ухудшается память и внимание<sup>2</sup>.

### Какие симптомы существуют у людей, страдающих потерей слуха?

- Планомерно увеличивается звук телевизора, телефона до той степени, когда близкие уже не могут находиться в одной квартире с человеком. При этом ему кажется, что звук совсем негромкий.
- Человек начинает хуже разбирать слова, ему кажется, что другие говорят неразборчиво.

При сомнениях стоит обратиться к врачу и пройти тест слуха на специальном оборудовании.

### Чем помогут два слуховых аппарата? Почему нужны именно два?

Два слуховых аппарата индивидуально восполняют потерю слуха и повышают разборчивость речи, даже если собеседников несколько, и они говорят одновременно. А за счёт правильной настройки вы легко сможете общаться с близкими и слышать окружающий мир.

<sup>1,2</sup>Данные ВОЗ к Дню слуха 2020.

**НАШИ ТЕЛЕФОНЫ:**  
8 (495) 594-99-34  
8 (800) 500-93-94

### ТОЛЬКО С 01.06 ПО 31.08

в Академии Слуха новые, современные беспроводные слуховые аппараты Aurica Atom и Microtech Summit можно приобрести:

- по акции 1+1\*: второй слуховой аппарат бесплатно или со скидкой до 60%!
- в рассрочку без первого взноса, сроком до 18 месяцев!
- наши слуховые аппараты можно купить по электронному сертификату. И получить в подарок бонусы, которые можно потратить на батарейки и средства по уходу!

Академия Слуха расположена по адресу: г. Москва ул. Новослободская д. 49/2

\* Акция действует с 01.06.2023 до 31.08.2023. Рассрочка предоставляется ИП Мурзинов сроком от 3 до 18 месяцев на сумму от 35000 рублей. Акция «1+1: второй слуховой аппарат бесплатно» действует не на все слуховые аппараты. Подробные условия рассрочки и полный список товаров, участвующих в акции уточняйте у сотрудников центра и на сайте «Академии Слуха»: as.dclinic.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## Трудоустройство после 50: ограничения и возможности

Рекрутер, обещая перезвонить после собеседования, вряд ли скажет, что вы не подходите по возрастному критерию. Отказ в приёме на работу по этой причине запрещён законодательством. Однако именно 50-летний рубеж, который вы перешагнули, остановил потенциального нанимателя. Как же найти работу в такой ситуации и не отчаиваться?



## МИНУСОВ МЕНЬШЕ

Поддаваясь стереотипному мышлению, работодатели акцентируют свое внимание больше на негативных сторонах зрелых сотрудников, чем на сильных. Например, на таких:

- мышление становится менее гибким,
- появляются проблемы со здоровьем,
- пропадает желание осваивать новые тенденции,
- замедляются реакции.

## ПЛЮСОВ БОЛЬШЕ

При этом рекрутеры почему-то не видят (или не хотят видеть) сильные стороны 50-летних соискателей. К ним можно отнести:

- Богатый опыт (не только трудовой, но и жизненный), которого так иногда не хватает молодым, особенно в стрессовых ситуациях.
- Множество связей, накопленных за годы работы, при этом неважно, в одной или в разных сферах раньше трудился работник.
- Отсутствие маленьких детей и риска уйти в декретный отпуск. Разве не это – одна из главных причин отказа в работе молодым работникам?
- Желание найти стабильную работу. Склонность часто менять работу – это не про них. Зрелые сотрудники предпочитают постоянство и стабильность, в отличие от молодежи, которая постоянно в поисках «лучшего предложения».

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

На этапе собеседования необходимо продемонстрировать свои сильные стороны, а не разводиться руками, если что-то пока не удалось освоить.

Увеличить шансы на трудоустройство можно, если заранее познакомиться с современными IT-технологиями, пройдя спецкурс или освоив базовые программы. Работодатель часто не ожидает такого от соискателей за 50. Вы его приятно удивите!

## Замужем за эгоистом

Людам, выросшим в советской системе координат, с детства внушали, что эгоизм – это плохо.

В современных реалиях для многих эгоизм становится нормой жизни. Психологи призывают не забывать о себе, и многие воспринимают это чересчур буквально. Что делать, если за одного из таких людей вы вышли замуж? Перевоспитать? Утопия! А вот создать условия для того, чтобы ваш брак стал крепким и счастливым, вполне реально.



Эгоист – это человек, который завидует людям, которые имеют счастье ежедневно общаться с ним.

## Посвящаем время себе

Обязательно найдите себе увлечение вне дома: волонтерство, публичные лекции, фитнес, кинопоказы. Поначалу критики со стороны мужчины не избежать. Эгоисту хочется, чтобы все ваше внимание было сосредоточено на нем, и делиться он не собирается. Относитесь к обвинениям равнодушно. Любая независимость, даже в мелочах – женщине на пользу.

Теперь о внешности. Эгоист с упоением тратит деньги на себя любимого. Но ему и в голову не придет потратиться на вас. Значит, придется сделать это самостоятельно. А в ответ на возмущение можно сказать: «Рядом с таким эффективным мужчиной должна быть женщина, которая его достойна! Для тебя же стараюсь!» И этот аргумент наверняка будет им услышан!

Но главный плюс работы над собой – и внешней, и внутренней – в том, чтобы понять, что ваша личность тоже заслуживает уважения. Если вы сами не будете в этом сомневаться, то и ваш любимый эгоист это обязательно поймет.

## Игнорируем нападки

Важно различать, с какой целью ваш избранник вас критикует. Если его задача – принизить вас и вознестись за счет этого в собственных глазах, стоит задуматься о необходимости вообще сохранять эти отношения. Но если он воспитан как пуп Земли и просто не задумывается о том, что делает вам больно, нужно сообщить ему об этом. Но только без обвинений! Максимально расстроенный вид покажет любящему вас мужчине, что он что-то делает не так.

в ней, а мужа привлечите в качестве эксперта. «Дорогой, мне в журнале (соцсетях) попался пост про перепланировку кухни, похожей на нашу. Хотела тебе предложить, но что-то сомневаюсь... Посмотришь?» Если решение о перепланировке примет он, не сомневайтесь, все будет сделано в лучшем виде!

## Подаём информацию правильно

Обвинять эгоиста в эгоизме и невнимании – прямой путь к разводу. А вот подвести его к мысли, что в заботе о вас много плюсов, будет правильно. Например:

● Хвалите его не только наедине, но и прилюдно, перед друзьями и родными, когда он сделал подарок или отвез семью на курорт. Всеобщее восхищение эгоисту очень приятно, поэтому он постарается снова его заработать.

● Соглашайтесь с его мнением сразу, а затем потихоньку, с помощью уточняющих вопросов, продвигайте свою идею. Если вы предложите ее как альтернативную, столкнетесь с сопротивлением. А вот если мужчина будет уверен, что это часть его стратегии, он возьмется за ее реализацию с большим энтузиазмом.

● Еще один вариант – предложите хорошую идею и засомневайтесь

Чтобы понять, откуда берутся самовлюбленность и неадекватные запросы мужа, нужно узнать, как он рос.

## Залюбленный единственный ребёнок

Если с детства мальчика баловали, если он привык, что его капризы – закон для всей семьи, то вряд ли он будет считаться с чьими-то желаниями, когда вырастет.

## Маменькин сынок

Если в детстве ребенок рос под опекой властной матери, про него можно сказать все, что было сказано выше, но ситуация осложнится тем, что мама всегда будет для него на первом месте.

## Жертва детских комплексов

Если ребенка в детстве в семье обходили должными любовью и вниманием, в школе обижали, то он обрастает массой комплексов. Когда во взрослой жизни ему удастся «выбиться в люди», он с наслаждением балует себя и привыкает учитывать только свои интересы, постепенно превращаясь в законченного эгоиста.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Родом из детства

НА ЗАМЕТКУ

## Ягода-малина

Эта ягода ценится за приятный вкус и пользу для организма: из неё готовят варенья, морсы, коктейли и десерты, яркие соусы к овощным, рыбным и мясным блюдам. Неслучайно в нашей стране несколько праздников в году посвящены малине. Эта викторина – о сладкой ягоде, ягоде малине.



1 Учёные предполагают, что выращивать малину люди начали довольно давно: при раскопках древних цивилизаций бронзового и каменного века были найдены семена малины. На Руси первые плантации малины были заложены ещё при Юрии Долгоруком. В летописях есть упоминания о них: «эти малинники были так велики, что...

- а) ...туда часто заходили из лесов «попасться» медведи.  
б) ...добраться до края пешком не представлялось возможным.  
в) ...на сбор ягод собирали девки со всей округи.

2 Варенье из малины считают национальным лакомством на территории России. К малине особое отношение – 2 июля отмечается Всемирный день малины, 31 июля – День малинового пирога, а 16 августа – День малинового варенья в России. Варенье из малины любил Лев Николаевич Толстой. Новые методы варки варенья тут же пробовались в его доме-усадьбе в Ясной Поляне. Процесс варки малинового варенья сам Толстой описал в своём великом романе. Помните, в каком произведении писателя Кипри пришлось следить за процессом варки малинового варенья, чтобы не было добавлено воды?

- а) «Анна Каренина». б) «Война и мир». в) «Детство».

3 Песня «Ягода-малина» (стихи Михаила Пляцковского, музыка Вячеслава Добрынина) была написана в 1986 году и практически сразу стала шлягером. Легендарная песня и сегодня звучит на сцене, по радио, ну и, конечно, на народных застольях. Ответьте, в какой телепередаче эта песня в исполнении Валентины Легкоступовой прозвучала впервые?

- а) «Голубой огонек». б) Трансляция итогового концерта, посвященного фестивалю песни в Юрмале. в) Передача, посвященная фестивалю «Красная гвоздика».

## ОТВЕТЫ

1-а. «Эти малинники были так велики, что туда часто заходили из лесов «попасться» медведи». 2-а. «Анна Каренина». 3-а. Валентина Легкоступова спела «Ягоду-малину» на «Голубом огоньке» в 1987 году.

# ЧЕМ ОПАСНА БЕССОННИЦА, ИЛИ ПОЧЕМУ ЛЕКАРСТВА БОЛЬШЕ НЕ ПОМОГАЮТ?

## ШОКИРУЮЩАЯ ПРАВДА ОТ РОССИЙСКИХ УЧЁНЫХ

**«Болят, ничего не помогает». Или «Мне прописали таблетки, а они не действуют». Знакомо?**

**Особенно если тебе далеко за 50 или даже 80. И дни, когда ничего не болит, стали редкими, как солнце в ноябре. Чувствуешь, как с каждым днём всё больше превращаешься в комок застарелых болячек. И не спишь по ночам...**

**Но не спешите ругать докторов. Или обвинять аптеки, что продают нам неэффективные «пустышки».**

**Российские учёные нашли причину, почему лекарства иногда не помогают. Ответ на этот вопрос Вас просто шокирует!**  
**ПОЧЕМУ МЫ БОЛЕЕМ?**

Вы удивитесь, но причина практически всех наших бед лежит в плохом сне. Да-да, вы не ослышались.

Нет, сам по себе недосып не является причиной серьёзных заболеваний. Но он, как спусковой крючок, может спровоцировать инсульт, гипертонический криз, нарушение памяти, заболевания сердца и даже сахарный диабет.

А всё потому, что при дефиците ночного сна активность вашего мозга начнёт стремительно снижаться. Мозг пытается компенсировать недосып. И активирует те части мозга, которые не должны работать.

Это как резервная электрическая станция у человека. Когда же резервы уже исчерпаны, клетки мозга начинают потихоньку отмирать и «выключаться», как перегоревшие лампочки. Вы понимаете? Так ведь и до болезни Альцгеймера не далеко... Сойти с ума на старости лет?! Что может быть хуже?

Кроме того, сон позволяет мышцам расслабиться. А если вы спите мало? Или сон чуткий, прерывистый? Мышцы находятся в постоянном напряжении. Это касается и сердечной мышцы. И мышц, которые держат ваши суставы и позвоночник. Страдают все без исключения!

А сосуды? Они становятся зажатыми мышцами! Их просвет сужается. В итоге кровь не поступает в должном объёме. А вместе с ней и кислород, и питательные вещества. Следовательно, и лекарства при нарушенном кровотоке могут хуже действовать! Но выход из этого замкнутого круга есть!

### ЛЕЧИТЬСЯ ВО СНЕ — ЭТО РЕАЛЬНО?

И вот тут начинается старая песня: «болит, ничего не помогает», «мне прописали таблетки, а они не действуют». Да, не помогают. Потому что у вас проблемы со сном! А об этой простой причине многие даже не догадываются!

Не зря грамотные врачи первым делом задают вопрос: «А как Вы спите?». Итог один: пока вы страдаете нарушениями сна — болезни не уйдут! Ведь если в лодке пробоина, то сколько ни вычерпывай воду, она снова наполнит лодку.

Но стоит наладить сон, как если не все, то большинство проблем со здоровьем решатся сами собой!

Так сказать, «одним ударом убить семерых».

Но с возрастом сделать это самостоятельно крайне сложно. Увы, так устроена наша физиология. Уже после 45 лет снижается выработка мелатонина (гормона сна). К 60 его катастрофически не хватает.

Вот тут становится нужна помощь профессионала! В результате многолетних исследований был создан один из первых аппарат для лечения нарушений сна — «Selfdocs Vizion» («Вижн»). Аналогов которому на сегодняшний момент практически нет в мире!

### ПОКАЗАНИЯ К ПРИМЕНЕНИЮ

- Нормализация и улучшение качества сна;
- Снижение общего напряжения и чувства усталости;
- При стрессе и эмоциональных нагрузках;
- Психосоматические расстройства;
- Головные боли, связанные с умственными и эмоциональными нагрузками;
- Депрессия.

### МЕДИЦИНА БУДУЩЕГО

Вы наверняка уже слышали, что есть аппараты для лечения суставов, позвоночника и даже желудка. Подобных предложений на рынке сейчас великое множество. Но вот аппарат для лечения нарушений сна появился недавно.

«Вижн» — это принципиально новый подход к лечению большинства заболеваний. Он может многое, к примеру — вернуть вам потерянный сон! Аппарат прошёл все клинические испытания, и является медицинским изделием. Это значит, что вы можете быть уверены: качество — на высоте!

А недавно «Вижн» был представлен на Российской неделе здравоохранения — 2022.



Самой значимой выставке достижений отечественной медицины. Где произвёл полнейший фурор.

Как среди медиков, так и среди простых людей. Всё потому, что помимо улучшения качества сна, у «Вижн» есть дополнительные супервозможности.

### ПОСМОТРИТЕ ДРУГИМИ ГЛАЗАМИ!

Так как лечебные импульсы аппарата поступают в мозг через сетчатку глаза, «Вижн» положительно образом воздействует и на органы зрения. Это приятный бонус, который способствует улучшению зрения при таких заболеваниях, как:

- Близорукость (миопия): профилактика и лечение близорукости;
- Дистрофия сетчатки: снижение риска развития дистрофии сетчатки;
- Астигматизм: стабилизация работы аккомодационного аппарата глаза;
- Глаукома: нормализация внутриглазного давления;
- Катаракта: профилактика и лечение начальной стадии катаракты;
- Атрофия зрительного нерва: профилактика дегенерации зрительного нерва;
- Спазм аккомодации: расслабление мышечного аппарата глаза при длительной интенсивной нагрузке;
- Астенопия (зрительная усталость): устранение боли и дискомфорта в глазах.

Так, проводя процедуры на аппарате «Вижн», одним выстрелом можно убить двух зайцев. И наладить сон, и улучшить зрение. Здорово?

### ПРОСТО, НЕДОРОГО, ЭФФЕКТИВНО

«Вижн» сделан в виде специальной маски, которая полностью повторяет анатомическую форму черепа.

И для того, чтобы начать лечение, достаточно просто надеть аппарат на голову и нажать кнопку.

Эластичные крепления подойдут на любой объём головы.

Это не вы подстраиваетесь под аппарат, а аппарат подстраивается под вас!

Ещё никогда лечение не было таким простым и комфортным. Процедуры легко можно проводить дома, самостоятельно. Согласитесь, это очень удобно! Что происходит во время сеанса?

Лечебные импульсы аппарата через сетчатку глаза поступают в головной мозг. И дают ему сигнал, что ваш организм устал и нуждается в отдыхе. В ответ получают реакцию нейронов головного мозга. И он начинает готовить организм ко сну.

Происходит общее расслабление мышечной мускулатуры, изменяется обмен веществ и работы внутренних органов.

Организм переключается в режим «энергосбережения».

Это нужно для того, чтобы утром вы встали бодрыми и отдохнувшими. Полными сил. Без головной боли, отеков и мешков под глазами.

Ваш сон становится глубоким, здоровым. Вы уже не просыпаетесь от каждого шороха.

А в случае пробуждения быстро засыпаете снова.

На утро голова ясная. А по ощущениям, будто 20 лет скинули! И это уже после первых процедур!

### ОБРАТНАЯ СТОРОНА ТАБЛЕТКИ

Очень многие люди (возможно, и вы тоже) в борьбе с нарушением сна допускают одну, но очень серьёзную ошибку. Это снотворные!

А больше, как правило, врачи ничего не выписывают.

На первый взгляд, снотворные кажутся вполне безобидными.

Они помогают справиться с нарушениями сна и невротами.

Но в действительности большинство из них вызывают быстрое привыкание, перерастающее в зависимость. Оказывают токсические действие и со временем разрушают организм. Они могут даже вывести из строя целые органы (печень, сердце, почки, а главное — головной мозг).

И чем дольше вы их принимаете, тем последствия страшнее.

### «ВИЖН» ЖЕ ДЕЙСТВУЕТ БЕРЕЖНО

- Лечебный эффект часто наступает уже после первого применения;
- Не вызывает привыкания и не оказывает токсического действия;
- Дополнительно улучшает ещё и работу органов зрения;
- В отличие от снотворных, можно совмещать с любыми лекарственными препаратами;
- Отечественного производства, и имеет статус медицинского изделия.

**Сколько вы уже лечите свои заболевания? Месяц, год, а может больше? Сколько уже потратили на таблетки, которые не помогают?**

**И не помогут. К сожалению. Потому что вы идёте не тем путём. Выход в другой стороне!**

**Только вдумайтесь! Ещё год назад для людей с нарушениями сна альтернативы практически не было.**

**А сейчас у вас есть выбор! Российские учёные сделали вам поистине шикарный подарок в виде аппарата «Вижн». Вот она, медицина будущего, пользуйтесь! Не мучайтесь, хватит страдать.**

**Подарите себе, наконец, шанс на здоровую, полноценную жизнь — закажите аппарат «Вижн».**

**А если поторопитесь — успеете приобрести его до повышения цены. Звоните 8-800-505-57-42.**

**И помните, жизнь одна. Запасной не будет!**



**СКИДКА  
5000 РУБЛЕЙ  
ПО ПРОМОКОДУ  
СОН\***

Получите **БЕСПЛАТНУЮ КОНСУЛЬТАЦИЮ** по номеру телефона:

**8 (800) 505-57-42**

НЕ ОТКЛАДЫВАЙТЕ ШАНС  
ВЕРНУТЬ ХОРОШИЙ СОН НА ЗАВТРА!

**ЗВОНОК БЕСПЛАТНЫЙ И АНОНИМНЫЙ!**

Внимание! Количество физиотерапевтических аппаратов «ВИЖН» ограничено!

[WWW.PRODEX.RU](http://WWW.PRODEX.RU)

ИП Елифанова Татьяна Владимировна. ОГРНИП 306730205900051. Доставка Почтой России или курьером до двери. 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. Акции действуют с 16.08.2023 по 16.09.2023 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.

В этом году у телеведущей программы «Утро России» на телеканале «Россия» Веры Красовой личный юбилей – 10 лет работы на ТВ.

**Вера КРАСОВА:**

# Ищите позитивное в каждом дне»

**Д**ля кого-то, возможно, дата скромная, но для Веры, по ее собственному признанию – это целая жизнь. За 10 лет она прошла разные этапы в холдинге ВГТРК: работала в проектах «Вечная жизнь» и «Вести. РУ», в 2013-м стала ведущей телеканала «Россия-24». А два года назад ее пригласили в качестве ведущей в программу «Утро России», так в ее карьере начался новый период...

## Мечты сбываются

– Вера, осуществилась ещё одна ваша мечта: на заре своей карьеры вы уже проходили кастинг телеведущих для «Утра России», но тогда у вас не получилось – не хватило опыта. Зато теперь всё сложилось...

– Я очень этому рада. Прекрасно, когда есть возможность меняться, совершенствоваться в рамках своей профессии. Наша работа тем и хороша, что ты не стоишь на месте, появляются новые проекты, идеи, все время что-то происходит. Благодаря этому развиваешься, получаешь необходимый опыт.

## «Создаём хорошее настроение»

– 10 лет вы работаете с новостями. Никогда не хотелось сменить вектор и уйти, например, в развлекательную программу?

– Замечу, что «Утро России» – это не новостная передача. Это, прежде всего, программа, создающая настроение. В новостях другая манера работы в кадре, иная подача информации. Поэтому мне сначала было сложно перестраиваться под «Утро России»: до этого 8 лет действительно проработала в новостях, и у меня была соответственная подача информации. Мне

## ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Желаю читателям «ТЕЛЕКА» и нашим зрителям хорошего настроения и настроения на позитив. Чтобы в каждом дне было что-то новое, яркое и интересное, любимое и важное для всех.

сначала даже делали замечание: «Вера, «выключи» новости, расслабься, будь проще» (смеется). И это правильно, ведь задача «Утра России» – создать хорошее настроение.

## Заядлая дачница

– Чтобы сохранить интерес со стороны зрителей, любой проект должен постоянно привлекать чем-то новым. Как с этим обстоят дела в вашей утренней передаче? Чем можете порадовать?

– В этом летнем сезоне у нас появилась новая дачная рубрика. Поскольку я заядлая дачница, мне эта тема близка, всегда есть чем поделиться и в большей

## Салат гриль, или Закуска к мясу

– Обжариваем по отдельности перец, томат, кабачок и баклажан. Параллельно готовим соус: нарезаем много зелени, кинзы, красного лука, поливаем все это оливковым маслом, добавляем специй и сюда же кладем обжаренные овощи. Перемешиваем, и получается идеальная закуска к мясу.



## БЛЮДО ОТ ЗВЕЗДЫ

## ДЕТАЛИ



## Осваиваем актёрское мастерство

– В вашем утреннем вещании есть ещё интересные игровые анонсы...

– Да, для нас, телеведущих, это стало еще одним вызовом. Пришлось осваивать актерское мастерство. Здесь есть где разгуляться фантазии. В рамках этих анонсов мы меняем имидж, предстаем в новых амплуа, а иногда и в образах киногероев. Телезрителям они очень нравятся, таким образом мы разнообразили эфир и сделали программу ярче.

– Вы как-то признались, что в работе с живой публикой получаете адреналина больше, чем от работы в кадре...

– Я часто веду разные мероприятия – концерты, конкурсы красоты, церемонии награждения... И это такой драйв, когда на тебя смотрит много глаз, горят софиты, звучит музыка, происходит живой контакт с залом. Это совершенно другая история, возможность делиться своим настроением, эмоциями в непосредственном моменте, в режиме офлайн. Мне это очень нравится.

степени узнать что-то новое благодаря экспертам, которые с нами работают. Я сама многому учусь. Каждый раз, возвращаясь домой после съемок, думаю: «Теперь я знаю, как размножить растение черенкованием, как делать им прививку или приготовить удобрение»... (улыбается). Столько всего нового и интересного узнаю, что хочется скорее применить все это на практике. Но времени для дачи совсем не остается. И я радуюсь любой возможности там оказаться. Кстати, дачную рубрику мы снимаем на разных дачных участках, мой не стал исключением...

## Окружайте себя красотой!

– Знаю, что вы активно отдыхаете, придерживаетесь здоровых привычек. А диета у вас есть?

– Я только стараюсь эти привычки сформировать, но не всегда получается. Когда выезжаешь на отдых или в командировку в новые места, всегда хочется попробовать что-то вкусненькое, местную кухню. Но в повседневной жизни – да, режим питания очень важен, он должен стать для вас образом жизни.

– Тогда подскажите рецепт хорошего настроения...

– Находите возможность окружать себя красотой, искать что-то позитивное и приятное в каждом дне. И тогда настроение вам гарантировано.

## ПОДРОБНОСТИ

## Артек открывает таланты, Алтай заряжает энергией

– Недавно вы вернулись из Артека. Что там делали?

– В МДЦ «Артек» есть летняя программа ВГТРК «МореМедиа», где юные таланты знакомятся с миром ТВ, общаясь с телеведущими и педагогами

нашего канала. В рамках этой программы мы работаем с ребятами, прошедшими строгий отбор. Этим летом мастер-классы проводили Мария Ситтель, Дмитрий Губерниев, Эрнест Мацквявичюс, Вадим Тихомиров и я. Это

был интересный опыт и незабываемая командировка. Ребята разных возрастов очень ярко и талантливо себя проявили.

– Отпуск нынешним летом планируете?

– Мы были с супругом на Алтае в прошлом го-

ду, а в августе этого года поедем туда в лагерь уже всей семьей. Такой формат семейного отдыха дает возможность провести время вместе. Алтай – это место силы: туда хочется возвращаться снова и снова.

Наталья АНОХИНА

## Андрей Фролов представил сериал «Горький 53»



Телеканал НТВ, онлайн-кинотеатр Иви и кинокомпания «ТРО-МЕДИА» начали работу над производством сериала, ретродетектива «Горький 53». Автором сценария выступил Сергей Иванов, режиссером-постановщиком – Сергей Коротаев.

1953 год. Из-за массовой амнистии в стране обостряется криминальная обстановка. В это же время в родной город Горький возвращается освободившийся из тюрьмы бывший командир разведвзвода Иван Астафьев (эту роль играет Андрей Фролов). Казалось бы, жизнь должна налаживаться, но обстоятельства складываются иначе. После череды неожиданных событий разведчик-фронтовик внедряется в самую могущественную банду Горького, чтобы покончить с преступностью и вернуть себе честное имя.

– В нашем сериале будет абсолютно все: и любовь, и дружба, и предательство, и экшен, – рассказывает Андрей Фролов. – У нас замечательный актерский состав: в одном месте собралось большое количество очень талантливых артистов. Я играю Ивана Астафьева: это герой с очень непростой судьбой, у которого сильно обострено чувство справедливости. Судьба преподносит ему все новые жестокие испытания...

В ролях в фильме также заняты Алексей Барбаш, Екатерина Климова, Екатерина Шпица, Александр Балуев, Алексей Макаров, Михаил Евланов, Анатолий Журавлёв, Александр Семчев, Любовь Константинова и другие артисты.

Фото PR НТВ

## У Аглаи Тарасовой – главная роль

Аглая Тарасова исполняет главную роль в новом сериале «Саша и Питер». Ее героиня, чтобы отомстить своему бывшему парню и сорвать его свадьбу, переезжает в Санкт-Петербург. Там она устраивается на работу в ЗАГС. Но вместо регистратора свадьбы ей достается место регистратора разводов. В результате Саша становится свидетельницей многих нелепых ситуаций, а также участницей романтических приключений...

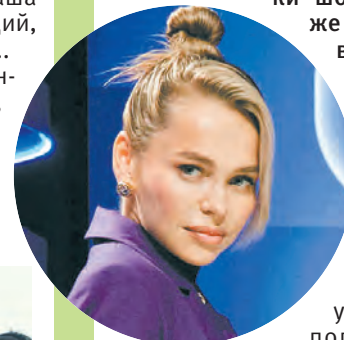
Кроме Аглаи Тарасовой, в сериале снимаются Антон Филипенко, Никита Тарасов, Агния Кузнецова, Мариетта Цигаль-Полищук и многие другие. Автором идеи, соавтором сценария и режиссером сериала стала известная актриса Валерия Шкирандо.

Фото онлайн-кинотеатра PREMIER



## Анна Хилькевич стала ведущей в новом шоу

На ТВ-3 стартовали съемки шоу «Дороже денег» с ведущей Анной Хилькевич.



Эта викторина, но необычная: ее участники попытаются

выиграть солидный приз не для себя, а для своих близких, которые этого достойны. Речь идет о людях, которые многое делают для своих родных и друзей.

– Мне захотелось стать ведущей такого шоу, во-первых, потому что это викторина, здесь нужно подумать. А для меня думающие и чувствующие люди – превыше всего! – рассказывает Анна Хилькевич. – Во-вторых, посыл шоу заключается в том, что ты приходишь – и играешь не для себя, а зарабатываешь деньги для

какого-то человека, который действительно этого достоин. Как правило, люди, которые помогают другим, очень редко думают о себе, сами живут порой не в самых комфортных условиях и не всегда в достатке.

Фото ТВ-3

## Михаил Тройник сыграл папашу в бегах

В ноябре планируется к выходу в российский прокат фильм «Папаша в бегах». В центре сюжета комедийной киноленты – сибиряк Толя. Привычная жизнь подходит к концу: его жена беременна. Будущий отец в панике сбегает на вахту. В поезде Толя знакомится с беспризорником Колей. Череда роковых совпадений, неверных решений и немножко хитрости юнца – и вот Толя уже числится похитителем детей и объявлен в областной розыск...

Главные роли в этом фильме исполнят Михаил Тройник, Ярослав Могильников и Ирина Горбачёва.

– Мне кажется, что при всей своей легкой форме и комедийном жанре, этот фильм говорит на очень важную тему страха мужчин перед рождением детей, да и перед вступлением в брак, – рассказывает Михаил Тройник. – А ведь любая история хороша тогда, когда зритель узнает себя в героях. А тут все очень узнаваемо. Так что рекомендую девушкам приводить своих парней на нашу картину: возможно, после ее просмотра им будет проще на что-то решиться...

Фото пресс-службы фильма



## ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

17 ФИЛИАЛОВ В МОСКВЕ  
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

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

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

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

В отличие от ломбарда, цена в скупке в разы выше. Ломбард принимает дешево и надеется заработать на том, что клиент не сможет выкупить залог. Скупка же ориентируется на фиксированную цену биржи, работает по государственным

образцам, имеет в штате профессиональных ювелиров. Ломбард не оценивает камни, в скупке же учтут и их стоимость. Так же ломбард накладывает на вас долговые обязательства. В скупке вы сразу получаете максимальную стоимость вашего золота или ювелирных изделий, наличными или на карту, мгновенно.

### 2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

17 филиалов по всей Москве. Главный офис компании расположен на ул. Петровке, недалеко от Большого театра и Высоко-Петровского монастыря. Имеет свои ювелирные магазины. Часть изделий будет реализована в них.

А за такие изделия вы получите значительно больше денег. Другие скупки примут все как лом, по весу. Кроме того, компания «Аурум» работает официально, имеет лицензию Федеральной пробирной палаты.

### 3. Выездная скупка от компании «Аурум».

Новый сервис для вашего удобства. Наш профессиональный ювелир (на фото именно он, согласитесь, так спокойней?) бесплатно приедет к вам домой, на работу, встретится в кафе, в любое удобное для вас время. При себе имеет все необходимые инструменты, при вас произведет оценку, ответит на все ваши вопросы.



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

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



ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,  
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!  
**8 (800) 533-75-01**  
КОНСУЛЬТАЦИЯ ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ

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

ВСЕ ФИЛИАЛЫ РАБОТАЮТ ДЛЯ ВАС БЕЗ ВЫХОДНЫХ С 10:00 до 20:00 • м. «Трубная», ул. Петровка, 26, стр. 2 (вход в магазин «Кристалл мечты») • м. «Смоленская», ул. Арбат, 20 (вход в тату-салон «Дракон») • м. «Китай-город», Б. Спасоглинищевский пер., 1 • м. «Аэропорт», Ленинградский пр-т, 62 • м. «ВДНХ», пр-т Мира, 146 • м. «Проспект Мира», пр-т Мира, 38 • м. «Сходненская», ул. Героев Панфиловцев, 1/2 • м. «Беляево», ул. Профсоюзная, 104 • м. «1905 года», ул. Красная Пресня, 23, корп. Б, стр. 1 (вход в магазин «М.Видео») • м. «Павелецкая», ул. Валовая, 2-4/44, стр. 1 • м. «Славянский бульвар», Славянский бул., 5, корп. 1 • м. «Красносельская», ул. Краснопрудная, 22-24 • м. «Братиславская», ул. Братиславская, 12, стр. 1 • м. «Дмитровская», Бутырская ул., 97 • м. «Котельники», Новорязанское шоссе, 1А • м. «Кузьминки», ул. Маршала Чуйкова, 4

В начале сентября Александр Давыдов примет участие в Осеннем культурном марафоне, организованном Российским фондом культуры.

**Александр ДАВЫДОВ:**

# Большая семья – это счастье»

**М**арафон пройдет в Пятигорске и соберет любимых зрителями деятелей культуры. Среди них – актер Александр Давыдов, получивший широкую известность благодаря сериалам «Птицы в клетке», «Баллада о бомбере», «Маруся» и многих других... Сегодня его фильмография насчитывает более 60 работ.

## Как в первый раз

– Александр, насколько знаю, в Осеннем культурном марафоне вы выступите в качестве ведущего...

– Совершенно верно. Спасибо Российскому фонду культуры (РФК), благодаря которому я освоил еще одну профессию – ведущего. Это отдельная история в моей биографии и очень для меня интересная. До сотрудничества с Фондом культуры я не выступал в данном качестве, и когда мне впервые предложили это сделать, волновался. Потом одно мероприятие стало сменять другое, и незаметно втянулся в это дело. Потом поднял к нему свою однокурсницу Настю Панину, мы стали вместе вести различные мероприятия. Опыт совместной работы у нас с ней был – играем в одном спектакле под названием «Как в первый раз». Я люблю сцену и скупаю по ней.

## Чёрно-белый артист

– Но по окончании Школы-студии МХАТ вы служили в театре Маяковского...

– Да, и ушел оттуда спустя три года. Тогда я начал много сниматься, пошли сериалы: «Баллада о бомбере», «Маруся», времени не хватало.

## КСТАТИ

### Огонь, вода и медные трубы

– Поскольку вспомнили о проекте «Маруся», не могу не спросить, насколько сложно сниматься в сериале, в котором более 250 (!) серий?

– Помню, такие сериалы называли мыльными. Но попробовали бы те, кто так говорит, сами в этом марафоне поучаствовать. Актеры, снимающиеся в таких длинных историях, проходят сквозь огонь, воду и медные трубы. Здесь, как на заводе, есть выработка – по серии в день, и сделать все надо не просто быстро, но и хорошо. У меня выходных не было полтора года. Но это не значит, что мы халтурили. Работали так же, как в полном метре, с полной отдачей.

– В «Балладе о бомбере» вы великолепно сыграли отрицательного персонажа. Настоящая актёрская удача. Правда, что на эту роль вас утвердили не сразу?

– Верно, проб было много, так что однажды я не выдержал и сказал режиссеру: «Давайте уже придем к какому-то знаменателю: да-да, нет-нет». Дело в том, что с другим главным героем, которого играл Никита Ефремов, мы похожи – оба высокие, светловолосые, голубоглазые. Это смущало режиссера. Ведь по сценарию мой герой должен быть небольшого роста и полный, любящий поест, а я худой и высокий. Тогда я предложил режиссеру: давайте перекрасим меня в черный цвет. Идея понравилась, и меня перекрасили. Но я в то же время снимался в долгоиграющем сериале «Маруся», где был со светлой шевелюрой. Поэтому пришлось каждый раз перекрашиваться из одного цвета в другой. Хорошо, краска сразу смывалась.

## ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Желаю всем здоровья, больше позитива в жизни. И чтобы хоть раз в день у вас был повод для того, чтобы улыбнуться.

## Классное падение

– Вам посчастливилось работать с Никитой Михалковым в картине «Утомлённые солнцем. Цитадель»...

– У меня на этих съемках случился казус. Роль была небольшая, играл молодого солдата. И вот снимаем эпизод, где герой Романа Мадянова посылает брата цитадель. Репетировали целый день. И когда прозвучала команда: «Мотор! Начали!», у меня подвернулась нога, и я упал прямо плашмя. Первая мысль – конец карьеры! С волнением ждал, что скажет Михалков. И вот он подходит ко мне, смеется и говорит: «Классно упал!» Я ушам своим не поверил. А он меня так поддержал.

– Над чем сейчас работаете?

– Приступил к репетициям сразу двух антрепризных спектаклей. Еще с Настей Паниной как продюсеры взяли поставить свой спектакль. Под нас написали пьесу, и надемся, что свой замысел мы осуществим.

– Хочется больше работы?

– Мне в этом году исполнится 40 лет. Я понимаю, что некоторых ролей уже не сыграю. Вообще, наша профессия такова, что здесь не проживешь прошлыми победами. Сыграл роль, поаплодировали, страница перевернулась, иди дальше, доказывай, что имеешь право этим заниматься.

## «Активно занимаюсь дачей»

– На дворе лето, которое совсем скоро помашет ручкой, а вы набираете работу вместо того, чтобы отдохнуть...

– Как только появляется свободное время, я уезжаю в Тверскую область на дачу, которую полюбил во время пандемии. Я пришел к этой любви мелкими шагами. И теперь некогда летний дачный дом стараюсь всячески утеплить, чтобы приезжать сюда и зимой. Вообще, в последнее время активно занимаюсь дачей, купил туда новую кухню, большой холодильник и посудомоечную машину. У нас большая семья, мы обожаем собираться вместе, и делаем это часто. Большая семья – это счастье. А поскольку в соседях – «старые» друзья родителей, наши семьи на отдыхе объединяются, и получается уже совсем большая семья. Это ли не счастье?

Наталья АНОХИНА

## РЕЦЕПТ ОТ ЗВЕЗДЫ

### Омлет с ветчиной и помидорами

– Заранее поджариваем колбаску или ветчину, режем помидор. Остужаем. Затем берем четыре яйца и немного молока, взбиваем венчиком и выливаем в сковородку, где уже выложены колбаса и помидор. Накрываем крышкой и держим на очень медленном огне 15 минут. Главное, не передержать, тогда у вас получится воздушный, нежнейший омлет.



Фото: Владимир Туреев и www.shutterstock.com

## «Инъекция любви» подарит счастье

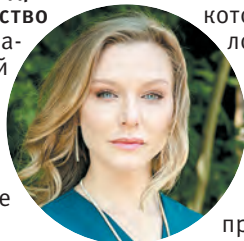
На телеканале Домашний завершится съёмки сериальной мелодрамы «Инъекция любви» (производство «AVK Production»). В фильме снимались Татьяна Чердынцева, Дмитрий Пчела, Иван Жидков, Александр Андриенко, Алина Воронцова, Алена Савчук, Дмитрий Захаров, Татьяна Черкасова, Дмитрий Гладышев, Евгения Синицкая и другие артисты.

Все мечты и надежды на счастье молодого хирурга Анны Пироговой (Татьяна Чердынцева) рушатся в одночасье: в разгар медового месяца она узнает, что у мужа есть вторая семья – от него беремен-

на одна из пациенток больницы. Столкнувшись с полным непониманием матери, которая считает, что они с Кириллом прекрасная пара, Анна решает уехать к отцу, с которым не виделась больше десяти лет. Однако переезд в маленький город не решает проблемы, а только обостряет их.

– Основная мысль нашего проекта – это победа над своими страхами через любовь, – рассказывает Татьяна Чердынцева. – Обретение некой опоры в жизни дает главным героям поверить в себя и простить за прошлые ошибки.

Фото пресс-службы телеканала Домашний



## «Большой балет» готовится к эфиру

Настоящий праздник классического танца и встречи с талантливыми артистами ждут зрителей канала «Россия-Культура» в новом телесезоне.

На «Мосфильме» состоялись съемки финальной программы проекта «Большой балет». На гала-концерте выступили участники пятого сезона и лауреаты прошлых лет, а также приглашенные звезды. За семь конкурсных дней 16 участников показали свои таланты и мастерство. Большинство танцовщиков подчеркивают, что пришли на

проект в первую очередь за новым опытом, возможностью получить советы и рекомендации от членов жюри.

За каждый номер Солисты (младшая группа) и Дуэты (старшая группа) получали баллы – сумму оценок всех членов жюри. Некоторые решения становились сюрпризом. Кроме того, в программу конкурса вошли специально поставленные номера на музыку Константина Чистякова, Карла Дженкинса, Эцио Боссо и других отечественных и зарубежных композиторов.

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».



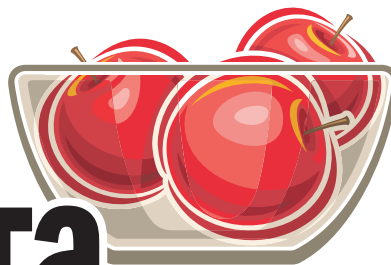
Яблоки – это не только пироги и десерты.

**В**о многих кухнях мира яблоки являются обязательным ингредиентом самых разных блюд – от салатов до супов. Этот такой привычный для нас фрукт обогащает блюда дополнительной сладостью или, наоборот, кислинкой.

Кислые яблоки прекрасно уживаются с мясом – свининой, птицей – и рыбой. Для запекания лучше выбирать крепкие плоды зимних сортов.

Сладкие яблоки лучше использовать для салатов, этот фрукт дружит практически со всеми овощами, сырыми и запеченными. Если яблоки быстро темнеют на срезе, можно сбрызнуть их лимонным соком.

# Всё из яблок: от супа до салата



Сенегальская кухня.  
На 6 персон  
46 ккал

## Куриный суп с яблоками



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 0,5 тушки курицы ■ 2 зеленых яблока ■ 200 г корня сельдерея (или 3 стебля) ■ 100 мл жирных сливок (от 20%) ■ 1 крупная луковица ■ 1 морковь ■ 2 ст. л. растительного масла ■ 1 ст. л. сливочного масла ■ 1 ст. л. порошка карри ■ по 3 веточки тимьяна и орегано ■ молотый черный перец ■ соль

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Курицу нарезать произвольно, залить 1,5 воды, варить до готовности; за 10 минут до конца варки добавить тимьян и орегано.
- 2 Готовый бульон процедить, мясо отделить от костей, нарезать небольшими кусочками.
- 3 Лук и яблоки нарезать крупными кубиками (яблоки предварительно почистить, вырезать жесткую сердцевину), сельдерей – соломкой, морковь колечками.
- 4 В кастрюле с толстым дном обжарить на растительном масле лук до золотистого цвета, добавить карри, перемешать, жарить еще 1-2 минуты, добавить куриное мясо, перемешать, снять кастрюлю с огня.
- 5 В сотейнике на сливочном масле обжарить яблоки, сельдерей и морковь до мягкости, добавить в кастрюлю с мясом и луком.
- 6 Влить в кастрюлю процеженный бульон, довести до кипения, варить 5 минут; посолить, поперчить, влить сливки, прогреть (но не кипятить) и сразу подавать.



Немецкая кухня.  
На 8 персон  
176 ккал

## Окорок в яблочном маринаде



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 кг свиного окорока ■ 700 мл яблочного сока ■ 8-10 зеленых яблок ■ 1,5 ст. л. меда ■ 1 ч. л. коричневого сахара ■ 1 ст. л. растительного масла ■ 2 лавровых листа ■ по 3-4 горошины черного и душистого перца ■ 3-4 бутона гвоздики ■ 1 палочка корицы ■ молотый черный перец ■ соль

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Окорок натереть солью и перцем, убрать в холодильник на сутки.
- 2 Сделать маринад: в яблочном соке размешать мед, добавить гвоздику, весь перец, лавровый лист, корицу.
- 3 Окорок погрузить в маринад, убрать в холодильник еще на сутки.
- 4 Кастрюлю с окороком поставить на слабый огонь, довести до кипения, снять с огня, оставить под крышкой на 1-2 часа.
- 5 Подготовленный окорок положить на противень, поставить в разогретую до 200 градусов духовку на 15 минут.
- 6 Разложить вокруг окорока яблоки, запекать еще 30 минут (каждые 10 минут поливать окорок маринадом).
- 7 Растворить сахар в 1 ч. л. горячей воды, добавить растительное масло, тщательно перемешать, смазать окорок.
- 8 Уменьшить температуру в духовке до 160 градусов, запекать еще 20 минут.
- 9 Готовый окорок накрыть фольгой, оставить на 10-15 минут; подавать с печеными яблоками.



Албанская кухня.  
На 6 персон  
104 ккал

## Курица с яблоками и сухофруктами



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 тушка курицы ■ 6-8 крепких яблок ■ 100 г вареного риса ■ 50 г грецких орехов ■ по 40 г кураги и чернослива ■ растительное масло ■ молотый черный перец ■ соль

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Курагу, чернослив, орехи измельчить, смешать с рисом.
- 2 Нарезать мелкими кубиками 2 яблока, добавить в рисовую смесь; остальные яблоки нарезать на 4-6 частей, удалив жесткую сердцевину.
- 3 Курицу натереть солью и перцем, брюшко начинить рисовой смесью, зашить кулинарной нитью (или заколоть зубочистками).
- 4 Выложить курицу в форму, сбрызнуть маслом для запекания, обложить ломтиками яблок.
- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке до готовности (~1 час), периодически поливая выделяющимся соком; подавать с печеными яблоками.



\*\*\*

– Допустим, я дала тебе пять яблок. А потом три забрала. Что у тебя останется?



– Проблемы с доверием.

\*\*\*

На уроке математики учительница спрашивает ученика:  
– У тебя есть шесть яблок. Если ты отдашь половину брату, сколько яблок у тебя останется?  
– Пять с половиной!



Хорватская кухня.  
На 4 персоны  
67 ккал

## Салат из свёклы с яблоками



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 400 г свеклы ■ 3 стебля сельдерея ■ 300 г красных яблок ■ 100 г замороженной клюквы ■ пучок салатных листьев ■ 30 мл растительного масла ■ 1 ст. л. меда ■ 1 ст. л. соевого соуса ■ молотый черный перец ■ соль

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Свеклу вымыть, обсушить, сбрызнуть растительным маслом, завернуть в фольгу, запечь в разогретой до 200 градусов духовке до готовности (~1 час), дать остыть, очистить, нарезать небольшими ломтиками.
- 2 Яблоки нарезать соломкой (жесткую сердцевину вырезать), сельдерей – тонкими кусочками, листья салата крупно нарвать руками.
- 3 Сделать заправку: растительное масло и соевый соус соединить в ковшике, добавить клюкву, довести до кипения, остудить, ввести мед, взбить с помощью погружного блендера до однородности.
- 4 Разложить по тарелкам листья салата, сверху выложить свеклу, яблоки, сельдерей, посолить, поперчить, полить заправкой.



Европейская кухня.  
На 4 персоны  
198 ккал

## Капуста по-фламандски



### ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 небольшой кочан красной капусты ■ 4 яблока ■ 2 ст. л. растительного масла ■ 1 ст. л. винного уксуса ■ 1 ст. л. сахара ■ молотый черный перец ■ соль

### КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Капусту нашинковать тонкой соломкой, обжарить на растительном масле (5 минут), посолить, поперчить, влить уксус, томить на малом огне под крышкой, периодически помешивая, 1 час.
- 2 Яблоки нарезать тонкими ломтиками, посыпать сахаром, добавить к капусте, перемешать, томить под крышкой еще 20 минут.

ПОСТНЫЕ РЕЦЕПТЫ

ПОСТНЫЕ РЕЦЕПТЫ

ПОСТНЫЕ РЕЦЕПТЫ

ПОСТНЫЕ РЕЦЕПТЫ

Подтянутые мышцы спины – это насущная необходимость для нормальной здоровой жизни.

**В** едь эти мышцы поддерживают позвоночник, и если они слабые, быть беде. Кроме того, мышцы спины задействованы практически в каждом нашем движении, и конечно, лучше, если они натренированы. Ну а мышцы рук – это, кроме всего прочего, еще и красота, к которой стремится каждая женщина.

С помощью несложной гимнастики можно укрепить более десяти видов мышц спины. Это исправит осанку, что очень важно для хорошей работы внутренних органов, а также процессов дыхания. Кроме того, упражнения для мышц спины достаточно энергозатратны, поэтому с их помощью можно избавиться заодно и от лишнего веса.

Перед началом выполнения упражнений лучше сделать легкую разминку, чтобы разогреть мышцы. Это могут быть прыжки с подниманием рук или бег на месте. Разминка подготавливает мышцы к предстоящим нагрузкам, это необходимо, чтобы избежать возможных растяжений и травм. Нагрузки следует увеличивать постепенно, начиная с очень малых, на износ тренироваться не следует.

# Гимнастика:

## ПОДТЯГИВАЕМ МЫШЦЫ РУК И СПИНЫ

В магазине игрушек пятилетняя гимнастка обращается к отцу:  
 – Папочка, купишь мне куклы?  
 – Куплю, конечно, но у тебя же их и так много. Может, какую-нибудь другую игрушку выберешь?  
 – Нет, у меня нет ни одной куклы, все сломаны...  
 – Что же с ними стало?  
 – Я играю с ними в гимнастику, и у них руки и ноги отламываются...

### УПРАЖНЕНИЕ 1

**НАКЛОНЫ**  
**Исходное положение:** стоя, ноги на ширине плеч, колени присогнуть, руки отвести за голову, скрепить в замок. Выполнить наклон вперед, держа спину прямой, до положения спины параллельно полу, вернуться в исходное положение. Повторить 10 раз. Это упражнение можно делать с утяжелением, взяв в руки гантели.



### УПРАЖНЕНИЕ 2

**РАЗВЕДЕНИЕ РУК**  
**Исходное положение:** стоя прямо (можно у стены), ноги вместе, руки вытянуть вдоль тела. Согнуть руки в локтях (перпендикулярно туловищу), медленно разводить их в стороны (не разгибая) и возвращать назад. Выполнять упражнение 30-40 секунд, после чего немного отдохнуть и повторить еще 2-3 раза.

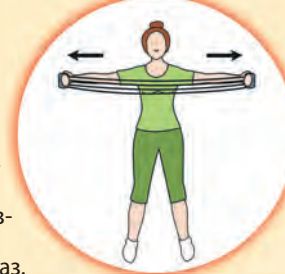


### УПРАЖНЕНИЕ 3

**НАКЛОНЫ ВБОК**  
**Исходное положение:** стоя прямо (можно у стены). Поднять руки вверх и делать наклоны поочередно вправо и влево, возвращаясь после каждого в исходное положение. Повторить по 10 раз в каждую сторону.

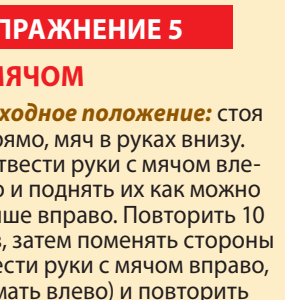
### УПРАЖНЕНИЕ 4

**С ЭСПАНДЕРОМ**  
**Исходное положение:** стоя прямо, ноги на ширине плеч, взять в руки эспандер, вытянуть руки перед собой. Разводить руки в разные стороны и возвращать обратно. Повторить 15-20 раз.



### УПРАЖНЕНИЕ 5

**С МЯЧОМ**  
**Исходное положение:** стоя прямо, мяч в руках внизу. Отвести руки с мячом влево и поднять их как можно выше вправо. Повторить 10 раз, затем поменять стороны (отвести руки с мячом вправо, поднимать влево) и повторить еще 10 раз.



### УПРАЖНЕНИЕ 6

**РАСТЯЖКА ПОЯСНИЦЫ**  
**Исходное положение:** встать на четвереньки. На вдохе медленно выгнуть спину (животом к полу), голову поднять к потолку. На выдохе медленно округлить спину, опуская голову вниз. Выполнять упражнение 30-40 секунд.



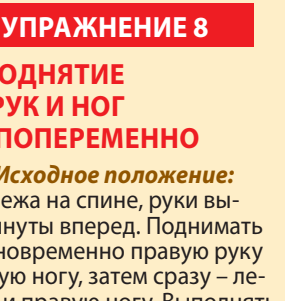
### УПРАЖНЕНИЕ 7

**ПРИСЕДАНИЯ С МЯЧОМ**  
**Исходное положение:** стоя, мяч у правой ноги. Присесть, взять мяч обеими руками и, поднимаясь, поднять его как можно выше влево. Вернуться в исходное положение. Повторить 5 раз, затем поменять стороны и повторить еще 5 раз.



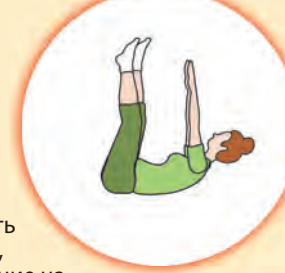
### УПРАЖНЕНИЕ 8

**ПОДНЯТИЕ РУК И НОГ ПОПЕРЕМЕННО**  
**Исходное положение:** лежа на спине, руки вытянуты вперед. Поднимать одновременно правую руку и левую ногу, затем сразу – левую руку и правую ногу. Выполнять упражнение динамично 30-40 секунд, затем сделать небольшой перерыв и повторить еще 1-2 раза.



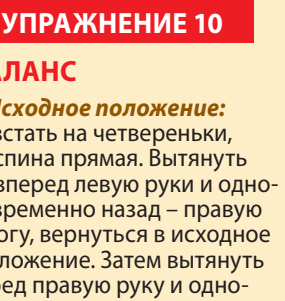
### УПРАЖНЕНИЕ 9

**ПОДНЯТИЕ РУК И НОГ ОДНОВРЕМЕННО**  
**Исходное положение:** лежа на спине, руки вытянуты вперед. На вдохе поднять руки и ноги одновременно, зафиксировать это положение на 1-2 секунды, вернуться в исходное положение. Выполнять упражнение в течение 1 минуты.



### УПРАЖНЕНИЕ 10

**БАЛАНС**  
**Исходное положение:** встать на четвереньки, спина прямая. Вытянуть вперед левую руку и одновременно назад – правую ногу, вернуться в исходное положение. Затем вытянуть вперед правую руку и одновременно назад – левую ногу, вернуться в исходное положение. Повторить по 10 раз в каждую сторону.



**ВАЖНО!**  
 Если есть проблемы с позвоночником, если часто или периодически побаливает спина, до начала занятий необходима консультация лечащего врача или физиотерапевта.



Завтрак крайне важен для нашего здоровья.

**Х**ороший завтрак заряжает бодростью и дает силы для эффективной работы всего организма. Но, согласитесь, не всякий завтрак способствует стройности. Немало утренних перекусов, которые запросто могут подарить несколько очень нежелательных килограммов. Сегодня мы расскажем о некоторых продуктах, полезных и для организма в целом, и для талии в частности, которые обеспечат вам вкусный и полезный завтрак.

### Яйца

С пользой яиц не поспоришь! Они питательны, но при этом не суперкалорийны. В одном среднем яйце содержится около 6,5 г белка, 5 г жира и не более 75 ккал. Яичный желток содержит жирорастворимые витамины и полиненасыщенные и мононенасыщенные жирные кислоты. И что особенно замечательно, можно регулировать количество белков и жиров, съев не два целых яйца на завтрак, а, например, одно яйцо и еще один белок. Удобно, правда? Кстати, можно включить в свой рацион не только куриные, но и перепелиные яйца.

# Завтраки для стройности



**Подружка – подружке.**  
– Я наконец поняла главную проблему тех, кто соблюдает диету. Когда садишься на диету, чтобы похудеть, надо не сидеть, а больше ходить и даже бегать.



**МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА**

**Хороша кашка, да мала чашка**

Отвечает диетолог Светлана Титова.  
– Некоторые считают, что молочные каши не дружат со стройностью. И если хочешь похудеть, лучше избегать на завтрак молочных каш. Ваше мнение?

– Любая каша на молоке – незаменимый источник белков и животных жиров, витаминов (в особенности А, группы В, Е, РР) и минеральных веществ (кальция, натрия, калия, магния, железа), – рассказывает Светлана Титова. – При этом именно благодаря жирам все полезные компоненты легко и, главное, быстро усваиваются организмом. Злаки делают блюдо вкусным, а прилив энергии сохраняется за счет большого количества углеводов, поэтому молочные каши идеальны на завтрак.

Татьяна МИХАЛЁВА



### Овсянка

Причем это не только овсяная каша, но и различные вариации блюд из овсяных хлопьев. Например, овсяноблин, приготовленный на основе молока или воды, яиц и овсяных хлопьев крупного помола. Еще на завтрак можно приготовить смузи из предварительно замоченных в молоке, кефире или йогурте овсяных хлопьев и свежих или замороженных фруктов, овощей, ягод и зелени – выбирайте, что вам больше нравится. А сверху приготовленное смузи можно посыпать орехами, изюмом и т.д. Разнообразить привычную овсяную кашу можно не только ягодами и фруктами, джемом и прочими сладостями, но и попробовать острые и соленые варианты. Например, тертый пармезан со свежей зеленью.

### Бутерброды

Почему бы и нет? Но только не с ломтем колбасы или ветчины поверх горбушки белого хлеба. Для утреннего бутерброда можно использовать лаваш, завернув в него кусочек отварной курицы или индейки, твердый сыр, овощи, зелень, яйцо с зеленым луком или огурцом, авокадо и даже творог. Вместо лаваша вполне может подойти и цельнозерновой хлеб. Только не увлекайтесь мучными продуктами. Избыточное их употребление не сделает вашу талию тоньше.

### Рецепт овсяноблина

**Ингредиенты:** 1 яйцо, 3 ст. л. овсяных хлопьев, 50 мл молока, соль.

**Как приготовить:** смешайте яйцо, молоко и соль, взбейте вилкой до однородной массы. Добавьте измельченные или цельные овсяные хлопья. Если хлопья цельные, оставьте полученное тесто минут на 10-15. После чего на разогретую сковороду с антипригарным покрытием вылейте получившееся тесто и обжарьте по паре минут с двух сторон. В качестве начинки можно использовать разные варианты, начиная с фарша и резаного мяса, творога, сыра, заканчивая бананами, яблоками и другими сладкими добавками.

### ДЕТАЛИ

БЫВАЕТ И ТАКОЕ

### Золотая пятиэтажка

Человек добывает золото больше двух тысячелетий. За все время с использованием этого драгоценного металла было создано множество прекрасных украшений, а также различных предметов искусства. А с развитием наук – и прочих уникальных приборов. Кажется, что за такой срок добычи и использования из недр уже добыли горы золота. Между тем ученые подсчитали: если все добытое ранее золото собрать и сплавить в один слиток, получится куб высотой с пятиэтажку. Интересно, сколько еще золота осталось на планете? По некоторым оценкам, одна треть от добытого.



### Вот так «родственничек»!

Обычная серая мышка, при виде которой женщины частенько громко визжат, на самом деле имеет с человеком много общего. Например, у нас схожее строение суставов. Но это не все, мышиньи гены совпадают с человеческими на 80%! Именно поэтому мышей часто используют в лабораториях для проведения опытов. Однако даже это не делает отношение к грызунам более теплым. Наверное, потому, что они испокон веков покушаются на наши съестные припасы. Кстати, само слово «мышь» в древности означало вор.



### Лягушачьи рулады

Может ли малюсенькая лягушка стать большой проблемой? Может, если это лягушка коки родом из Пуэрто-Рико. Ее средние размеры сравнимы с пятирублевой монетой. Мал золотник, но певуч. Самцы коки – удивительные певцы. Чтобы привлечь подругу, они ночью забираются на дерево и начинают от заката до рассвета распевать свои рулады, которые звучат как «коки». По громкости такие песенки сопоставимы с работающим миксером.



### Жизненный опыт и... миллион

Считается, что Джек Лондон, автор приключенческих романов, которыми все мы зачитывались, одним из первых заработал миллион долларов благодаря писательскому труду. Но при этом надо добавить, что знаменитый писатель с детства был очень трудолюбивым человеком. Он брался за все: нанимался на рыболовное судно, делал консервы на фабрике и даже поучаствовал в золотой лихорадке на Аляске. Джек Лондон приобрел бесценный опыт и узнал множество интересных людей. Эти впечатления легли в основу его книг.

Светлана СИДОРЧУК

## СЕРИЯ СПЕЦИАЛЬНЫХ ВЫПУСКОВ ЖУРНАЛОВ О ЗДОРОВЬЕ

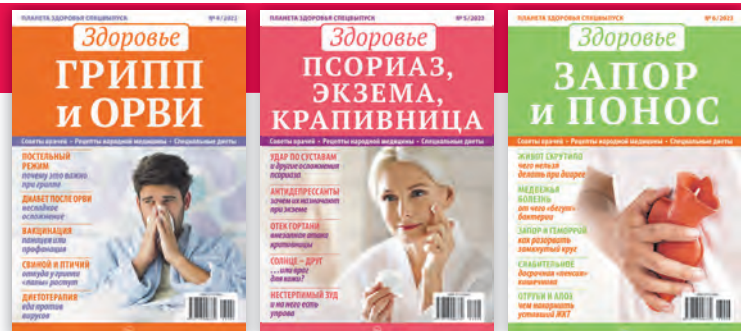
Спецвыпуски «Грипп и ОРВИ», «Псориаз, экзема, крапивница» и «Запор и понос» объединили в себе ответы на острые, актуальные вопросы, волнующие многих. Информация в справочниках изложена доступным языком, без стеснения и неловкости.

### В СБОРНИКАХ ВЫ НАЙДЕТЕ:

- почему после вирусных инфекций может развиваться диабет;
- спасет ли от заболевания гриппом сезонная прививка;
- зачем при кожных заболеваниях врач назначает антидепрессанты;

- что делать, если начался отек гортани при крапивнице;
- как унять нестерпимый кожный зуд;
- какими ошибками в лечении можно усугубить диарею;
- почему при запорах развивается геморрой;
- как влияют на наш кишечник клизмы и слабительные...

И еще много полезной и доходчивой информации об острых состояниях, диетах, физической нагрузке. А также в справочниках найдутся рецепты народной медицины, проверенные многолетним опытом читателей.



ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:



OZON  
ozon.ru<sup>1</sup>



WILDBERRIES  
wildberries.ru<sup>2</sup>

На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал Планета здоровья

**УЖЕ В ПРОДАЖЕ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ, СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

16+ Реклама

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

Фото из личного архива Светланы Титовой и www.shutterstock.com

Август посвящён сбору и переработке урожая.

**З**акатка, сушка и заморозка отнимают все время! Но выходить в сад нужно – и для того, чтобы собрать очередную партию овощей и фруктов, и для того, чтобы насладиться буйством природы, и для того, чтобы выполнить необходимые дела...

### Прищипнуть макушки ягодных кустарников и вырезать старые побеги

Ягодники отдали весь урожай. Помочь заложить новые почки могут не только полив и подкормки, но и некоторые специальные приемы. У смородины и крыжовника в первой половине августа нужно вырезать старые побеги и слабые новые, прищипнуть макушки для лучшего плодоношения на следующий год.



### Обработать фунгицидами растения, которые отдали урожай

Вишни, черешни и абрикосы уже накопили достаточное количество болезней, поэтому после сбора урожая обработайте их фунгицидами. Подойдут «Топаз», «Тиовит Джет». Если весь сезон деревья и кустарники страдали от нашествия вредителей, можно использовать для обработки «Актару», «Каратэ» или «Шарпей».

# Что не забыть сделать в саду в августе?



### Поставить подпорки под гнущиеся ветви

Если деревья усыпаны плодами, думать о том, куда все это девать, будете позже, сейчас нужно подставить под ветви, усыпанные плодами, подпорки-рогатины: они не повреждают ветви и при этом их надежно фиксируют.

Едут в электричке три дачника, хвалятся урожаем.  
– Я в прошлом году такое яблоко вырастил, на табурет поставил, табурет разломался.  
– А я вырастил – вдвоём на стол взвалили, так ножки у стола разъехались...  
– Это что! Вот я вырастил яблочко! Вчетвером на телегу еле-еле закинули...  
Первые двое спрашивают:  
– И что, телега сломалась?  
– Да нет, телега уцелела. Вот только червяк вылез из яблока и съел лошадь.



Первые двое спрашивают:  
– И что, телега сломалась?  
– Да нет, телега уцелела. Вот только червяк вылез из яблока и съел лошадь.



### Подкармливать плодовые

Для закладки нового урожая и для налива плодов этого года хорошо бы помочь плодовым деревьям и кустарникам. Кормить надо фосфорно-калийными удобрениями, азот в этот период нужно исключить, чтобы не спровоцировать рост новых побегов в ущерб закладке плодовых почек, наливу плодов и подготовке древесины к зиме. Полезно опрыскать зольным настоем крону, насыпать золы по ее периметру (3 стакана на кв. м). Если золы нет, подойдет 30-40 г суперфосфата и 15-20 г сернокислого калия на один взрослый куст.

### Уделить внимание ежевике

Ежевика в августе отдает свой последний урожай. После сбора ягод старые побеги нужно вырезать, новые подкормить.

### Обеспечить уход за ремонтантной малиной

Ремонтантная малина в августе начинает плодоносить. Ей нужны регулярные поливы (если сухо) и подкормки (подойдет опрыскивание зольным настоем). В этот период можно вырезать слабые побеги, которые загущают посадки, так как растениям необходимо сосредоточиться на вызревании ягод.

### Бороться с плодовой и другими вредителями

Борьбу с плодовой в августе прекращать нельзя! Иначе можно потерять до половины урожая. Обновите емкости с пивом или квасом в кроне, регулярно очищайте и обновляйте их. После того, как выкопали лук и чеснок, разложите в приствольном круге остатки ботвы, стеблей, некондиционные луковицы – вредители не любят резкие запахи и найдут другое место для зимовки. Для той же цели подойдут томатные пасынки.

### Высадить черенки кустарников

Если в июле вы высадили черенки смородины, крыжовника или других кустарников под укрытие, в конце августа их можно пересадить на постоянное место. В посадочную яму обязательно добавьте перегной или компост. Черенки высаживайте наклонно, верхушки обрежьте, чтобы корням было проще питать надземную часть. Регулярно поливайте.

### Провести окулировку плодовых деревьев

До третьей декады августа найдите время заняться окулировкой (прививка почкой). На яблонях и грушах прививки приживаются очень легко. Если вы освоите окулировку, то сможете выращивать в саду растения любых сортов, не тратя на это лишних средств.

### Поливать растения

Полив деревьев в августе можно постепенно сокращать, но не прекращать. Особенно если стоит сухая погода. У ягодных кустарников закладываются почки для урожая будущего года, вода необходима. Яблони и груши еще вынашивают урожай, и влага необходима для налива и для того, чтобы плоды не опадали. Объем полива рассчитывайте так: смородина красная – 1-2 ведра на куст; смородина черная – 3-4 ведра; крыжовник – 4-6 ведер; малина – 5-6 ведер на 1 кв. м. Взрослые деревья – 7-10 ведер на дерево.

## КАК САДОВОД САДОВОДУ

# Большая популярность маленьких колоновидных яблонь

Колоновидные яблони – находка для маленького сада: занимают мало места, а значит, можно выращивать большое количество сортов сразу. Какие сорта колоновидных яблонь самые популярные?

**1 «Васюган».** Считается лучшим летним сортом. Яблоки созревают в конце августа. Вкус плодов десертный: сладкий с еле заметным кислым послевкусием. Продолжительность плодоношения – 15 лет.

**2 «Медок».** Отличительная особенность –

устойчивость корневой системы к морозам (до -42 °С). Название определяет вкус плодов – медовый, с неповторимым ароматом.

**3 «Президент».** Летний зимостойкий сорт, устойчивый к болезням. Мякоть плодов сочная, кисло-

сладкая. Дегустационная оценка – 4,8-5,0 баллов.

**4 «Валюта».** Поздний морозостойкий сорт, с высокой устойчивостью к болезням и вредителям. Яблоки долго не опадают, поэтому можно не спешить с уборкой урожая. Вкус плодов сладкий с кислинкой.

**5 «Московское Ожерелье».** Гигант среди карликов – до 3 м в высоту, холодоустойчивый, плодоносит около 10 лет. Плоды крупные – до 250 г, вкусные, лежкие, транспортабельные.



Валерия ПАШЕЧКИНА

Орхидеи, как правило, ассоциируются с красотой, изысканностью и... сложностью выращивания.

# Блетилла – простота и изысканность

**Н**а самом же деле далеко не все орхидеи капризные, есть и неприхотливые. Блетилла – одна из них. И, в отличие от тропических орхидей, она может расти даже в открытом грунте с зимней температурой не ниже 5-7 градусов мороза. В остальных случаях она прекрасно себя будет чувствовать на домашнем подоконнике.



## Влажность

Эта орхидея любит повышенную влажность. Растение будет вам благодарно, если вы будете его опрыскивать из пульверизатора. (Только не стоит делать это во время цветения). А когда растение цветет, блетиллу лучше разместить на поддоне с влажной галькой или керамзитом. Можно включить специальный увлажнитель воздуха, если он у вас есть.

## Полив

С весны до осени блетиллу поливают обильно и регулярно, как только просохнет верхний слой грунта. После полива лишнюю воду из поддона обязательно сливают. С середины осени и до конца зимы количество полива значительно уменьшают и поливают ровно столько, чтобы грунт полностью не пересох. Еще одно условие, которое нужно выполнить: зимой не только значительно уменьшить полив, но и организовать прохладную зимовку для цветка. Если это невозможно, и блетилла зимует в жаркой комнате, сильно уменьшать полив не нужно. И еще при теплой зимовке желательно обеспечить дополнительную подсветку.

## Размножение

Блетилла размножается делением куста при пересадке, самое подходящее время для этого наступает в начале весны, по окончании периода покоя. Часто делить растение не нужно, так как лучше всего эта орхидея цветет в тесных горшках и ей может потребоваться время и силы на разрастание и заполнение емкости.

## Освещение

Больше всего этому растению нравятся хорошо освещенные места с рассеянным светом. Может переносить небольшое количество прямых солнечных лучей, но только не на южном подоконнике жарким летом.

## Пересадка

Блетиллу пересаживают ежегодно по весне, как только у цветка заканчивается период покоя. Новый горшок лучше выбирать пошире и не очень глубокий. Оптимальный субстрат для цветка – смесь дерновой, листовой земли, перегноя, торфа и песка. Все компоненты берутся в одинаковой пропорции, за исключением дерновой земли, которой требуется в два раза больше. Возможно сделать субстрат без листовой земли и перегноя. На дно горшка важно положить хороший слой (3-5 см) дренажа.

## Температура

В весенне-летний период для блетиллы желательны средние температуры – от 18 до 25 градусов. Растение можно в это время выносить на свежий воздух. Зимой оптимальный температурный диапазон для цветка – 10-12 градусов – именно в это время блетилла отдыхает и набирается сил к новой весне и новому цветению. Кстати, не стоит пугаться, если листья растения осенью начали желтеть и опадать, – так блетилла готовится к зимней спячке.

КСТАТИ

Цветок у орхидеи всегда симметричен. Что касается листьев, то их размер, форма и текстура зависят от среды обитания. Орхидеи сухого климата имеют толстые листья, покрытые воском, а у тех растений, которые произрастают в теплых и влажных краях, тонкие, вытянутые листья.

## ДЕТАЛИ Съедобная орхидея

Среди всего многочисленного семейства орхидей есть представитель, который даёт съедобные плоды, – это всем хорошо знакомая ваниль. Ваниль плосколистная представляет собой лиану 10-30 м в длину, растущую в тропиках на деревьях.



– Ты что подарил своей жене на день рождения?  
– Её любимые цветы.  
– Молодец, а как они называются?  
– Не знаю, но жена говорит, что любимые.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

НА ДОСУГЕ



## Найди 10 отличий Отдохни на все сто!

Почувствовать себя во время отдыха аборигеном далёких солнечных островов – незабываемое ощущение. Для этого нужны соответствующие костюмы, и, конечно, надо сделать фотографии на память.

Ответы: трава слева вверху, второе дерево слева, птица там же, передо мной солнце, расстел на горе у лавашки, инок у неё, по-кожевинке у неё, павлин, еж, павлин, пятёрка.



В ПРОДАЖЕ С 18 АВГУСТА.  
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,  
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ  
ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ  
ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

**OZON**  
ozon.ru<sup>1</sup>

**WILDBERRIES**  
wildberries.ru<sup>2</sup>



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование: Журнал 100 Самураев, Наш сканворд КАРДОС или Наш размер КАРДОС

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

Реклама

Знаете ли вы, что человек носит домашние тапочки в среднем от четырёх до шести часов в день?

**П**оэтому к выбору этой обуви стоит отнестись со всей серьезностью.

Каким образом мы обычно выбираем домашние тапочки? Чаще всего, по цвету или дизайну. И крайне редко мы задумываемся ли эти тапочки нашим ногам, суставам, позвоночнику. А ведь это очень важно для нашего здоровья.

Например, неправильная подошва домашних тапочек в некоторых случаях может стать причиной... головной боли. Произойти это может из-за неправильного распределения нагрузки на позвоночник и передавливания сосудов, снабжающих мозг кровью.

Если же тапочки слишком теплые, они могут спровоцировать бактериальную или грибковую инфекцию. По этой причине, кстати, специалисты рекомендуют менять домашние тапочки не реже чем один раз в три-шесть месяцев.

Итак, несколько полезных шагов навстречу новым тапочкам.

# Домашние тапочки: какие выбрать?

5 шагов к выбору тапочек

**ШАГ 1** Выбирая домашние тапочки, в первую очередь необходимо обратить внимание на подошву — она должна быть, во-первых, не тоньше трех миллиметров. Дело в том, что слишком тонкая подошва провоцирует появление пяточных шпор из-за повышенной нагрузки на пятки.

**ШАГ 2** Во-вторых, подошва не должна быть абсолютно плоской — это прямой путь как минимум к натоптышам и плоскостопию, как максимум — к проблемам с позвоночником. В районе пятки подошва домашних тапочек обязательно должна иметь утолщение в виде небольшой танкетки или широкого каблучка.

**ШАГ 3** Третье, на что следует обратить внимание, — материал подошвы. Слишком мягкий материал — например, войлок — даже имея утолщение на пятке, при ходьбе очень быстро его лишится. Поэтому лучший вариант — пробка или прочные и гибкие синтетические материалы (например, термоэластопласт). Пробковые подошвы прочные и легкие, они отлично моются, так как вообще не впитывают влагу.

## КСТАТИ

Материал, из которого изготовлен верх тапочек, желательно подбирать по сезону: на холодное время года — теплый, на теплое — нейтральный. Конечно, выбирать необходимо натуральные материалы, позволяющие коже дышать. Особенно это касается тапочек, которые мы носим в теплое время года на босу ногу. Кстати, идеально, если такие тапочки будут с открытым мыском — это не только позволит коже стоп дышать, но и сами тапочки будут быстрее проветриваться.

**ШАГ 4** Очень важный момент, на который вообще редко кто обращает внимание, — это супинатор. Почему-то считается, что супинатор необходим только для уличной обуви. Конечно, в домашних тапочках мы проводим не меньше, а часто даже больше времени, чем в уличной обуви, и супинатор, поддерживающий свод стопы и разгружающий ее продольную связку, в них тоже необходим. Поэтому, выбирая домашние тапочки, обратите внимание на небольшой бугорок посередине внутренней поверхности подошвы: он расположен с левого края подошвы на правом тапочке и с правого — на левом. Это и есть супинатор, которым не стоит пренебрегать.


**Почему у тебя тапки по всей комнате разбросаны? — Они не разбросаны, они разошлись во мнениях!**

**Доктор приходит к больному малышу. Видит — его младшая сестрѐнка бегает по полу босиком. — Ну-ка, красавица, надень тапочки, а то заболеешь. После ухода доктора мать замечает, что девочка всё ещё бегает босиком. — Ты слышала, что тебе доктор сказал? — Да: он сказал, что я красавица!**

**ШАГ 5** Верх тапочек, по мнению специалистов, должен закрывать стопу не менее чем на 60%. В противном случае тапочки могут легко свалиться с ног. Если вы предпочитаете модели с открытым мыском, выбирайте те, которые будут сидеть плотно. Либо тапочки должны иметь формоустойчивый задник, который не позволит им спадать. Если на тапочках есть окантовка, она должна быть снаружи, иначе есть риск натереть ноги.

Светлана ИВАНОВА

Записка, чтобы не забыть								Потеря леса при сплаве	Лекарственная норма на раз				Халцедон слоистой структуры	Свод правил жизни самурая	Эдуар, написавший "Олимпию"
Громко храпящий мелкий пес	Футболист ... Роналду	Автор книги о Мюнхгаузене	Барабан из Африки	Гонка на автомобилях-внедорожниках	Наставник и опекун Маугли			"Соевый творог"	Актриса Томпсон	Песенный союз двух солистов	Слуга, ездивший на задке экипажа		Залежи под шкурой хряка		Архитектурная башня
		Дразнящий бык на корриде													
Положение борца на лопатках	Певица Эдит ...			Пастор-роль Ростислава Плятта	Лающий друг Микки Мауса							Сходни			Лимит
		Олимпийский медвежонок (1980)								Богемское, муранское, увеличительное		Пряный "зонтик"	Квадратный вырез на платье	Джонни ...	
Город в Индии, где Тадж-Махал	Черточка в карандашном наброске	Знаменитый казахский акын	Парусник похода Чарльза Дарвина	Династия Белой розы в Англии										"Сплетенные" из звеньев	Певец Эдуард ...
		Куртка эскимоса								Всяк из экипажи рыцаря	Поставлен в лаборатории	... и джентльмены	Рабочее заводское здание		
Дворник в "Двенадцати стульях"	Стадия в жизни бабочки	Автомобили "Адам" и "Карл"										100 киндарок в кошельке албанца			
			Друг в Испании	Трава, ставшая сеном за сезон						Кристиан из мира моды и парфюма					
Много-слойный "сэндвич" из шпона	Герои-близнецы Кастор и ...							Офисная мебель с газ-лифтом	Актёр Луи	См. фото		Сыграна Милларом в фильме "Морозко"	Выпирающая грудь птахи		
				"Трепетные" рогатые животные					Сказка Прокофьева "..." и волк"						
"Пуанты" Плющенко	Авто с открывающимся верхом			Град со-кровенный из сказания	Князь им правил и владел						Растут, чтоб их срубили к Рождеству				
				И запас товаров, и образ мысли					Была столицей Хорезма						



ТЕЛЕК	У	В	И	Х	Ч	У	Ц	У	С	И	Я	Ч	Н	О	Х
	В	Е	Ш	Ж	Е	Л	К	О	У	Н	У	Л	Л		
	Ч	И	К	И	С	У	С	Ж	Л	И	О	Ш	И	В	
	И	У	Э	А	Э	У	О	А	Л	И	О	Ш	И	Л	
	Х	Э	П	У	В	К		И	В	Ч	А	В	Л	У	
	А	О	У	Я	Е	Л	С	У	Л	Л	Л	Л	Л	Л	
	И	Н	И	В	Л	О	Л	К	У	Ц	Ф	И	Ц	В	
	О	У	С	У	В	Ш	Е	О	А	Б	А	О	Л	С	О
	Л	В	К	А	Д	Л	О	Л	Ж	А	Д	Ч	У	У	
	С	У	У	У	О	У	К	Н	Ч	И	Л	Ш	И	Д	Ц

Ежегодно 19 августа православные христиане встречают великий двенадцатый праздник – Преображение Господне.

**В** этот день вспоминают одно из важнейших событий евангельской истории. Об этом рассказывают евангелисты Марк, Лука и Матфей.

### Свет Фавора

Произошло чудо Преображения на горе Фавор, куда с тремя учениками и отправился Иисус Христос, чтобы помолиться. Во время молитвы лицо Его изменилось, а одежды стали сверкающей белизны. Как было написано в Евангелии от Луки, Пётр, Иаков и Иоанн забылись дремой, а когда очнулись, увидели сияние Его славы и двух мужей, стоявших рядом с Ним. Это были ветхозаветные пророки Моисей и Илия, которые явились в сиянии славы. Кстати, понятие «слава» в Священном Писании выражает важнейшее свойство Бога – Его абсолютное величие. Проявляется оно в Богоявлениях. Пророки говорили Иисусу об исходе, который предстоял Ему в Иерусалиме, а когда собрались Его покинуть, на гору спустилось облако (символ присутствия Божия). Ученики, оказавшись в облаке, испугались и услышали глас Господень: «Се есть Сын Мой избранный, Его слушайте». Евангелист Марк уточняет, когда они спустились с горы, Спаситель велел Петру и его спутникам не рассказывать об увиденном, пока завещанное не исполнится, Сын Человеческий не восстанет из гроба.

### Зачем нужно было Преображение

Задолго до крестных страстей и смерти Спаситель начал готовить своих учеников, чтобы они правильно восприняли последующие события и факты. В то время даже апостолы, с которыми Иисус Христос общался, считали, что только царь Израилев может быть Мессией. Спасти род человеческий должен был пришедший на землю Сын Божий. Поэтому и было правильно, «чтобы Господь явил им царство славы своей прежде поругания своего и бесчестия, чтобы знали они, что заспят он не по немощи своей, а добровольно для спасения мира» (Ефрем Сирий).

# Преображение Господне



Церковь Преображения Господня на острове Кизи.



### ДЕТАЛИ

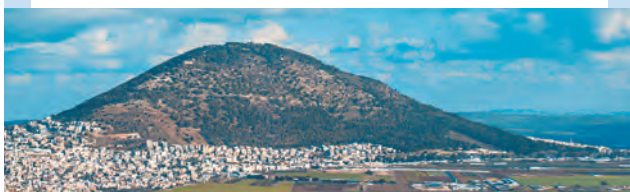
Цвет одежды священников в этот день – белый. Он символизирует нетварный божественный Фаворский свет.

Праздник Преображения Господня напоминает нам всем о необходимости личного духовного преобразования.

### ПОДРОБНОСТИ

#### О Фаворском свете в Библии:

- Светом Божества можно считать звезду, возвестившую Рождение Младенца Христа, то же сияние видели пастухи, когда им о Рождестве сообщили Ангелы.
- В книге Исход есть упоминание о терновом кусте, который горел пламенем и не сгорал, тот же свет сиял на лице порока Моисея после его встречи на горе Синай с Богом. Свет так сиял, что Моисею приходилось носить на лице покрывало, ибо глаза людей не могли стерпеть сияния нездешнего мира.
- Там, где повествуется об огненном столпе, который сопровождал при выходе из Египта народ Божий.
- Пророк Илия, живым взятый в Рай, отправился туда на огненной колеснице.



### Что подарить друзьям и близким на праздник

Естественно, яблоки. Таким подарком вы пожелаете тем, кто вам дорог, семейного благополучия, плодородия. Ведь яблоки считаются символом всего этого. И вместе с ними можно дарить картины и текстиль с изображениями этих фруктов, сувенирные яблочки, сделанные из дерева, металла, камня, соленого теста, бисера.



“Невыразимо явив на Фаворе неприступный свет, Владыка Христос наполнил тварь радостью и обожил человеков».  
Косьма Майумский

### Как правильно отметить праздник

Преображение имеет 1 день предпразднства (с 18 августа) и 7 дней попразднства (по 26 августа).

«Преобразился еси на горе, Христе Боже, показавый учеником Твоим славу Твою, якоже можаху. Да возсияет и нам, грешным, Свет Твой присносущный...» – так поется в церкви о Преображении. Господь ждет всех, кто желает встретиться с ним на молитве.

После службы в церкви и освящения плодов угощают всех яблоками, даже незнакомых людей, затем приступают к трапезе. Несмотря на пост в этот праздничный день можно есть рыбу.

лесными очами», но это потому, что очи получили силу Духа. И такого преобразования, «дабы весь человек обожился», может сподобиться каждый верующий.

Праздник Преображения – это явление Сына, когда Отец свидетельствует голосом из светлого облака Святого Духа. Это откровение всех Лиц Святой Троицы. Преображение на горе Фавор показало, что в Иисусе Христе соединено божественное и человеческое. И божественное было явлено в человеческой природе. Ефим Сирий писал: «Таким образом, гора представляла собой Церковь, потому что Иисус соединил на ней два завета, принятых Церковью, и показал нам, что Он есть Податель обоих».

### Яблочный Спас даров припас

По русской народной традиции великий двенадцатый праздник Преображения Господня еще именуется Вторым, или Яблочным, Спасом. Народное название праздник получил потому, что согласно Типикону (богослужебный устав) 19 августа освящаются плоды нового урожая: виноград, яблоки.

Освящение плодов проводится в конце праздничной литургии. Это выражение дара Богу от природы, которую Он благословил.

Очень точно написал об этом Иван Сергеевич Шмелёв: «Необыкновенно, весело – будто гости, и церковь – совсем ни церковь. И все, кажется мне, только и думают об яблоках. И Господь здесь думает об яблоках: Ему-то и принесли их – посмотри, Господи, какие! А Он посмотрит и скажет всем: «ну и хорошо, и ешьте на здоровье, детки!» И будут есть уже совсем другие, не покупные, а церковные яблоки, святые. Это и есть – Преображение».



Подготовила Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит о. Дионисия Киндюхина за помощь в подготовке материала





РЕН	ТНТ	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)</p> <p>05.00, 18.00, 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С Бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00, 03.10 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ЭЛИЗИУМ: РАЙ НЕ НА ЗЕМЛЕ». (16+)</p> <p>22.05 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p>	<p>02.10 «Импровизация». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>20.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)</p> <p>21.00 «БЕСПРИНЦИП-НЫЕ-3». (16+)</p> <p>22.00 «ГОДЗИЛЛА ПРОТИВ КОНГА». (12+) Конг и группа ученых отправляются в опасное путешествие в поисках родного дома гиганта. Среди них девочка Джия, единственная, кто умеет общаться с Конгом. Неожиданно они сталкиваются с разъяренным Годзиллой.</p> <p>00.10 «100 ВЕЩЕЙ И НИЧЕГО ЛИШНЕГО». (18+) Всю жизни Тони и Пауль пользовались всеми плодами цивилизации, но в какой-то момент решили, что пора выходить из зоны комфорта.</p> <p>02.10 «Импровизация». (16+)</p> <p>04.05 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.40 «Импровизация». (16+)</p>	<p>18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>12.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.45 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>20.30 «ИЗ ТЕМНОТЫ». (16+)</p> <p>22.15 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)</p> <p>23.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>00.30 Дневник экстрасенса с Дарией Воскобоевой. (16+)</p> <p>03.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны 02.0. (16+)</p> <p>07.00 Дорожные войны. (16+) Программа «Дорожные войны» - это своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными.</p> <p>08.50 Улётное видео. (16+)</p> <p>10.15 «СОЛДАТЫ-2». (12+) Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже доводщине.</p> <p>12.20 «СОЛДАТЫ-3». (12+)</p> <p>16.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>17.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.20 Невероятные истории. (16+)</p>	<p>12.55 «Есть тема!»</p> <p>06.00 «Звезды без правил». (12+)</p> <p>06.30 «Всё о главном». (12+)</p> <p>07.00, 09.30, 12.50 Новости</p> <p>07.05, 16.25, 19.00, 21.30, 23.45 Все на Матч!</p> <p>09.35, 12.30, 01.35 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.55 Бокс. Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>12.55 «Есть тема!»</p> <p>14.25 Регби. «Химик» (Дзержинск) - «Металлург» (Новокузнецк). PARI ЧР. Пр.тр.</p> <p>16.55 Футбол. «КАМАЗ» (Набережные Челны) - «Арсенал» (Тула). МЕЛБЕТ-Первая Лига. Прямая трансляция</p> <p>19.25 Футбол. «Торино» - «Кальяри». Пр.тр.</p> <p>21.40 Футбол. «Болонья» - «Милан». Пр.тр.</p> <p>00.35 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)</p> <p>01.55 Футбол. Чемпионат Бразилии. Пр.тр.</p>	<p>02.30 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>06.35, 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.00 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.00 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.15, 23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.30, 00.35 «Порча». (16+)</p> <p>13.00, 01.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35, 01.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10, 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 «БАБОЧКИ И ПТИЦЫ». (16+) Россия, 2019 г. Мелодрама. Со стороны жизни Ольги могла бы позавидовать каждая женщина - умница-красавица, прекрасный муж, любящий сын, своё дело.</p> <p>19.00 «НЕЧАЯННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>02.30 «ПОЗДНИЙ СРОК». (16+)</p>	

Служебная комната для врачей	Привычка восприятия																					

**ГУПСОЦГАРАНТИЯ**  
ДОСТОЙНАЯ ЖИЗНЬ НА ПЕНСИИ

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ  
ВЫ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ:

- Крупную денежную выплату
- Ежемесячную ренту – «вторую пенсию»
- Круглосуточный уход и помощь по хозяйству
- Полную оплату ЖКХ

**ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В КВАРТИРЕ  
ГАРАНТИРОВАНО ГРАЖДАНСКИМ КОДЕКСОМ РФ  
И ДОГОВОРОМ**

**ЗВОНИТЕ! ТЕЛ: 8 (495) 727-28-28**  
Защитим ваши права по договору ренты.

Реклама, ОГРН 1227700708025

**ДУАЛЬ**

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

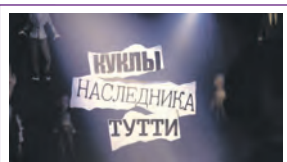
По горизонтали: Атомщик. Кисея. Прокатка. Конкурс. Цитрус. Псовист. Жук. Анкер. Мойва. Жаба. Формалист. Наждак. Пингвин. Апрель. По вертикали: Китолов. Мешковина. Торс. Максимум. Интерн. Лассо. Простенок. Коллега. Квасник. Ржанка. Абажур. Умник. Файл.

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





**1 ПЕРВЫЙ**



19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»  
 09.00 Новости (с субтитрами)  
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)  
 10.00 «Жить здорово!» (16+)  
 10.50 Информационный канал. (16+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 Информационный канал. (16+)  
 15.00 Новости (с субтитрами)  
 15.15 Информационный канал. (16+)  
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)  
 16.50 Информационный канал. (16+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 18.30 Информационный канал. (16+)  
 19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)  
 21.00 «Время»  
**22.00 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ».** (12+)  
 23.15 «Большая игра». (16+)  
 00.15 «Вызов». О фильме, покорившем космос. (12+)  
 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма». (16+)  
 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «50 мгновений весны». (16+)  
 01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Кот Шрёдингера». (16+)  
 02.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)

**5 5-Й КАНАЛ**

05.00 «Известия». (16+)  
**05.25 «ПОДСУДИМЫЙ».** (16+)  
 08.55 «Знание - сила». (0+)  
 09.00 «Известия». (16+)  
**09.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД».** (16+)  
 13.00 «Известия». (16+)  
**13.30 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД».** (16+)  
**14.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ-4».** (16+)  
 17.00 «Известия». (16+)  
**17.30 «СЛЕД».** (16+)  
**21.25 «СВОИ-5».** (16+)  
**22.20 «СВОИ-3».** (16+)  
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
**00.30 «СВОИ-4».** (16+)  
**02.40 «СЛЕД».** (16+)  
**03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

**РОССИЯ 1 РОССИЯ**



14.55 «ГОДУНОВ». (16+)

05.00 Утро России  
 09.00 Вести. Местное время  
 09.30 Утро России  
 09.55 О самом главном. (12+)  
 11.00 Вести  
 11.30 «60 минут». (12+)  
 14.00 Вести  
 14.30 Вести. Местное время  
**14.55 «ГОДУНОВ».** (16+)  
 Мария Нагая признаёт в Григории Отрепьеве своего сына. Илейка обманом пробирается в темницу к Ксении, предлагает бежать вместе, но она отказывается. Нечай и Илейка ссорятся. Илейку опрашивают в Смоленск помогать оборонять границы государства.  
 16.00 Вести  
 16.30 «Малахов». (16+)  
 17.30 «60 минут». (12+)  
 20.00 Вести  
 21.05 Вести. Местное время  
**«СПАССКАЯ».** (12+)  
 В бассейне пансионата найден мёртвым директор продуктового рынка Николай Поташ. Смерть произошла от удара током упавшего в воду обогревателя. Несчастный случай или убийство? Осмотр зоны отдыха при бассейне установил, что перед смертью Поташ был не один.  
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
**02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ».** (12+)  
**03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (12+)

**ТЕЛЕКАНАЛ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА**

**05.10 13.25, 15.05, 17.15, «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ».** (16+)  
 07.00 «Сегодня утром». (12+)  
 09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня. (16+)  
 09.15, 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
**11.00 «РОДНАЯ КРОВЬ».** (12+)  
 15.00 Военные новости. (16+)  
 18.00 «Курская битва». (16+)  
 18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
 19.55 «По горячим следам». (16+)  
 20.10 «Улика из прошлого». (16+)  
 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)  
 23.15 «Оружие Победы. Щит и меч Красной армии». (16+)

**ТВУ ТВЦ**



11.50 «СТАЖЁРЫ». (16+)

06.00 «Настроение»  
**08.20 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ».** (12+)  
 10.35 «Станислав Говорухин. Он много знал о любви». (16+)  
 11.30 События  
**11.50 «СТАЖЁРЫ».** (16+)  
 13.40 «Мой герой». (12+)  
 14.30 События  
 14.50 Город новостей  
**15.05 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА».** (12+)  
 «Валентина Легкошупова. На чужом несчастье». (16+)  
 17.50 События  
**18.10 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ».** (12+)  
 Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: А. Хабаров, А. Лошакова. У профессора Ильи Субботина странное хобби - он разгадывает преступления.  
 22.00 События  
 22.35 «Формула успеха». (16+)  
 23.10 «Месть брошенных жён». (16+)  
 00.00 События. 25-й час  
 00.30 «Петровка, 38». (16+)  
 00.45 «Тайная комната. Борис Джонсон». (16+)  
 01.25 Прощание. (16+)  
 02.10 «Гражданская война. Забытые сражения». (12+)  
 02.50 «Осторожно, мошенники!» (16+)  
 04.40 «Станислав Говорухин. Он много знал о любви». (16+)  
 05.20 «Мой герой». (12+)

**ОТР ОТР**

06.00 «Коллеги». (12+)  
**06.40 18.05 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ».** (16+)  
 07.30, 11.05, 17.00 «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 11.35, 22.35 «ОТТЕПЕЛЬ».** (16+)  
 12.30 «Ал. Богданов». (12+)  
**15.10 «СЛУЖИЛИ ДВА ТОВАРИЩА».** (12+)  
 16.40 «Курская дуга». (12+)  
 17.25 «Остров». (12+)  
 17.35 «Человек и судьба». (12+)  
**21.00 «МАГНИТНЫЕ БУРИ».** (12+)  
 00.25 «Что машины не могут делать? Или AI-2020».

**НТВ НТВ**



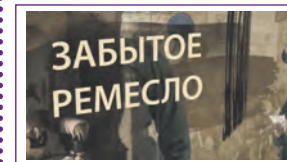
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

**04.55 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)  
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
 08.00 «Сегодня»  
**08.25 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)  
 10.00 «Сегодня»  
**10.35 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ».** (16+)  
 Тамара с Зубовым видят, как двое братков Пузыря грубо выкидывают с рынка цыганок Земфиру и ее дочь Лолу. Зубов за них вступается. На праздновании дня рождения Штольца Фаддей дарит юбиляру породистого жеребца.  
 13.00 «Сегодня»  
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
 14.00 «Место встречи»  
 16.00 «Сегодня»  
**16.45 «ЗИМОРОДОК».** (16+)  
 19.00 «Сегодня»  
**20.00 «АНОНИМНЫЙ ДЕТЕКТИВ».** (16+)  
 Туранский намекает Михаилу Ходакову, что обещанное ему место в руководстве может занять Олег Рубцов. Михаил идёт к начальству с целью «настучать» на Рубцова. Ларионов, осознавая, что теряет часть бизнеса, пытается помириться с Натальей и провоцирует её на интимные отношения.  
 23.20 «Сегодня»  
 23.40 «Путь бойца». (18+)  
**01.10 «БРАТАНЫ».** (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 «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, 01.45 «Сити». (12+)  
 13.45, 01.40 «Доктор 24». (12+)  
 16.10 «Выборы 2023». (12+)  
 18.15 «Интервью». (12+)  
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)  
 21.20, 23.40, 04.35 «Московский патруль». (16+)  
 23.15, 02.35, 05.15 «Рейд 112». (16+)

**РОССИЯ К РОССИЯ К Культура**



12.15 «Забытое ремесло»

06.30 «Пешком...»  
 07.05 Легенды мирового кино  
 07.35, 16.15 «Репортажи из будущего»  
 08.15 «Жизнь и судьба»  
**08.45 «ПРОДАННЫЙ СМЕХ»**  
 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры  
 10.15 «Цитаты из жизни»  
**11.00 «СТРАТЕГИЯ РИСКА»**  
 12.15 «Забытое ремесло»  
 12.45 «Рассказы из русской истории»  
 13.40, 02.20 «Запечатленное время»  
 14.10 «Эрмитаж»  
**14.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»**  
 Цвет времени  
 17.15, 00.45 Музыка эпохи барокко. «Ночь королей». Жорди Саваль, оркестр Le Concert des Nations и Королевская капелла Каталонии  
 18.15 «Рассекреченная история»  
 80 лет со дня разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Курской битве.  
 18.45, 01.40 «Анатолий Папанов. Тайники души»  
 19.45 Письма из провинции  
 20.15 Абсолютный слух  
 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»  
 21.10 Спектакль «Крейцеров соната»  
 23.10 «Случай Понтекорво»  
**00.00 «СТРАЖА»**  
 03.00 Перерыв в вещании

**360° ПОДМОСКОВЬЕ**

05.00 «Новости МО». (16+)  
 06.00, 04.25 «Публицистическая программа». (12+)  
 06.30 «Самое вкусное». (12+)  
 07.00 «Вкусно 360». (12+)  
 08.00, 08.35, 15.25, 16.10 «Вместе с наукой». (12+)  
 08.30, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00 «Новости 360». (16+)  
 09.00, 20.05 «Великая война». (12+)  
 10.00, 19.00 «ИАП». (16+)  
 11.05, 04.50 «ЧП 360». (16+)  
 11.10 «Быстрые деньги». (12+)  
 12.20, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05, 03.10 «Погода 360». (6+)  
 12.30, 15.10, 18.10, 03.00 «Лето в Подмосковье». (12+)  
 12.40, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 «Внимание! Еда!» (12+)  
 13.00 «Викторина 360». (0+)  
 14.30, 00.50 «Погода». (16+)  
 17.30 «Суперферма 360». (12+)  
 18.30, 00.25 «Город с историей». (12+)  
 21.05, 21.35, 22.00, 22.30 «Закрытый архив». (16+)

**СТС СТС**



17.15 ШОУ «УРАЛЬСКИХ ПЕЛЬМЕНЕЙ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)  
 06.30 «Простоквашино». (0+)  
 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
 08.00 Уральские пельмени. (16+)  
 09.00 «Полное погружение». (6+)  
 10.40 «Команда котиков». (6+)  
 12.40 «Сила девяти богов». (12+)  
**14.55 «ВСПОМНИТЬ ВСЁ».** (16+)  
 США - Канада, 2012 г. Фантастический боевик. В ролях: Колин Фаррелл, Кейт Бекинсейл. В 2132 году после глобальной химической войны на Земле осталось два острова, где может жить человек.  
 17.15 Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
**18.30 «УХОЖУ КРАСИВО».** (16+)  
**20.00 «БЕЗ ЛИЦА».** (16+)  
 США, 1997 г. Фантастический триллер. В ролях: Джон Траволта, Николас Кейдж. Чтобы отомстить за жестокое убийство своего сына, агент ФБР Шон Арчер соглашается на сложную хирургическую операцию.  
**23.00 «KINGSMAN: ЗОЛОТОЕ КОЛЬЦО».** (18+)  
**01.50 «ПАПИНЫ ДОЧКИ».** (0+)  
 05.10 «6 кадров». (16+)  
 05.20 «Мультфильмы». (0+)  
 05.50 Ералаш. (0+)

**МОСКВА. ДОВЕРИЕ**

06.05, 07.30, 00.15 «Мой район. Навигатор». (16+)  
 06.15, 06.45, 07.10 «Мой район. Энциклопедия. (12+)  
 07.40, 16.55, 03.15 «Тайны кино». (12+)  
**08.30 «АКВАЛАНГИ НА ДНЕ».** (6+)  
 09.55 «Тайны нашей эстрады». (12+)  
 10.25 «Раскрывая тайны звезд». (12+)  
**11.10 20.00 «ДВА КАПИТАНА».** (6+)  
**14.00 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ».** (12+)  
**15.35 «ЮНГА СО ШХУНЫ КОЛУМБ».** (6+)  
 17.45 Звезды советского экрана. (12+)  
**18.15 00.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)  
**22.45 «ВСЕГО ОДНА НОЧЬ».** (12+)  
 00.25 «Москва на все времена». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ОХОТНИКИ ЗА РАЗУМОМ». (16+)</p> <p>05.00, 18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!». (16+)</p> <p>08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>10.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00, 16.00, 19.00 Инфор. программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00, 03.10 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ОХОТНИКИ ЗА РАЗУМОМ». (16+)</p> <p>22.00 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>00.30 «ПРЕЗИДЕНТ ЛИНКОВЫЙ: ОХОТНИК НА ВАМПИРОВ». (18+)</p>	<p>09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>09.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>14.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.00 «ЖЕНЩИНЫ ПРОТИВ МУЖЧИН: КРЫМСКИЕ КАНИКУЛЫ». (16+)</p> <p>Сбросив оковы трехлетнего «счастья вместе», изможденные самцы еле выдохнули. Ну ничего, теперь они в Крыму, где спиртное хлещет водопадом и можно расслабиться по-мужски. Но не тут-то было!</p> <p>19.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)</p> <p>21.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ-3». (16+)</p> <p>22.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)</p> <p>00.00 «ПЛЕЙБОЙ ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)</p> <p>01.55 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.50 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.30 «Импровизация». (16+)</p>	<p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>12.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>14.30 Герои. (16+)</p> <p>15.45 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>20.30 «МОДИФИКАТЫ». (16+)</p> <p>22.30 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)</p> <p>23.45 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>00.45 «Далеко и ещё дальше с Михаилом Кожуховым». (16+)</p> <p>02.15 «Тайные знаки». (16+)</p>	<p>08.50 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.00 Дорожные войны 02.0. (16+)</p> <p>07.30 Дорожные войны. (16+)</p> <p>08.50 Улётное видео. (16+)</p> <p>10.15 «СОЛДАТЫ-3». (12+)</p> <p>16.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>Новое шоу о решительных и смелых. Две команды из трех человек борются за крупный денежный приз. Каждому из участников придется испытать себя на прочность: есть гусениц, лежать в ванне со змеями, собирать тараканов голыми руками и брить голову налысо. Телезрителей ждет гремучая смесь азарта, страха и неожиданностей.</p> <p>17.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.20 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.30 Дорожные войны 02.0. (16+)</p>	<p>12.30 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>06.00, 14.25 «Звёзды без правил». (12+)</p> <p>06.30 «Наши иностранцы». (12+)</p> <p>07.00, 09.30, 12.50, 14.55, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 15.30, 18.30, 21.00, 00.00 Все на Матч!</p> <p>09.35, 12.30 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.55 Бокс. Чемпионат России. Пр.тр. «Есть тема!»</p> <p>12.55 «Есть тема!»</p> <p>15.00 География спорта. (12+)</p> <p>16.25 Футбол. «Сахалинец» (Москва) - «Леон Сатурн» (Раменское). FONBET Кубок России. Прямая трансляция</p> <p>18.55 Футбол. «Текстильщик» (Иваново) - «Амкал» (Москва). FONBET Кубок России. Пр.тр.</p> <p>21.45 Футбол. Лига чемпионов. Раунд плей-офф. Прямая трансляция</p> <p>00.55 Футбол. Лига чемпионов. Раунд плей-офф. (6+)</p>	<p>02.30 «СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ». (16+)</p> <p>06.30, 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.20 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.20 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.35, 23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.50, 00.35 «Порча». (16+)</p> <p>13.20, 01.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.55, 01.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.30, 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>15.05 «БАРХАТНЫЙ СЕЗОН». (16+)</p> <p>У Маши Заречкой есть всё, о чём может мечтать девушка: квартира, перспективный жених, предстоящая работа светским хроникером в гламурном журнале. Есть одна проблема.</p> <p>19.00 «КАК МЫ ЛЮБИЛИ ДРУГ ДРУГА». (16+)</p> <p>02.30 «СЕМЕЙНЫЙ ПОРТРЕТ». (16+)</p> <p>05.30 «6 кадров». (16+)</p>	



## 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. Позвоните и вызовите ритуального агента сразу после подтверждения факта смерти экстренными службами или медицинским учреждением.
2. Запишите ФИО и табельный номер назначенного сотрудника. Агент приедет в ближайшее время.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного, документы сопровождающих.
4. Проконсультируйтесь у прибывшего агента по вопросу бесплатного места на кладбище в соответствии с Федеральным Законом №8.
5. Обсудите с агентом варианты погребения, оформите заказ по фиксированным ценам.

## Индексация льгот с 1 февраля 2023 года

Основания для получения социального пособия на погребение в размере **7 793 рублей 48 копеек** (в течение 6 месяцев с момента смерти):

- ▶ гербовое свидетельство о смерти;
- ▶ справка по форме №11.

В случае смерти безработного москвича (включая пенсионеров) предоставляется доплата в размере **13 888 рублей 00 копеек**.

 **+7 499 100 6 100**

Круглосуточные консультации по вопросам организации похорон по телефону или на сайте RITUAL.RU



**СПОРТ**

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00, 04.55** Бокс. Чемпионат России. Прямая трансляция из Хабаровска
- 07.50, 10.00, 13.25, 15.55** Новости
- 07.55, 01.30** «Жестокий спорт. Бокс». (12+)
- 08.20** «Каждому – спорт!» Специальный репортаж. (12+)
- 08.40** «Здоровый образ». (12+)
- 09.10, 12.45** «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
- 09.30** «Спортивный интерес». (12+)
- 10.05** Регби. PARI Чемпионат России. «Химик» (Дзержинск) – «Металлург» (Новокузнецк). (12+)
- 11.55** Автоспорт. Российская Дрифт серия. Гран-при 2023. Трансляция из Красноярска. (6+)
- 13.05** «Лица страны. Виктория Комова». (12+)
- 13.30, 23.50** Художественная гимнастика. Гала-концерт. Трансляция из Москвы. (6+)
- 15.10** «Магия большого спорта». (12+)
- 15.35, 22.10** Специальный репортаж. (12+)
- 16.00** «Что по спорту? Махачкала». (12+)
- 16.30** Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. Historic Touring Cup. Трансляция из Московской области. (6+)
- 17.45** Бокс. Чемпионат России. Трансляция из Хабаровска. (16+)
- 19.25** Хоккей. Турнир имени Н. Г. Пучкова. СКА (Санкт-Петербург) – «Автомобилист» (Екатеринбург). Прямая трансляция
- 21.50** «Небесная грация». (0+)
- 22.30** «Есть тема!» (16+)
- 02.00** Пляжный футбол. OLMРВЕТ Чемпионат России. ЦСКА – «Крылья Советов» (Самара). (0+)
- 03.15** Пляжный футбол. OLMРВЕТ Чемпионат России. «Спартак» (Москва) – «Локомотив» (Москва). (0+)
- 04.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)

**МУЗЫКА**

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Лайкер. (16+)
- 06.00** Муз'итив. (16+)
- 06.40, 08.40, 15.00, 18.00, 23.00** Pro-новости. (16+)
- 07.00** У-Дачный чарт. (16+)
- 08.00** Лайкер. (16+)
- 09.00** DFM – Dance chart. (16+)
- 10.00** Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 12.00** Юмор FM чарт. (16+)
- 13.00** Хиты по-русски. (16+)
- 14.00** Новое радио чарт. (16+)
- 15.20** В десятку! (16+)
- 16.00** Приехали! Геленджик. (16+)
- 16.30, 17.00** Ждите ответа. (16+)
- 18.20** Плейлист. Лето. (16+)
- 19.00** Русский чарт. (16+)
- 20.00** Хит-сториз. Филипп Киркоров «Зайка моя». (16+)
- 20.35** Лайкер. (16+)
- 22.00** Табор уходит к звездам: заколдованный шоу-биз. (16+)
- 23.20** Плейлист по кафе. (16+)
- 00.20** Залетай в тренды. (16+)
- 01.35** Лайкер. (16+)
- 03.00** Золотая лихорадка. (16+)

**ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ**

- МУЛЬТ**
- 06.00, 11.30, 19.25** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 06.30, 14.30, 21.00** «Смешарики». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00, 13.00, 19.00** «Барбоскины». (0+)
- 08.25, 13.25, 20.30** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 09.30** «Чуч-Мяуч». (0+)
- 10.00, 17.30, 22.00** «Фиксики». (0+)
- 10.30** «Кошечки-собачки». (0+)
- 11.00** «Геройчики». (0+)
- 14.00** «Фиксики. Дай пять! Трансформатор». (0+)
- 15.00, 23.00** «Ник-изобретатель». (0+)
- 15.30** «Простоквашино». (0+)
- 17.00** «Кот Леопольд». (0+)
- 18.00** «Буба». (6+)
- 18.25** «Лунтик». (0+)
- 20.00** «Лео и Тиг». (0+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.30** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 22.35** «Бодо Боро. БОДОпутешествия». (0+)
- 05.00** «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 07.00** О! Музыка! (0+)
- 07.30** «Совёнок Ху-Ху». (0+)
- 08.00** «ТриО!» (0+)
- 08.20** «Царевны». (0+)
- 10.20** «Пластилинки». (0+)
- 10.30** «Команда СТИМ!» (6+)
- 11.30** «Три кота». (0+)
- 13.20** «Малыши дикой природы». (0+)
- 13.30** «Фиксики». (0+)
- 15.50** «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 16.10** «Смешарики». (0+)
- Приглашаем вас в мир Смешариков – забавных круглых друзей, невзростных выдумщиков, проказников и непосед!
- 18.30** О! Музыка! (0+)
- 19.00** «Оранжевая корова». (0+)
- 21.00** «Пластилинки». (0+)
- 21.05** «Команда СТИМ!» (6+)
- 22.10** «Три кота». (0+)
- 00.00** «ТриО!» (0+)
- 00.20** «Совёнок Ху-Ху». (0+)
- 00.50** «Малыши дикой природы». (0+)
- 01.00** «Фиксики». (0+)
- 03.10** «Смешарики». (0+)

**ДЕТСКИЙ МИР**

- 06.00, 12.35, 18.00** «Фиксики». (6+)
- 06.30, 12.00, 18.30** «Гормити». (6+)
- 07.05, 13.00, 19.05** «Смешарики». (6+)
- 07.30, 19.30** «Ювик с планеты Ю». (12+)
- 07.35, 13.30, 19.35** «Легенды Спарка». (6+)
- 08.20, 15.55, 20.45** «Октонавты». (0+)
- 08.45, 16.15, 20.45** «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
- 08.50, 16.20, 20.50** «Металлионы». (6+)
- 09.30, 17.00, 21.30** «Команда Флоры». (6+)
- 09.55, 17.25, 21.55** «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)
- 10.00, 17.30** «Роботы-поезда». (6+)
- 10.30, 22.30** «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
- 11.35, 15.40, 22.20, 23.35** «Енотки». (0+)
- 14.15** «Спина к спине». (6+)
- 14.25** «Снежная королева-2: Перезаморозка». (0+)
- 22.00** «Бабушкины сказки». (12+)
- 22.10** «Granny's Fairytales». (12+)

**СОЛНЦЕ**

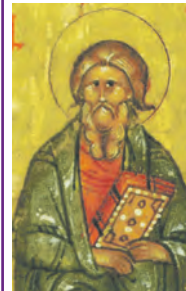
- 05.00** «Маша и Медведь». (0+)
- 07.00** «Ералаш». (6+)
- 07.55** «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
- «Классная школа» – динамичное скетч-шоу для школьников разного возраста, а также их родителей. Каждый выпуск – это один день из жизни школы. Место действия – обычная-необычная школа.
- 09.00** «Тара Дункан». (6+)
- 10.20** «Фиксики. Дай пять!» (0+)
- 11.00** «Фиксики». (0+)
- 12.30** «Простоквашино». (0+)
- 15.00** «Ералаш». (6+)
- 16.00** «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)
- 17.05** «МАНЮНЯ». (6+)
- 18.05** «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 20.30** «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)
- Сериал. Россия, 2017 г.
- 22.30** «ФИТНЕС». (16+)
- 23.35** «ДУБЛЕР». (16+)
- 01.10** «Ералаш» (субтитры). (6+)
- 14.15** «Улётная доставка». (0+)
- 14.50** «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 15.00** Час «Союзмультфильма». (0+)
- 16.05** «Клуб Винкс». (6+)
- 17.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 18.00** «Команда Флоры». (0+)
- 19.00** «Лео и Тиг». (0+)
- 20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45** «Лунтик». (0+)
- 22.00** «Инфинити Надо». (6+)
- 22.30** «Гангстерские золотые города». (6+)
- 23.40** «Сказка о золотом петушке». (0+)
- 00.10** «Три мешка хитроостей». (0+)
- 00.30** «Театр Берилияки». (0+)
- 00.45** «ПРОСТО УЖАС!» 2 серия. (0+)
- 01.55** «Давайте рисовать!» (0+)
- 02.20** «Царевны». (0+)
- 03.25** «Лапы, морды и хвосты». (0+)
- 03.40** «Тима и Тома». (0+)

**ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ**

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** Расскажи мне о Боге. (6+)
- 05.40** «МАТРОС ЧИЖИК». (0+)
- 07.20** Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.00, 09.00** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 10.00** Византия. Жизнь после смерти. Миссия к Славянам. IX-X века. 13 серия. (0+)
- 10.50** В поисках Бога. (6+)
- 11.25, 22.40** Пилигрим. Великий северный путь. (6+)
- 12.15** Простые чудеса. (12+)
- 13.05, 21.00** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
- 13.40, 14.05, 14.30** Монастырская кухня. (0+)
- 15.00** Благословенный остров. (0+)
- 15.55** «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (0+)
- 17.25** «СОЛДАТЫ». (12+)
- 19.30** Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 20.30** День Ангела. Преподобный Савва Сторожевский. (0+)
- 21.50, 03.30** Византия. Жизнь после смерти. Раскол церкви: мировая катастрофа. XI век. 14 серия. (0+)
- 23.30** Апокалипсис. Глава 16. (18+)
- 00.40** День Патриарха. (0+)
- 00.55** Восход победы. Курская битва. (0+)
- 01.40** Простые чудеса. (12+)
- 02.25** Парсуна. С Владимиром Легондой. (6+)
- 04.10** Вечер на СПАСЕ. (0+)

**Православный календарь**

22 августа  
Седмица 12-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Попразднство Преображения Господня.  
Апостола Матфия.



Собор Соловецких святых. Прп. Псоа Египетского. Мчч. Иулиана, Маркиана, Иоанна, Иакова, Алексия, Димитрия, Фотия, Петра, Леонтия, Марии патрикии, протоспафария Григория и двух юношей, за икону Христа пострадавших. Мч. Антония Александрийского. Свт. Филарета, архиеп. Черниговского. Прмц. Маргариты.

Успенский пост.

«Кто говорит одно, а в сердце имеет другое в лукавстве, у того молитвы тщетны».  
Прп. Авва Исаия

**ПОДПИСКА на 2-е полугодие 2023 г.**

**ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ! Продолжается подписка на 2-е полугодие 2023 на издание «ТЕЛЕК Pressa.ru».\***



Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Подписной индекс **П2939** в каталоге «Почта России»  
Газета выходит 1 раз в неделю

Стоимость ПОДПИСКИ на газету «ТЕЛЕК Pressa.ru»\* на 2-е полугодие 2023 г.

на 1 месяц	на 2 месяца	на 3 месяца	на 4 месяца
251,83 ₹	503,66 ₹	755,49 ₹	1007,32 ₹

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

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

**ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА**

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

инструкция онлайн-подписки на сайте [podpiska.pochta.ru](https://podpiska.pochta.ru) и через мобильное приложение «Почта России»

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

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

Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.

Выберите газету\* (по индексу – П2939 или названию – «ТЕЛЕК Pressa.ru»).

Выберите способ доставки.

Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.

Выберите период подписки.

Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.

Оплатите заказ банковской картой.

**П2939 «ТЕЛЕК Pressa.ru»**

**ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

**1** ПЕРВЫЙ



00.15 «Вызов». О фильме, покорившем космос. (12+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»  
09.00 Новости (с субтитрами)  
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)  
10.00 «Жить здорово!» (16+)  
10.50 Информационный канал. (16+)  
12.00 Новости (с субтитрами)  
12.15 Информационный канал. (16+)  
15.00 Новости (с субтитрами)  
15.15 Информационный канал. (16+)  
16.00 «Мужское / Женское». (16+)  
16.50 Информационный канал. (16+)  
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
18.30 Информационный канал. (16+)  
19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)  
21.00 «Время»  
22.00 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)  
23.15 «Большая игра». (16+)  
00.15 «Вызов». О фильме, покорившем космос. (12+)  
00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Все хотят летать». (16+)  
01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «20 лет спустя». (16+)  
01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «Анекдоты». (16+)  
02.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)

**5** 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)  
05.25 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)  
09.00 «Известия». (16+)  
09.30 «АЛЕША». (16+)  
13.00 «Известия». (16+)  
13.30 «АЛЕША». (16+)  
14.00 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)  
Приключения знаменитых морских дьяволов не заканчиваются - каждый из них стал главным героем нового киноцикла.  
17.00 «Известия». (16+)  
17.30 «СЛЕД». (16+)  
21.25 «СВОИ-5». (16+)  
22.20 «СВОИ-3». (16+)  
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
00.30 «СВОИ-4». (16+)  
02.40 «СЛЕД». (16+)  
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



14.55 «ГОДУНОВ». (16+)

- 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 «ГОДУНОВ». (16+)  
Нечай под руководством Шуйского, Мстиславского и Голицына поднимает народный бунт. Отрепьева убивают. Царём е становится Василий Шуйский.  
16.00 Вести  
16.30 «Малахов». (16+)  
17.30 «60 минут». (12+)  
20.00 Вести  
21.05 Вести. Местное время  
21.20 «СПАССКАЯ». (12+)  
На горнолыжном курорте найден замёрзшим до смерти молодой человек Кирилл Кедрин. Выясняется, что кататься на лыжах он приехал не один, а с большой компанией своих бывших однокурсников-медиков. Судмедэксперт Матусевич выясняет, что Кедрин убили - сломали ногу и оставили умирать на морозе.  
23.30 Курская дуга. 80 лет победы. Концерт-посвящение  
01.10 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
03.50 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

**ЗВЕЗДА** ЗВЕЗДА

- 05.10, 13.25, 15.05, 17.15 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)  
07.00 «Сегодня утром». (12+)  
09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня. (16+)  
09.15, 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
11.00 «ОЖИДАНИЕ ПОЛКОВНИКА ШАЛЫГИНА». (12+)  
15.00 Военные новости. (16+)  
18.00 «Курская битва». (16+)  
18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
19.55 «По горячим следам». (16+)  
20.10 «Секретные материалы». (16+)  
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)  
23.15 «ТЫ ДОЛЖЕН ЖИТЬ». (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «СТАЖЁРЫ». (16+)

- 06.00 «Настроение»  
08.25 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (12+)  
10.25 «Клара Лучко и Сергей Лукьянов. Украденное счастье». (16+)  
11.30 События  
11.50 «СТАЖЁРЫ». (16+)  
13.40 «Мой герой». (12+)  
14.30 События  
14.50 Город новостей  
15.00 03.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)  
Следователь Богомолова просит Евгению помочь разобраться с убийством бизнесмена.  
16.55 «Леонид Филатов. Испупление грехов». (16+)  
17.50 События  
18.10 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ». (12+)  
22.00 События  
22.35 «Формула успеха». (16+)  
23.05 «Курская битва». (16+)  
00.00 События. 25-й час  
00.30 «Петровка, 38». (16+)  
00.45 «Хроники перелома. Ельцин против Горбачёва». (16+)  
01.25 «Знак качества». (16+)  
02.05 «Гражданская война. Забытые сражения». (12+)  
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)  
04.45 «Короли эпизода». (16+)  
05.20 «Мой герой». (12+)

**ОТР** ОТР

- 06.00 «За дело! Поговорим». (12+)  
06.40 18.05 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)  
07.30, 11.05, 17.00 «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, 11.35, 22.35 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)  
12.30 «Человек и судьба». (12+)  
15.10 «МАГНИТНЫЕ БУРИ». (12+)  
16.40 «Курская дуга». (12+)  
17.25 «Королевский бутерброд». (12+)  
17.35 «Свет и тени». (16+)  
21.00 «ТЫ СОЗВЕЗДИИ БЫКА». (12+)

НТВ



16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
08.00 «Сегодня»  
08.25 «ПЁС». (16+)  
10.00 «Сегодня»  
10.35 «ПЁС». (16+)  
Максимов встречается с Леной на кладбище. Оба приходят к могиле Жарова на 9 дней, больше никто не пришёл. Лена не успевает сказать бывшему мужу, что означает слово «Роза», так как неожиданно появляется Гнездилов, и Максимова приходится срочно бежать.  
13.00 «Сегодня»  
13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
14.00 «Место встречи»  
16.00 «Сегодня»  
16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)  
19.00 «Сегодня»  
20.00 «АНОНИМНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)  
Рубцов приходит в группу анонимных алкоголиков, которую посещала Татьяна, предполагая, что один из участников может быть причастен к её смерти. Накануне Татьяна поссорилась с одной из участниц - Ольгой Казаковой, муж которой сидел за убийство. Из-за связи Олега с Татьяной Наталья решает развестись с мужем.  
23.20 «Сегодня»  
23.40 «Путь бойца». (18+)  
01.30 «БРАТАНЫ». (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, 05.00, 05.30 «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, 01.45 «Сити». (12+)  
13.45, 16.45 «Доктор 24». (12+)  
18.15 «Интервью». (12+)  
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)  
21.20, 23.40, 04.35 «Московский патруль». (16+)  
23.15, 02.35, 05.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



08.15 «Жизнь и судьба»

- 06.30 «Пешком...»  
07.05 Легенды мирового кино  
07.35, 16.15 «Репортажи из будущего»  
08.15 «Жизнь и судьба»  
08.45 «РЫЖИЙ, ЧЕСТНЫЙ, ВЛЮБЛЕННЫЙ»  
10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры  
10.15 «Случай Понтекорво»  
11.00 «СТРАТЕГИЯ РИСКА»  
12.15 «Забываемое ремесло»  
12.45 «Рассказы из русской истории»  
14.20 «Первые в мире»  
14.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»  
15.45, 01.55 «Роман в камне»  
17.15 Музыка эпохи барокко. Дмитрий Синьковский  
17.50 «Архипелаг Земля»  
«Архипелаг Земля» - научно-популярный документальный фильм о научной экспедиции к Земле Франца-Иосифа.  
18.45, 01.15 «Острова»  
19.55 Письма из провинции  
20.25 Спектакль «Обыкновенная история»  
22.45 «Чистая победа». 80 лет со дня разгрома фашистских войск в Курской битве  
23.30 Курская дуга. 80 лет победы. Концерт-посвящение  
02.25 «Запечатленное время»  
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)  
06.00, 04.25 «Публицистическая программа». (12+)  
06.30 «Самое вкусное». (12+)  
07.00 «Вкусно 360». (12+)  
08.00, 08.35, 15.25, 16.10 «Вместе с наукой». (12+)  
08.30, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00 «Новости 360». (16+)  
20.05 «Великая война». (12+)  
09.05, 19.00 «ИАП». (16+)  
11.05, 04.50 «ЧП 360». (16+)  
11.10 «Быстрые деньги». (12+)  
12.20, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05 «Погода 360». (6+)  
12.30, 15.10, 18.10, 03.00 «Лето в Подмоскovie». (12+)  
12.40, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 «Внимание! Еда!» (12+)  
13.00 «Викторина 360». (0+)  
14.30, 00.50 «Погода». (16+)  
17.30 «Суперферма 360». (12+)  
18.30, 00.25 «Город с историей». (12+)  
21.05, 21.35, 22.00, 22.30 «Закрытый архив». (16+)

СТС СТС



19.00 «УХОЖУ КРАСИВО». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)  
06.30 «Простоквашино». (0+)  
07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
08.00 Уральские пельмени. (16+)  
09.15 «Смешарики. Начало». (0+)  
11.05 «Царство против разбойников». (6+)  
12.25 «ВОЛК И ЛЕВ». (6+)  
14.35 «БЕЗ ЛИЦА». (16+)  
США, 1997 г. Фантастический триллер. В ролях: Джон Траволта, Николас Кейдж.  
17.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
19.00 «УХОЖУ КРАСИВО». (16+)  
20.00 «ЗНАМЕНИЕ». (16+)  
22.25 ПРЕМЬЕРА: «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)  
США, 2018 г. Фантастическая мелодрама. В ролях: Эйс Баттерфилд, Софи Тернер.  
Молодого студента-физика Стиллмана оставляет возлюбленная. Он хочет изобрести машину времени, чтобы исправить ошибки в отношениях и вернуть её.  
00.35 «МИССИЯ НЕВЫПОЛНИМА-2». (12+)  
02.45 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
05.20 «Мультфильмы». (0+)  
05.50 Ералаш. (0+)  
06.05, 07.40, 00.05 «Мой район. Навигатор». (16+)  
06.20, 06.45, 07.05, 07.30 Энциклопедия. (12+)  
07.55, 03.05 «Тайны кино». (12+)  
08.40, 15.35 «ПОПУТНОГО ВЕТРА, «СИНЯЯ ПТИЦА». (6+)  
10.05 «Тайны нашей эстрады». (12+)  
10.30 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)  
11.20, 20.00 «ДВА КАПИТАНА». (6+)  
13.50, 22.25 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК». (12+)  
17.05 «Выборы-2023». (12+)  
17.45 Звёзды советского экрана. (12+)  
18.15, 00.40 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
00.15 «Москва на все времена». (12+)



**REN**



06.00 «С бодрым утром!» (16+)

05.00, 18.00, 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)  
06.00 «С бодрым утром!» (16+)  
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)  
09.00, 15.00 «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+)  
17.00, 03.05 «Тайны Чапман». (16+)  
20.00 «ДОМ СТРАННЫХ ДЕТЕЙ МИСС ПЕРЕГРИН». (16+)  
22.30 «Смотреть всем!» (16+)  
00.30 «ИЛЛЮЗИЯ ПОЛЕТА». (16+)

**ТНТ**



09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)

07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)  
09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)  
14.00 «САШАТАНЯ». (16+)  
18.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)  
Паше опять выпала великопепная возможность изменить жене с красивой Васей. Максимум выпала возможность уничтожить Митю и вернуть Настю.  
19.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)  
20.50 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ-3». (16+)  
21.55 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)  
Лорд Робин Локсли возвращается в Ноттингем и видит его погрязшим в коррупции.  
00.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)  
02.00 «Импровизация». (16+)  
04.00 «Студия «Союз». (16+)  
05.40 «Импровизация». (16+)

**ТВ-3**



22.15 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)

06.00 Утренние гадания. (16+)  
06.15 «Мультфильмы». (0+)  
07.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)  
08.15 «Слепая». (16+)  
09.15 Утренние гадания. (16+)  
09.30 Гадалка. (16+)  
11.15 Знаки судьбы. (16+)  
12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)  
12.30 Мистические истории. (16+)  
13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)  
14.30 Лучший друг человека. (16+)  
15.45 «Слепая». (16+)  
18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)  
20.30 «БРЕШЬ». (16+)  
22.15 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)  
23.30 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)  
00.30 «Нечисть». (12+)  
03.45 «Тайные знаки». (16+)  
04.30 «Мультфильмы». (0+)

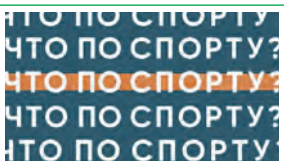
**че!**



16.30 Большой кэш. (16+)

06.00 Дорожные войны 02.0. (16+)  
07.30 Дорожные войны. (16+)  
08.50 Улётное видео. (16+)  
10.15 «СОЛДАТЫ-3». (12+)  
16.30 Большой кэш. (16+)  
17.30 Улётное видео. (16+)  
20.00 Решала. (16+)  
Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Но какой трудной ни была бы проблема - ее надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала».  
23.00 Опасные связи. (18+)  
02.45 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)  
04.20 Невероятные истории. (16+)  
05.30 Дорожные войны 02.0. (16+)

**МАТЧ!**



15.00 Что по спорту? (12+)

06.00, 14.25 «Звезды без правил». (12+)  
06.30 Футбол. Мелбет-Первая Лига. Обзор тура. (6+)  
07.00, 09.30, 12.50, 14.55, 02.55 Новости  
07.05, 15.30, 18.30, 21.00, 00.00 Все на Матч!  
09.35, 12.30 Специальный репортаж. (12+)  
09.55 Бокс. Чемпионат России. Пр.тр.а  
12.55 «Есть тема!»  
15.00 Что по спорту? (12+)  
16.25 Футбол. «Динамо» (Вологда) - «Спартак» (Кострома). FONBET Кубок России. Пр.тр.  
18.55 Футбол. «Муром» - «2Drots» (Москва). FONBET Кубок России. Прямая трансляция  
21.45 Футбол. Лига чемпионов. Раунд плей-офф. Прямая трансляция  
00.55 Футбол. Лига чемпионов. (6+)  
03.00 География спорта. (12+)

**ДОМАШНИЙ**



02.30 «ПАРИЖАНКА». (16+)

06.30, 05.40 По делам несовершеннолетних. (16+)  
07.55 Давай разведёмся! (16+)  
08.55 Тест на отцовство. (16+)  
11.10, 23.20 «Понять. Простить». (16+)  
12.25, 00.35 «Порча». (16+)  
12.55, 01.05 «Знахарка». (16+)  
13.30, 01.40 «Верну любимого». (16+)  
14.05, 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)  
14.40 «НЕЧАЯННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)  
19.00 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)  
Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Валентина Ельшанская, Илья Коробко.  
02.30 «ПАРИЖАНКА». (16+)  
04.00 «ПОРТРЕТ ВТОРОЙ ЖЕНЫ». (16+)

**АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? – ВЫХОД ЕСТЬ!**

**ВЕРНИТЕ СЕБЕ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ!**



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

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

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

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

**ЗДОРОВЫЕ ПОДВИЖНЫЕ СУСТАВЫ С ЗАПАСОМ ПРОЧНОСТИ!**

- **БИАРТЕКС (BIARTEX) СПОСОБСТВУЕТ:**
- увеличению вязкости синовиальной жидкости
- поддержанию суставов на клеточном уровне
- облегчению дискомфортных ощущений
- омоложению и питанию суставных тканей
- предотвращению возрастных изменений

КОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ЛУЧШИМИ СПЕЦИАЛИСТАМИ ПО ТЕЛЕФОНАМ: **8 (800) 600-57-56 • 8 (495) 136-59-66**  
Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

**Слышно даже тишину BERNAFON**

**СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ**



**АКЦИЯ!!!**  
**С 5 июня по 31 августа 2023 г. СКИДКИ НА НОВИНКИ – 15%**  
серия Zerena и серия Viron  
**Батарейки в подарок!**

- Продажа слуховых аппаратов
  - Индивидуальные ушные вкладыши
  - Консультации по вопросам слухопротезирования
1. Москва, ул. Сергея Радонезского, д. 29/31 (рядом со ст. м. «Площадь Ильича»).  
Тел.: **8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58**
  2. Москва, ул. Народного ополчения, д. 44, к. 1, подъезд 4, кнопка домофона 5 (ст. м. «Октябрьское поле»), 2 минуты ходьбы от метро.  
Тел.: **8 (495) 764-38-65, 8 (499) 340-08-75**
- \*Сроки проведения акции с 05.06 по 31.08.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефонам: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58, 8 (495) 764-38-65. ООО «ИНТЕРАУДИОФАРМАСЕРВИС», ОГРН 1037739248755, 127473, г. Москва, ул. Давыдовского д. 2, стр. 1
- ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ. ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.**

**ЦВЕТОК**

1. Не просто дело, а целое деяние. 2. Не различает некоторые цвета. 3. Исключительные способности. 4. Взмах волшебной палочки. 5. Цветок - он же недотрога. 6. Каждый из нас. 7. Какой портрет «рисуют» по памяти потерпевшего или свидетеля? 8. Крокодил, чье название в переводе с испанского означает «хитрец». 9. «... колец» - фильм про хоббитов, эльфов, гномов, людей, волшебников и монстров. 10. «Упаковка»

**Ответы:** 1. Вершине. 2. Ладья. 3. Деяние. 4. Волшебник. 5. Цветок. 6. Мы. 7. Картина. 8. Крокодил. 9. Кольца. 10. Упаковка.

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

**ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»**

10.09.2023 – 24.09.2023 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ!» от 109 599 р.  
Москва – Кий – Повенец – тур вкл.: Мурманск – Териберка – Кемь – Соловки – Архангельск – Сосновец – Ярославль – Мышкин – Москва

22.09.2023 – 29.09.2023 «РЫБАЯ КАЗАНОЧКА» от 26 799 р.  
Москва (авто) – Ярославль – Н. Новгород – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Казань – Городец – Чкаловск – Кострома – Калезин – Москва

24.09.2023 – 04.10.2023 «БЕЛОМОРСКИЙ ЭКСПРЕСС» от 58 399 р.  
Москва – Ярославль – Вытегра – Повенец – Соловки (монастырь, о. Муксалма) – Повенец – Мышкин – Москва

02.10.2023 – 08.10.2023 «ОСЕНЬ – КРАСОТКА В ЛЮБУЮ ПОГОДУ» от 19 999 р.  
Москва – Углич – Мышкин – Ярославль – Кострома – Тутаев – Рыбинск – Калезин – Тверь – Москва

05.10.2023 – 16.10.2023 «СОЛОВЕЦКИЙ АРХИПЕЛАГ» от 49 499 р.  
Москва – Углич – Вытегра – Беломорск – Соловки (2 дня) – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва

17.10.2023 – 27.10.2023 «КАРЕЛЬСКИЙ ВЕРНИСАЖ» от 42 099 р.  
Москва – Углич – Горьки – Мандрюки – Невская Дубровка – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Вытегра – Калезин – Москва

**КРИЗИСЫ 2024 ГОДА, СКИДКА ДО 20%**

01.05.2024 – 15.05.2024 «ЗДЕСЬ И БЕЛАЯ, И ВЯТКА, И ПЛАНЕТА АРКАИМ!» от 93 299 р.  
Москва – Городец – Н. Новгород – Свижажск – Елабуга (Мамадыш) – автотур: Агидель – Уфа – Аркаим – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль – Москва (аванс 5 000)

26.07.2024 – 10.08.2024 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ!» от 104 399 р.  
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кий – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск (В. Кивач) – Москва (аванс 5 000)

**СО СКИДКОЙ ДО 11% + АКЦИЯ «ОТЛИЧНАЯ ЦЕНА 2024».** ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64  
Действительно при наличии мест. Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ

<p><b>МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ</b></p> <p>06.10 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)</p> <p>07.00 «Горе не беда». Мультфильм. (0+)</p> <p>07.10 «Дюймовочка». Мультфильм. (0+)</p> <p>07.45 «Как Лявенок и Черепаха пели песню». Мультфильм. (0+)</p> <p>07.55 «КРЕПКИЙ ОРЕШЕК». (12+)</p> <p>09.20, 11.00, 12.45, 15.00, 16.35 «ОСВОБОЖДЕНИЕ». (12+)</p> <p>17.55 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)</p> <p>19.45 «ЗВЕЗДА». (16+)</p> <p>21.30 «РЕШЕНИЕ О ЛИКВИДАЦИИ». (12+)</p> <p>00.45 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖОЙ СРЕДИ СВОИХ». (16+)</p> <p>02.15 «ЗВЕРЬ». (16+)</p> <p>03.40 «ТЕГРАН-43». (12+)</p>	<p><b>VIJU TV1000</b></p> <p>06.50 «ПАРАНОЙЯ». (12+)</p> <p>08.50 «7 ДНЕЙ И НОЧЕЙ С МЭРИЛИН». (16+)</p> <p>10.45 «ДНЕВНИК БРИДЖЕТ ДЖОНС». (16+)</p> <p>12.40 «БРИДЖИТ ДЖОНС: ГРАНИ РАЗУМНОГО». (16+)</p> <p>14.40 «БРИДЖИТ ДЖОНС-3». (16+)</p> <p>17.00, 17.50 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)</p> <p>18.40 «СЕТЬ». (16+)</p> <p>21.00 «ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ. ДОСТУП НЕОГРАНИЧЕН». (16+)</p> <p>Ирландия, Франция, 2016 г. В ролях: Пирс Броснан, Джеймс Фрешвилл, Анна Фрил, Стефани Скотт, Микаэл Нюквист</p> <p>22.45 «ОНА». (16+)</p> <p>01.05 «ДИТЯ РОБОТА». (16+)</p> <p>02.50 «ТАКСИ». (16+)</p> <p>04.10 «ТАКСИ-2». (16+)</p>	<p><b>VIJU TV1000 РУССКОЕ</b></p> <p>05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)</p> <p>05.55 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)</p> <p>06.25 «Фиксики». Мультсериал. (6+)</p> <p>06.55 «НОВЕНЬКИЙ». (12+)</p> <p>09.00 «СВЕТЛЯЧОК». (12+)</p> <p>10.40 «АСФАЛЬТОВОЕ СОЛНЦЕ». (12+)</p> <p>12.30 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ». (16+)</p> <p>15.00 «ДЕНЬ ВЫБОРОВ-2». (12+)</p> <p>17.00, 17.50 «СЛЕД». (16+)</p> <p>18.40 «КАЛЕНДАРЬ МА(Й)Я». (6+)</p> <p>20.15 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)</p> <p>22.10 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)</p> <p>00.20 «СВЕТЛЯЧОК». (12+)</p> <p>02.00 «14+». (16+)</p> <p>03.40 «ДЕНЬ РАДИО». (16+)</p> <p>05.20 Мультфильм. (6+)</p>	<p><b>ДОМ КИНО</b></p> <p>05.40 «Три ката». Мультсериал. (6+)</p> <p>06.10 «Три богатыря. Ход конём». Мультфильм. (6+)</p> <p>07.25 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)</p> <p>09.10 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)</p> <p>10.35 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)</p> <p>11.55 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)</p> <p>13.15 «СВАТЫ». (16+)</p> <p>20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)</p> <p>23.50 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)</p> <p>02.05 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (16+)</p> <p>Россия, 2007 г.</p> <p>03.55 «ТЫ У МЕНЯ ОДНА». (16+)</p>
---	--	--	---

<p><b>ИЛЛЮЗИОН+</b></p> <p>01.50 «КАЖДЫЙ БОЖИЙ ДЕНЬ». (18+)</p> <p>03.20 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)</p> <p>04.50 «ОТЧАЯННЫЙ ПОБЕГ». (16+)</p> <p>06.20 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)</p> <p>07.50 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)</p> <p>09.55 «БОЕЦ». (16+)</p> <p>11.45 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)</p> <p>13.20 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)</p> <p>15.10 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)</p> <p>17.00 «СЕРДЦА И КОСТИ». (16+)</p> <p>18.50 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)</p> <p>20.30 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)</p> <p>22.15 «БЕЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)</p> <p>23.40 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)</p>	<p><b>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</b></p> <p>07.20 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)</p> <p>09.30 «МАТЧ». (16+)</p> <p>11.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)</p> <p>13.55 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)</p> <p>15.55 «НА РАЙОНЕ». (16+)</p> <p>17.35 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)</p> <p>19.15 «ВОЖДЕ РАЗНОКОЖИХ». (16+)</p> <p>20.55 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)</p> <p>Комедия, Россия, 2014 г.</p> <p>22.30 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)</p> <p>Комедия, Россия, 2017 г.</p> <p>00.00 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)</p> <p>01.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)</p> <p>03.35 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (12+)</p> <p>05.05 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)</p>	<p><b>КИНОКОМЕДИЯ</b></p> <p>01.25 «УБИЙСТВЕННЫЕ КРАСОТКИ». (16+)</p> <p>03.10 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)</p> <p>04.45 «ДВОЙНЫЕ НЕПРИЯТНОСТИ». (16+)</p> <p>06.20 «БЕЛЫЕ ЦЫПОЧКИ». (12+)</p> <p>08.20 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)</p> <p>10.10 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)</p> <p>11.45 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (6+)</p> <p>13.35 «О ЧЁМ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)</p> <p>15.25 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (12+)</p> <p>17.30 «Я ХУДЕЮ». (16+)</p> <p>19.30 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)</p> <p>21.15 «БЕЗ ТЕРМОЗОВ». (16+)</p> <p>Комедия, боевик, Франция, Македония, 2016 г.</p> <p>22.55 «АС ИЗ АСОВ». (16+)</p>	<p><b>РОДНОЕ КИНО</b></p> <p>00.00 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)</p> <p>01.00 «ПРЕЗИДЕНТ И ЕГО ВНУЧКА». (6+)</p> <p>03.00 «ВОР». (16+)</p> <p>04.30 «ЖЕНИХ ИЗ МАЙАМИ». (16+)</p> <p>05.55 «СЕСТРЫ». (16+)</p> <p>07.30 «БАБНИК». (16+)</p> <p>08.50 «БУМЕР». (18+)</p> <p>11.00, 12.05 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)</p> <p>13.05 «БРАТ». (16+)</p> <p>15.00, 15.55 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)</p> <p>16.55, 17.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)</p> <p>19.00 «ТРИ ПОЛУГРАЦИИ». (12+)</p> <p>21.20 «КОЧУЮЩИЙ ФРОНТ». (16+)</p> <p>Драма, СССР, 1971 г.</p> <p>23.10 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: БАРОН». (16+)</p>
--	---	--	--

<p><b>РУССКИЙ РОМАН</b></p> <p>07.50 «ЧАСЫ С КУКУШКОЙ». (16+)</p> <p>11.10 «НЕ МОГУ ЗАБЫТЬ ТЕБЯ». (16+)</p> <p>14.30 «ДРУГОЙ БЕРЕГ». (12+)</p> <p>16.20 «ЖИЗНЬ ПОСЛЕ ЖИЗНИ». (12+)</p> <p>18.00 «ЛЮБОВЬ КАК НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ». (12+)</p> <p>2012 г. В ролях: Анна Милочей, Андрей Финагин, Андрей Биланов</p> <p>21.25 «ПЕРВАЯ ПОПЫТКА». (16+)</p> <p>2009 г. В ролях: Эльвира Болгова, Алексей Макаров, Ольга Красько, Владимир Жеребцов, Мария Куликова</p> <p>00.55 «ЧАСЫ С КУКУШКОЙ». (16+)</p> <p>03.55 «МЕЧТЫ ИЗ ПЛАСТИЛИНА». (12+)</p> <p>05.15 «НЕ МОГУ ЗАБЫТЬ ТЕБЯ». (16+)</p>	<p><b>СINEMA</b></p> <p>06.25 «ПРОСТАЯ ПРОСЬБА». (16+)</p> <p>08.20 «ДЭННИ ЦЕПНОЙ ПЕС». (18+)</p> <p>10.05 «СВАДЕБНАЯ ВЕЧЕРИНКА». (16+)</p> <p>11.45 «МЕХАНИК». (18+)</p> <p>13.20 «МОЙ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+)</p> <p>15.00 «ТАКСИ». (12+)</p> <p>16.35 «ТАКСИ-4». (16+)</p> <p>18.15 «КОДЕКС ВОРА». (18+)</p> <p>20.00 «СТУКАЧ». (18+)</p> <p>США, Великобритания, 2013 г. В ролях: Дуэйн Джонсон, Барри Пеплер, Джон Бернтал, Сьюзен Сарандон</p> <p>22.00 «ДОЧЬ ВОЛКА». (18+)</p> <p>23.30 «ПРИВЛЕЧЕНИЕ». (16+)</p> <p>01.45 «ПЕРЕВОЗЧИК НАСЛЕДИЕ». (16+)</p> <p>03.15 «КИЛЛЕРЫ». (16+)</p> <p>04.45 «МАЛАВИТА». (16+)</p>	<p><b>red .RED</b></p> <p>06.00, 06.25 Тура сада. (16+)</p> <p>06.50, 07.35, 08.25, 09.15 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>10.05, 11.00, 11.50, 12.45, 20.00, 20.55, 01.35, 02.25 «ЕСЛИ МУЖЧИНА ЛЮБИТЬ». (16+)</p> <p>13.35 «КАК ЗНАТЬ...» (16+)</p> <p>15.40 «ИДЕАЛЬНЫЙ НЕЗНАКОМЕЦ». (16+)</p> <p>17.25, 17.45 Гастромаркет. (16+)</p> <p>18.10, 18.35 Секреты идеального сада. (16+)</p> <p>18.55, 19.30 Дизайн от А до Я. (16+)</p> <p>21.45, 22.40, 03.15 «ХОРОШАЯ БОРЬБА». (16+)</p> <p>23.40, 00.40 «РАСКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)</p> <p>04.05 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)</p> <p>05.35 Голливуд за кадром. (16+)</p>	<p><b>РЕТРО</b></p> <p>06.30 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ». (12+)</p> <p>06.55 «Я РОДОМ ИЗ ДЕТСТВА». (12+)</p> <p>08.30 «СПЕШИ СТРОИТЬ ДОМ». (12+)</p> <p>09.45 «НАШИ СОСЕДИ». (12+)</p> <p>11.10 «МЫ С ВУЛКАНОМ». (6+)</p> <p>12.25 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)</p> <p>14.05 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)</p> <p>15.30 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)</p> <p>17.05 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЕ». (16+)</p> <p>19.00, 03.25 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ». (0+)</p> <p>20.30 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)</p> <p>21.55 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)</p> <p>23.20 «МЫ С ВУЛКАНОМ». (6+)</p> <p>00.30 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)</p> <p>01.55 «ОБОЧИНА». (12+)</p> <p>04.45 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)</p>
--	--	--	--

<p><b>суббота!</b></p> <p>05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)</p> <p>14.10, 15.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)</p> <p>15.50, 17.00, 18.00, 19.00, 20.00, 21.10 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕ-СЕМ». (16+)</p> <p>22.20 Богиня. (16+)</p> <p>23.30 Суббота News 2023. (16+)</p> <p>23.40 Моя жена рулит. (16+)</p> <p>Первое кулинарное шоу, где жены управляют мужьями на кухне - «Моя жена рулит».</p> <p>00.40 Кулинарные детективы. (16+)</p> <p>01.50, 02.40, 03.30 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>04.10 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)</p>	<p><b>ФЕНИКС ПЛЮС КИНО</b></p> <p>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)</p> <p>10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)</p> <p>12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-3». (16+)</p> <p>13.00, 21.00, 05.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)</p> <p>Сериал. Мелодрама, Россия, 2016 г. В ролях: Алексей Морозов, Аделина Голубенко-Гизатуллина, Фархад Махмудов, Асан Аманов, Юрий Скулябин, Александр Гуртовой</p> <p>14.00, 22.00, 06.00 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)</p> <p>15.00, 23.00, 07.00 «НАВИГАТОР». (16+)</p>	<p><b>СТС LOVE</b></p> <p>06.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)</p> <p>08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)</p> <p>08.30 «Ералаш». (0+)</p> <p>09.00 «КУХНЯ». (16+)</p> <p>В ресторан «Клюд Монэ» с мастер-классом приезжает известный французский повар Вольдемар.</p> <p>16.00 «ВОРОНИНЬ». (16+)</p> <p>Лёна во время патрулирования ночного города поступает тревожный вызов. Во дворе его дома стоит машина, из которой гремит громкая музыка. Лёна спешит задержать нарушителей ночного спокойствия... 21.50 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)</p> <p>01.00 «б кадров». (16+)</p> <p>04.00 «Три ката». Мультсериал. (0+)</p>	<p><b>TB21</b></p> <p>07.00 «ДЕРЖАТЬ ДИСТАНЦИЮ». (16+)</p> <p>09.05 «Я И ТЫ». (16+)</p> <p>11.30 «ПРОКЛЯТИЕ КИНТАНАРА». (16+)</p> <p>13.30 «МОЙ КОРОЛЬ». (18+)</p> <p>16.00 «МАДАМ ПАРОУОМЕР». (12+)</p> <p>17.55, 19.00, 05.15, 06.05 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)</p> <p>Сериал. Россия, 2006 г.</p> <p>19.55 «БРАТЯ Ч». (16+)</p> <p>Россия, 2014 г.</p> <p>22.00 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)</p> <p>Италия, 2021 г.</p> <p>23.55 «РАЗБИРАЯ ГАРРИ». (16+)</p> <p>01.40 «ПРИХОДИТ ДРАКОН». (16+)</p> <p>03.25 «САМАЯ КРАСИВАЯ ЖЕНА». (16+)</p>
---	---	---	--

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

<p><b>МИР</b></p> <p>05.00, 03.05 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)</p> <p>06.35, 10.10 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!». (16+)</p> <p>10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.25 Новости</p> <p>13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</p> <p>14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</p> <p>15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)</p> <p>17.15 Мирное соглашение. (16+)</p> <p>18.50 Игра в кино. (16+)</p> <p>21.40 Назад в будущее. (16+)</p> <p>22.30 Всемирные игры разума. (16+)</p> <p>23.05 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ, ИЛИ ПОСТОРОННИМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН». (16+)</p> <p>Комедия, СССР, 1964 г.</p> <p>00.15 Наше кино. История большой любви. (16+)</p> <p>01.05 «ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИЙ КАПИТАН». (16+)</p> <p>02.40 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>02.50 (Не)Фантастика. (12+)</p>	<p><b>ПОБЕДА</b></p> <p>04.20 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>05.20 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)</p> <p>06.50 «ЧАКЛОН И РУМБА». (16+)</p> <p>08.20 «СНАЙПЕР. ОРУЖИЕ ВОЗМЕЗДИЯ». (16+)</p> <p>11.20 «СНАЙПЕР. ОФИЦЕР СМЕРШ». (16+)</p> <p>14.40 «ИСТРЕБИТЕЛИ». (16+)</p> <p>Леонид и Борис - молодые лётчики, только что прибывшие в лётную школу, где их распределяют в авиационный полк, а затем отправляют на фронт. Первое задание, которое поручают новобранцам, они с треском проваливают. Винников отправляют в дивизию, чтобы подвести под трибунал и расстрелять. Но за Леонида и Бориса вступает командир штурмового отряда: молодые люди возвращаются в строй в качестве штурмовиков-истребителей... 23.59 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>01.00 «ТАНКИ». (16+)</p> <p>02.30 «ХОЛОДНОЕ ТАНГО». (18+)</p>	<p><b>ПЯТНИЦА</b></p> <p>05.00, 05.40 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)</p> <p>Сериал. Турция, 2019 г.</p> <p>06.20 Пятница News. (16+)</p> <p>07.00 Кондитер. Торт «Робот» для сыночек Марии Погребняк. (16+)</p> <p>08.20, 09.20 На ножах. (16+)</p> <p>10.30 Кулинарные детективы. (16+)</p> <p>11.20, 12.30, 13.30, 14.40, 15.40, 17.00, 18.00 На ножах. (16+)</p> <p>19.00 Адский шеф. (16+)</p> <p>Великий шеф возвращается с кулинарной битвой!</p> <p>21.40 Битва шефов. (16+)</p> <p>00.00 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)</p> <p>СССР, 1976 г.</p> <p>01.40 Пятница News. (16+)</p> <p>02.10, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)</p> <p>03.30 Инсайдеры. Москва. (16+)</p> <p>04.10 Пятница News. (16+)</p> <p>04.40 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)</p> <p>04.55 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)</p>	<p><b>Ю</b></p> <p>05.25 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)</p> <p>06.50 «КЛОН». (16+)</p> <p>09.35 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)</p> <p>11.30 Моя свекровь - монстр. (16+)</p> <p>13.40 Супермама. (16+)</p> <p>17.00 «КЛОН». (16+)</p> <p>20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)</p> <p>Сериал. Турция, 2018 г.</p> <p>22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)</p> <p>Новые истории, новые эмоции и новые хэппи-энды. Два вечерних выпуска о жизни участников, их романтических свиданиях после заката и обсуждении итогов дня на Лобном месте с Ксенией Бородиной, Ольгой Орловой, Владом Кадони, Андреем Черкасовым и новым ведущим - популярным певцом и видеоблогером Dava. 00.05 Я стесняюсь своего тела. (18+)</p> <p>01.55 Измены (субтитры). (18+)</p> <p>03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)</p>
--	--	---	--

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

<p><b>365 ДНЕЙ ТВ</b></p> <p>03.00, 10.50 Тайное становится явным. (12+)</p> <p>03.15 Освободители. (12+)</p> <p>04.00, 04.55 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)</p> <p>05.45, 06.15 История российских кадетских корпусов. (6+)</p> <p>06.45, 07.10 История российского учительства. (6+)</p> <p>07.45, 12.20 Пешком по Москве. (6+)</p> <p>08.00, 08.55 Первая мировая. (12+)</p> <p>09.45 По законам чести. Из истории дуэлей. (12+)</p> <p>10.00 Неизвестный Тургенев. Свет и тень. (12+)</p> <p>11.00, 13.45, 16.10, 16.40 Личность в истории. (12+)</p> <p>11.55 Народовластие. (12+)</p> <p>12.35 Ночь в Помпеях. (12+)</p> <p>13.30, 17.50 Семь дней истории. (12+)</p> <p>14.10 В поисках утраченного искусства. (12+)</p> <p>14.35 Народный фронт Победы. (12+)</p> <p>15.00 Великие живописцы. (12+)</p> <p>16.00 Архивы истории. (12+)</p> <p>17.05 Историограф. (12+)</p> <p>18.00, 18.25 Морской узел. (12+)</p> <p>18.55, 22.55 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>19.05 Без срока давности. (12+)</p> <p>20.00 Ступени Победы. (12+)</p> <p>20.40 Кремль. Эпоха царей. (12+)</p> <p>21.35 Книжные аллеи. (12+)</p> <p>22.00, 23.05 История оружия. (16+)</p>	<p><b>HISTORY VIJU HISTORY</b></p> <p>06.10, 07.00 Ирано-иракская война. (16+)</p> <p>08.00 Древняя история Сибири. (12+)</p> <p>08.35 Убийство на железной дороге: Тело в туннеле. (16+)</p> <p>09.30, 10.30 Сокровища Европы. (12+)</p> <p>11.30, 12.30 Древние конструкторы. (12+)</p> <p>13.30 Тайны утраченного ковчега: Иеремия. (12+)</p> <p>14.25 Тайны утраченного ковчега: Сила ковчега. (12+)</p> <p>15.15 Американские принцессы на миллион долларов: Воротились. (12+)</p> <p>16.10 Рассвет Великих Империй: Империя Монголов. (12+)</p> <p>17.10 Рассвет Великих Империй: Крошечная Голландия, Огромная Империя. (12+)</p> <p>18.05, 19.00 Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)</p> <p>20.00 Тайны утраченного ковчега: Украден тапплиерами. (12+)</p> <p>20.50 Тайны утраченного ковчега: Африка. (12+)</p> <p>21.45 День «Д» - крылья победы. (12+)</p> <p>22.45 Последний персидский шах. (12+)</p> <p>23.50, 00.50 Сокровища Европы. (12+)</p> <p>01.45, 02.40 Древние конструкторы. (12+)</p> <p>03.30, 04.15 Тайны утраченного ковчега. (12+)</p> <p>05.00 День «Д» - крылья победы. (12+)</p>	<p><b>ДОКТОР</b></p> <p>06.00, 12.55, 18.20 О самом главном. Симптомы постковидного синдрома. (12+)</p> <p>06.50, 22.50, 23.15, 03.05, 03.30 На приёме у Михаила Лабковского. (12+)</p> <p>07.20 Теледоктор. Главное о здоровье. (12+)</p> <p>08.10, 14.50 Страшная сила смеха. (12+)</p> <p>08.55 О самом главном. Как перестать «заедать» стресс? (12+)</p> <p>10.20 Большой скачок. Игра в бога. (12+)</p> <p>10.50, 16.35 Проздоровье. (12+)</p> <p>11.20 Иммуниет. Код вечной жизни. (12+)</p> <p>12.10, 17.35 Шифры нашего тела. (12+)</p> <p>13.55, 14.20 Прозрение с доктором Шиловой. (12+)</p> <p>15.40 О самом главном. Польза имбиря. (12+)</p> <p>17.05 Клинический случай. Спасти Салтыкова-Щедрина. (12+)</p> <p>19.15, 05.15 Медицинский квест. Стресс. (12+)</p> <p>20.05, 02.10 На приёме у Михаила Лабковского. Как полюбить себя. (12+)</p> <p>20.30, 02.35 На приёме у Михаила Лабковского. Синдром выученной беспомощности. (12+)</p> <p>21.00 О самом главном. Всё о каше. (12+)</p> <p>21.55 Шифры нашего тела. Внезапная смерть. (12+)</p> <p>01.25 Медицинский квест. Артралгия. (12+)</p> <p>03.55 Еда. Шоколад. (12+)</p> <p>04.20 Еда здорового человека. (12+)</p> <p>04.50 Это лечится. Диабет. (12+)</p>
---	--	--

<p><b>Усадьба</b></p> <p>07.45 Ремонт без правил. (12+)</p> <p>08.15 Сам себе дизайнер. (12+)</p> <p>08.30 Здоровый сад. (12+)</p> <p>08.45, 09.45 Дачные радости. (12+)</p> <p>09.15 Варенье. (12+)</p> <p>09.30 Готовим на природе. (12+)</p> <p>10.00 Дачные хитрости. (12+)</p> <p>10.15 Пусть растёт! (0+)</p> <p>10.40 Дачных дел мастер. (12+)</p> <p>11.10 Самогон. (16+)</p> <p>11.25 Вершки-корешки. (12+)</p> <p>11.40, 21.00 Фитоаптека. (12+)</p> <p>12.10, 15.20, 21.30 Домашние заготовки. (12+)</p> <p>12.30 ... И компот! (12+)</p> <p>12.45, 12.55 Огород круглый год. (12+)</p> <p>13.10 У мангала. (12+)</p> <p>13.40 Пустите строителей в дом. (12+)</p> <p>14.30 Квас. (12+)</p> <p>14.50 История одной культуры. (12+)</p> <p>15.35, 21.40 Соленья-варенья-маринады. (12+)</p> <p>15.50, 22.00 Сад в радость. (12+)</p> <p>16.20, 22.30 Частный сектор. (12+)</p> <p>16.55, 22.55 Дело в отделе. (12+)</p> <p>17.25, 23.25 Полное лукошко. (12+)</p> <p>17.40, 23.40 Дом, милый дом! (12+)</p> <p>18.00 Органическое земледелие. (0+)</p> <p>18.30, 23.55 Урожай на столе. (12+)</p> <p>19.00 Идеальный сад. (12+)</p> <p>19.30 Цветик-семицветик. (12+)</p> <p>19.45 Фитокосметика. (12+)</p> <p>19.55 Стройплощадка. (12+)</p> <p>20.25 Идите в баню. (12+)</p> <p>20.45 50 оттенков желе. (12+)</p>	<p><b>ОХОТА И РЫБАЛКА</b></p> <p>06.10, 18.00 По следам Хемингуэя. (12+)</p> <p>06.40, 18.30 Охоты и охотники. (16+)</p> <p>06.55, 18.45 Привет, Малек! (6+)</p> <p>07.05, 18.55 На охотничьей тропе с Сергеем Астаховым. (16+)</p> <p>07.30, 19.25 Охота в Приволье. (16+)</p> <p>08.00, 19.50 Охотничье оружие. Вопросы эксперту. (16+)</p> <p>08.10, 20.05 Рыбалка с Нормундом Грабовским. (12+)</p> <p>08.35, 20.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)</p> <p>09.05 Рыбалка без границ. (12+)</p> <p>09.35 Камский спиннинг. (16+)</p> <p>10.00 Сам себе охотник. (16+)</p> <p>10.30 Зов предков. (16+)</p> <p>10.55, 16.50, 01.30 Нож-помощник. (16+)</p> <p>11.10 Сомы Европы. (12+)</p> <p>11.40 Научи меня рыбачить. (12+)</p> <p>12.10, 20.55 Коротко о главном. (12+)</p> <p>12.35, 21.20 Карпфишеры. (16+)</p> <p>13.05, 21.50 Охота и рыбалка в... (12+)</p> <p>13.30, 22.15 Блондинка на охоте. (16+)</p> <p>14.00, 22.40 Крылатые охотники. (16+)</p> <p>14.15, 22.55 Мир рыболова. (12+)</p> <p>14.40, 23.20 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)</p> <p>15.05, 23.45 Рыбалка сегодня XL. (16+)</p> <p>15.30, 00.10 Беларусь в поисках хорошего клева. (16+)</p> <p>16.00, 00.40 Охотник-одиночка. (16+)</p> <p>16.25, 01.05 Россия заповедная. (16+)</p> <p>17.05, 01.45 Спиннинг на камских просторах. (12+)</p> <p>17.35 Нахлист в Башкортостане. (16+)</p>	<p><b>ЖИВИ!</b></p> <p>00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)</p> <p>00.30, 13.30, 19.30 Shuffle Dance. (12+)</p> <p>01.00 Ароматный мир. (6+)</p> <p>01.30 Целебная кулинария от Пегги К. (6+)</p> <p>02.00, 15.00, 21.00 Пилатес изнутри. (6+)</p> <p>03.00, 04.30, 07.30 «Утренний заряд» с Димой Брагинным. (12+)</p> <p>03.15, 18.30, 23.30 Экспресс-йога. (12+)</p> <p>03.30, 05.30, 08.30, 11.30, 22.15 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)</p> <p>03.45, 05.45, 10.30, 18.45, 23.45 Цигун. Практика гармонии. (12+)</p> <p>04.00, 07.00 YogaУтро. (12+)</p> <p>04.45, 07.45, 10.45 Здоровые завтраки. (12+)</p> <p></p>
---	---	---



1 ПЕРВЫЙ

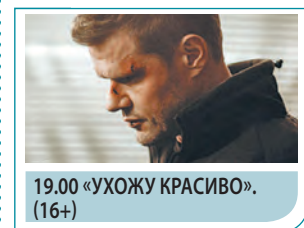
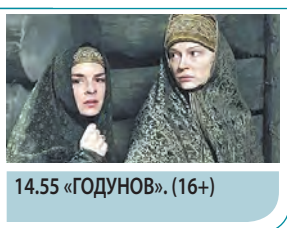
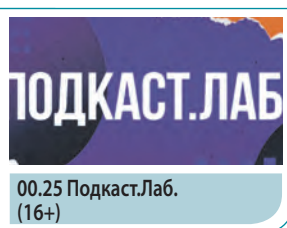
РОССИЯ 1 РОССИЯ

ТВУ ТВЦ

НТВ

РОССИЯ К Культура

СТС СТС



05.00 Телеканал «Доброе утро»  
 09.00 Новости (с субтитрами)  
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)  
 10.00 «Жить здорово!» (16+)  
 10.50 Информационный канал. (16+)  
 12.00 Новости (с субтитрами)  
 12.15 Информационный канал. (16+)  
 15.00 Новости (с субтитрами)  
 15.15 Информационный канал. (16+)  
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)  
 16.50 Информационный канал. (16+)  
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)  
 18.30 Информационный канал. (16+)  
 19.55 «Куклы наследника Тутти». (16+)  
 21.00 «Время»  
 22.00 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». (12+)  
 23.15 «Большая игра». (16+)  
 00.15 «Вызов». О фильме, покорившем космос. (12+)  
 00.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)  
 01.10 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)  
 01.50 ПОДКАСТ.ЛАБ «50 мгновений весны». (16+)

05.00 Утро России  
 09.00 Вести. Местное время  
 09.30 Утро России  
 09.55 О самом главном. (12+)  
 11.00 Вести  
 11.30 «60 минут». (12+)  
 14.00 Вести  
 14.30 Вести. Местное время  
 14.55 «ГОДУНОВ». (16+)  
 Лжедмитрий II предлагает Марине Мнишек подтвердить его личность. А он, потакая желанию жены, приказывает захватить Троице-Сергиев монастырь и доставить ему Ксению Годуну. Фёдор Романов спасает от казни Нечая и отправляет его с посланием к Ксении.  
 16.00 Вести  
 16.30 «Малахов». (16+)  
 17.30 «60 минут». (12+)  
 20.00 Вести  
 21.05 Вести. Местное время  
 21.20 «СПАССКАЯ». (12+)  
 В спа-салоне совершено дерзкое убийство: в присутствии свидетелей перерезали горло Галине Елагиной - жене местного чиновника. Следствие выясняет, что преступление было тщательно спланировано. Убийца проник в салон под видом курьера, но внешность его толком никто описать не смог.  
 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)  
 02.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (12+)  
 03.55 «СЕМЕЙНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

06.00 «Настроение»  
 08.25 «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (12+)  
 10.30 «Екатерина Васильева. На что способна любовь». (16+)  
 11.30 События  
 11.50 «СТАЖЁРЫ». (16+)  
 13.40 «Мой герой». (12+)  
 14.30 События  
 14.50 Город новостей  
 15.00 03.15 «АНАТОМИЯ УБИЙСТВА». (12+)  
 Новое убийство, случившееся в музее, становится недостающей частью пазла. Выясняется, что одной из первых жертв местного маньяка стала жена следователя, убитая десять лет назад.  
 16.55 «Анна Герман. Страх нищеты». (16+)  
 17.50 События  
 18.15 «ЖДИТЕ НЕОЖИДАННОГО». (12+)  
 22.00 События  
 22.35 «Формула успеха». (16+)  
 23.05 «Курская битва». (16+)  
 00.00 События. 25-й час  
 00.30 «Петровка, 38». (16+)  
 00.45 «Удар властью. Муамар Каддафи». (16+)  
 01.25 «Страшно красивый». (16+)  
 02.05 «Гражданская война. Забытые сражения». (12+)  
 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)  
 04.40 «Короли эпизода». (16+)  
 05.20 «Мой герой». (12+)

04.40 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)  
 08.00 «Сегодня»  
 08.25 «ПЁС». (16+)  
 10.00 «Сегодня»  
 10.35 «ПЁС». (16+)  
 В своей машине обнаружен судья, застреленный в висок. Гнездилов и Лосев склоняются к версии самоубийства, а Максимов находит факты в пользу версии умышленного убийства.  
 13.00 «Сегодня»  
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»  
 14.00 «Место встречи»  
 16.00 «Сегодня»  
 16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)  
 19.00 «Сегодня»  
 20.00 «АНОНИМНЫЙ ДЕТЕКТИВ». (16+)  
 Автомобиль, в котором едут Наталья и Бур, расстреливают. В больнице Наталья рассказывает Рубцову, что перед нападением Вадиму сообщили, кто убил Татьяну. Рубцов узнаёт тайны Татьяны, а по его следу идет ФСБ. На допросе Золотницкому вменяют сразу две статьи - убийство и коррупционное дело о медицинском оборудовании.  
 23.20 «Сегодня»  
 23.40 «Путь бойца». (18+)  
 01.15 «БРАТАНЫ». (16+)

06.30 «Пешком...»  
 07.05 Легенды мирового кино  
 07.35, 16.15 «Репортажи из будущего»  
 08.15 «Жизнь и судьба»  
 08.45 «РЫЖИЙ, ЧЕСТНЫЙ, ВЛЮБЛЕННЫЙ»  
 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры  
 10.15 «Чистая победа». К 80-летию со дня разгрома фашистских войск в Курской битве  
 11.00 «ЖЕЛЕЗНЫЕ ИГРЫ»  
 12.15, 02.40 «Забывтое ремесло»  
 12.45 «Рассказы из русской истории»  
 13.50, 23.45 «Первые в мире»  
 14.10 «Эрмитаж»  
 14.35 «ВОЗВРАЩЕНИЕ БУДУЛАЯ»  
 15.45 «Роман в камне»  
 17.15, 00.45 Музыка эпохи барокко. «Пёрселл-гала». Жан Тубери и ансамбль La Fenice  
 18.30 Цвет времени  
 18.45, 01.55 «Острова»  
 19.45 Письма из провинции  
 20.15 «Встреча на Курской дуге». К 80-летию со дня разгрома фашистских войск в Курской битве  
 20.55 «Спокойной ночи, малыши!»  
 21.10 Спектакль «Правда - хорошо, а счастье лучше»  
 00.00 «СТРАЖА»  
 03.00 Перерыв в вещании

06.00 Ералаш. (0+)  
 06.30 «Простокашино». (0+)  
 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)  
 08.00 Уральские пельмени. (16+)  
 09.05 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ». (16+)  
 11.15 «БУМЕРАНГ». (16+)  
 13.35 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)  
 15.20 «ПОМЕШАННЫЙ НА ВРЕМЕНИ». (16+)  
 США, 2018 г. Фантастическая мелодрама. В ролях: Эйс Баттерфилд, Софи Тернер.  
 17.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)  
 19.00 «УХОЖУ КРАСИВО». (16+)  
 20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (16+)  
 Великобритания - США - Австралия, 2008 г. Криминальный боевик. В ролях: Джейсон Стэйтем, Сафрон Берроуз.  
 Лондон, 1971 год. Владелец убыточной фирмы угрожает кредитору. Очень кстати он встречает старую знакомую, которая предлагает ограбить банк.  
 22.15 ПРЕМЬЕРА: «ВАЛЬДО». (16+)  
 00.35 «ПАТРУЛЬ ВРЕМЕНИ». (16+)  
 02.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (16+)  
 05.20 «Мультфильмы». (0+)  
 05.50 Ералаш. (0+)

5 5-Й КАНАЛ

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

ОТР ОТР

МОСКВА24 МОСКВА 24

360° ПОДМОСКОВЬЕ

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

05.00 «Известия». (16+)  
 05.25 «ПОДСУДИМЫЙ». (16+)  
 09.00 «Известия». (16+)  
 09.30 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)  
 13.00 «Известия». (16+)  
 13.30 «НА БЕЗЫМЯННОЙ ВЫСОТЕ». (16+)  
 14.00 «МОРСКИЕ ДЬВЯВОЛЫ: СУДЬБЫ». (16+)  
 17.00 «Известия». (16+)  
 17.30 «СЛЕД». (16+)  
 21.25 «СВОИ-5». (16+)  
 22.20 «СВОИ-3». (16+)  
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)  
 00.30 «СВОИ-4». (16+)  
 02.40 «СЛЕД». (16+)  
 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

05.10 «БЕЛАЯ СТРЕЛА: ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)  
 07.00 «Сегодня утром». (12+)  
 09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня. (16+)  
 09.15, 21.00 «Открытый эфир». (16+)  
 11.00, 01.15 «НАД ТИССОЙ». (12+)  
 12.50, 18.50 «Специальный репортаж». (16+)  
 13.25, 15.05, 17.15, 05.00 «ДОРОГАЯ». (16+)  
 15.00 Военные новости. (16+)  
 18.00 «Курская битва». (16+)  
 19.55 «По горячим следам». (16+)  
 20.10 «Код доступа». (12+)  
 22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)  
 23.15 «ТРОЕ ВЫШЛИ ИЗ ЛЕСА». (12+)

06.00 «Очень личное с Лошаком». (12+)  
 06.40, 18.05 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (16+)  
 07.30, 11.05, 17.00 «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, 11.35, 22.35 «ОТТЕПЕЛЬ». (16+)  
 12.30 «Свет и тени». (16+)  
 15.10 «В СОЗВЕЗДИИ БЫКА». (12+)  
 16.45 «Курская дуга». (12+)  
 17.25 «Цапля и журавль». (0+)  
 17.35 «Сделано с умом». (12+)  
 21.00 «ЖДИТЕ ПИСЕМ». (12+)

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, «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, 00.45, 01.45, 03.45 «Сити». (12+)  
 13.45, 01.40 «Доктор 24». (12+)  
 16.10 «Выборы 2023». (12+)  
 18.15 «Интервью». (12+)  
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)  
 21.20, 23.40, 04.35 «Московский патруль». (16+)  
 23.15, 02.35, 05.15 «Рейд 112». (16+)

05.00 «Новости МО». (16+)  
 06.00, 04.25 «Публицистическая программа». (12+)  
 06.30 «Самое вкусное». (12+)  
 07.00 «Вкусно 360». (12+)  
 08.00, 08.35, 09.00, 09.30, 21.05, 21.30, 22.00, 22.30 «Закрытый архив». (16+)  
 08.30, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 20.00, 21.00 «Новости 360». (16+)  
 10.00, 19.00 «ИАП». (16+)  
 11.05, 04.50 «ЧП 360». (16+)  
 11.10 «Быстрые деньги». (12+)  
 12.20, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 03.10 «Погода 360». (6+)  
 12.30, 15.10, 03.00 «Лето в Подмосковье». (12+)  
 12.40, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 «Внимание! Еда!» (12+)  
 13.00 «Викторина 360». (0+)  
 14.30, 00.50 «Погода». (16+)  
 15.25 «Вместе с наукой». (12+)  
 17.30 Дебаты кандидатов. (12+)  
 20.05 «Великая война». (12+)  
 23.05 «Шестое чувство». (12+)

06.05, 07.35, 00.10 «Мой район. Навигатор». (16+)  
 06.15, 06.45, 07.05, 07.25 Энциклопедия. (12+)  
 07.45, 10.35, 16.55, 03.10 «Тайны кино». (12+)  
 08.35, 15.20 «ПОХИЩЕНИЕ «САВОИИ». (12+)  
 10.05 «Тайны нашей эстрады». (12+)  
 11.25 «ЗНАХАРЬ». (16+)  
 13.45 «24-25 НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (12+)  
 17.45 Звезды советского экрана. (12+)  
 18.15, 00.45 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (16+)  
 20.00 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ». (12+)  
 22.45 «ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ». (16+)  
 00.20 «Москва на все времена». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>05.00, 18.00, 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00, 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00, 02.55 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ГЕМИНИ». (16+) США - Китай, 2019 г. Фантастический боевик.</p> <p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ДИКИЙ». (18+)</p>	<p>09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджест». (16+)</p> <p>09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>14.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>17.20 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)</p> <p>Успешному сотруднику ДПС Пете Васютину уже давно пора заводить семью, а он живет с мамой.</p> <p>19.30 «ТЕЛОХРАНИТЕЛИ». (16+)</p> <p>21.00 «БЕСПРИНЦИПНЫЕ-3». (16+)</p> <p>22.00 «ВОЙНА НЕВЕСТ». (16+)</p> <p>Закадычных подруг Эмму и Лив ждут две новости. Хорошая новость: их свадьбы состоятся в отеле Plaza. Плохая: церемонии назначены на один и тот же день.</p> <p>00.00 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)</p> <p>01.50 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.20 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Импровизация». (16+)</p>	<p>18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.15 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>12.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>14.30 Врачи. (16+)</p> <p>15.45 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>20.30 «ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ». (16+)</p> <p>22.30 «ИМПЕРАТРИЦА КИ». (16+)</p> <p>23.45 «ПОЛНОЛУНИЕ». (16+)</p> <p>00.45 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)</p> <p>03.45 «Тайные знаки». (16+)</p> <p>04.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>06.00 Дорожные войны 02.0. (16+)</p> <p>07.20 Дорожные войны. (16+)</p> <p>09.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>10.15 «СОЛДАТЫ-4». (12+)</p> <p>16.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>17.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>«Улётное видео» - это сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искрометным юмором, смешными шутками и невероятными кадрами.</p> <p>20.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>04.15 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.30 Дорожные войны 02.0. (16+)</p>	<p>15.30 Все на Матч!</p> <p>06.00, 14.25 «Звёзды без правил». (12+)</p> <p>06.30 «Голевая неделя. РФ». (6+)</p> <p>07.00, 09.10, 12.50, 14.55, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 15.30, 17.55, 21.20, 00.15 Все на Матч!</p> <p>09.15 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>09.35 Бокс. Чемпионат России. 1/2 финала. Пр.тр. «Есть тема!»</p> <p>12.55 03.30 Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. (6+)</p> <p>16.25 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Сантос» (Бразилия). Пр.тр. «Динамо» (Москва). Кубок Мэра Москвы. Пр.тр. Самбо. Кубок мира. (12+)</p> <p>22.15 Бокс. Чемпионат России. 1/2 финала. (16+)</p> <p>00.55 Мотоспорт. Спидвей. Гран-при. (6+)</p> <p>01.55 «Динамо» Ленинград». (12+)</p>	<p>07.55 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>06.30, 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.55 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.55 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.10, 23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.25, 00.35 «Порча». (16+)</p> <p>12.55, 01.05 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30, 01.40 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05, 02.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «КАК МЫ ЛЮБИЛИ ДРУГ ДРУГА». (16+)</p> <p>19.00 «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)</p> <p>Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Ольга Гришина, Михаил Химичев. На первый взгляд Лина живёт самой заурядной жизнью.</p> <p>02.30 «БАБОЧКИ И ПТИЦЫ». (16+)</p>	

## ЦВЕТОВОДСТВО

Гибискус более знаком нам под именем китайская роза.

И хотя к семейству розовых он не имеет никакого отношения, гибискус очень любим многими цветоводами. Где только его ни встретишь: в парках и садах, оранжереях, офисных холлах и, конечно, в квартирах любителей цветоводства. Китайская роза быстро растёт, красиво цветёт. Да и в уходе сложностей не вызывает даже у начинающего цветовода.



# Быстро растёт, красиво цветёт

### Освещение

Хорошее освещение в течение всего года крайне важно для гибискуса. От этого зависит, насколько активно и пышно он будет цвести. Зимой размещайте растение на окнах южного направления, менее подойдут восточные или западные окна. Китайская роза будет совсем не против, если в зимний период вы устроите ей дополнительную подсветку. На летний период можно перенести гибискус на балкон или веранду. Главное, помните, что это растение очень не любит сильных сквозняков.

### Температура

Весной и летом наиболее благоприятный температурный диапазон – в пределах 22-25 градусов. Зимой, когда гибискус отдыхает, для него желательны более прохладные условия, но не ниже 15 градусов. Самое главное, чтобы не было крайностей: излишней жары или холода.

### Полив

При поливе китайской розы важно соблюдать золотую середину и поливать только по мере просыхания верхнего слоя земляного кома. В жару делать это нужно чаще, при более прохладном содержании – реже. Воду лучше использовать отстоянную комнатной температуры. Излишек воды из поддона обязательно сливать.

### Пересадка

Пока растение молодое, его обычно пересаживают ежегодно по весне. Растения пяти лет и старше пересаживают примерно раз в три года, или же можно просто обновить верхний слой земли. Если пересаживаете гибискус в новый горшок, помните, что он должен быть на 2-3 см в диаметре больше предыдущего. На дно обязательно выложите слой дренажа. Пересаживать китайскую розу лучше всего методом перевалки, чтобы минимально травмировать корневую систему. Между стенками горшка и земляным комом растения насыпьте свежего грунта и уплотните, после пересадки полейте водой комнатной температуры.

### Влажность

Гибискус будет очень благодарен за регулярные опрыскивания из пульверизатора. Особенно в жаркие летние дни или зимой, когда работают батареи отопления.

### ЭТО ИНТЕРЕСНО

#### Парк гибискусов

В Куала-Лумпуре, столице Малайзии, в Ботаническом саду рядом с парком бабочек расположился единственный в мире парк гибискусов. Эти растения настолько любимы местным населением, что стали символом страны. В парке же произрастает около 200 видов этих растений, среди которых многолетники и однолетники, древовидные, листопадные и даже травянистые гибискусы.



### ДЕТАЛИ

#### Для вкуса и красоты

На родине гибискуса принято готовить из него полезный и вкусный чай. Нам этот напиток больше известен как каркаде. А еще из цветков гибискуса готовят варенье.



Ольга БЕЛЬСКАЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.00 «ИСКРЕННЕ ВАШ». (12+)
- 07.25 Мультфильмы. (0+)
- 08.10 «ДЕВЯТЬ ДНЕЙ ОДНОГО ГОДА». (12+)
- 10.15 «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (12+)
- 13.05 «ЖЕНИТЬБА БАЛЬЗАМИНОВА». (12+)
- 14.45 «СПОРТЛОТО-82». (12+)
- 16.30 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
- 18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ-7». (16+)
- 19.50 «БЕРЕГИСЬ АВТОМОБИЛЯ». (12+)
- 21.30 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)
- 23.00 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
- 00.50 «ЧЕРТ С ПОРТФЕЛЕМ». (16+)
- 01.55 «ВЕРТИКАЛЬ». (12+)
- 03.05 «ДНИ ТУРБИНЫХ». (12+)

TV1000 VIJU TV1000

- 05.35 «My Little Pony в кино». Мультфильм. (6+)
- 07.15 «ИСКУССТВЕННЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ. ДОСТУП НЕОГРАНИЧЕН». (16+)
- 09.05 «ОНА». (16+)
- 11.20 «СЕТЬ». (16+)
- 13.35 «ТАКСИ». (16+)
- 15.20 «ТАКСИ-2». (16+)
- 17.00, 17.50 «ПРАВОСУДИЕ». (16+)
- 18.40 «ПРИВЫЧКА ЖЕНИТЬСЯ». (16+)
- 21.00 «ПРИТВОРИСЬ МОЕЙ ЖЕНОЙ». (16+)
- США, 2011 г. В ролях: Адам Сэндлер, Дженифер Энистон, Николь Кидман, Ник Свардсон, Бруклин Декер
- 23.15 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (16+)
- 01.35 «БЕЗ ТОРМОЗОВ». (16+)
- 02.55 «ТАКСИ-3». (16+)
- 04.15 «ТАКСИ-4». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

- 05.30 «Смешарики». Мультсериал. (6+)
- 06.20 «Чуч-Мяуч». Мультсериал. (6+)
- 07.15 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
- 08.10 «КАЛЕНДАРЬ МА(И)Я». (6+)
- 09.55 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
- 12.05 «АРТЕК. БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
- 13.55 «ЭЛАСТИКО». (16+)
- 15.30 «ЭЛАСТИКО: ДВЕНАДЦАТЫЙ ИПРОК». (16+)
- 17.00, 17.50 «СЛЕД». (16+)
- 18.40 «ОДНАЖДЫ». (16+)
- 20.00 «14+». (16+)
- 22.30 «КОРОЛЕВА». (12+)
- 00.10 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)
- 02.00 «ПИТЕР FM». (12+)
- 03.25 «ПРОГУЛКА». (12+)
- 04.55 «Золотая антилопа». Мультфильм. (6+)

ДОМ КИНО

- 05.30 «Три кота». Мультсериал. (6+)
- 05.50 «Кошей. Похититель невест». Мультфильм. (6+)
- Вечно молодой модник и богач Кошей тоскует без любви, но все невесты от него сбегают...
- 07.00 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
- 08.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
- 09.55 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
- 11.30 «Иван Царевич и Серый Волк-5». Мультфильм. (6+)
- 13.00 «СВАТЫ». (16+)
- 20.00 «БАЛАБОЛ». (16+)
- 00.00 «ПОСЛЕДНИЙ МЕНТ». (16+)
- 02.10 «30 СВИДАНИЙ». (16+)
- Россия, 2015 г.
- 03.40 «ДОРОГОЙ ПАПА». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 01.45 «МЫЗИК». (18+)
- 03.25 «СЕРДЦА И КОСТИ». (16+)
- 05.15 «НЕОБЫКНОВЕННАЯ ИСТОРИЯ НА РОЖДЕСТВО». (12+)
- 06.55 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)
- 08.45 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
- 10.35 «ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ МИРЫ». (16+)
- 12.20 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
- 13.45 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
- 15.20 «УЖЕ СКАЧУ ПО ТЕБЕ». (16+)
- 17.05 «БОЕЦ». (16+)
- 18.55 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)
- 20.35 «ОТЧАЯННЫЙ ПОБЕГ». (16+)
- 22.00 «БЕЛОСНЕЖКА: МЕСТЬ ГНОМОВ». (12+)
- 23.45 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 07.10 «НА ОСТРЕБЕ». (12+)
- 09.05 «ВЕЧНАЯ ЖИЗНЬ АЛЕКСАНДРА ХРИСТОФОРОВА». (12+)
- 10.55 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
- 12.55 «НА РАЙОНЕ». (16+)
- 14.40 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)
- 16.20 «ВОЖДЬ РАЗНОКОЖИХ». (16+)
- 18.00 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
- 19.30 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)
- 21.00 «ДВА ДНЯ». (16+)
- Мелодрама, Россия, 2011 г.
- 22.40 «МОДЕЛЬ». (16+)
- 00.20 «ТАЙНА АМУЛЕТА». (12+)
- 01.55 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)
- 03.55 «ПЯТЬ НЕВЕСТ». (16+)
- 05.40 «СЕРДЦЕ И КАК ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 00.55 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)
- 02.35 «ТВОИ, МОИ И НАШИ». (6+)
- 04.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
- 05.40 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
- 07.35 «О ЧЕМ ЕЩЕ ГОВОРЯТ МУЖЧИНЫ». (16+)
- 09.25 «КРАСОТКА В УДАРЕ». (12+)
- Комедия, Россия, 2020 г.
- 11.20 «В ДЖАЗЕ ТОЛЬКО ДЕВУШКИ». (12+)
- 13.40 «ПРАВИЛА СЪЕМА: МЕТОД ХИТЧА». (12+)
- 15.50 «ГОЛАЯ ПРАВДА». (16+)
- 17.40 «ШАЛУН». (12+)
- 19.30 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В КОЛИНДУ». (16+)
- 21.00 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)
- 22.35 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ». (6+)

РОДНОЕ КИНО

- 00.10 «СЛЕД В ОКЕАНЕ». (12+)
- 01.45 «ПОСЛЕДНИЙ ГОД БЕРКУТА». (12+)
- 03.45 «НЕ ВАЛЯЙ ДУРАКА». (12+)
- 05.40 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ». (12+)
- 07.20 «СЫН ЗА ОТЦА». (16+)
- 08.55 «24 ЧАСА». (16+)
- 10.30, 11.30 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)
- 12.30 «БРАТ-2». (16+)
- 14.55, 15.55 «МАСТЕР И МАРГАРИТА». (16+)
- 16.55, 17.55 «БАНДИТСКИЙ ПЕТЕРБУРГ: АДВОКАТ». (16+)
- 19.00 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
- 20.50 «ШЕСТНАДЦАТАЯ ВЕСНА». (16+)
- 22.30 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

- 08.20 «ЕГО ЛЮБОВЬ». (12+)
- 11.05 «ЛЮБОВЬ КАК НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ». (12+)
- 14.30 «ПЕРВАЯ ПОПЫТКА». (16+)
- 2009 г. В ролях: Эльвира Болгова, Алексей Макаров, Ольга Красько
- 18.00 «ОБУЧАЮ ИГРЕ НА ГИТАРЕ». (12+)
- 2012 г. В ролях: Валерий Николаев, Алина Сергеева, Мария Звонарева
- 21.20 «ОГНЕННЫЙ АНГЕЛ». (16+)
- 2018 г. В ролях: Полина Филоненко, Алёна Савастова, Степан Бекетов, Кирилл Запорожский
- 00.40 «МОЯ МАМА НЕВЕСТА». (12+)
- 01.50 «БЕЛАЯ ВОРОНА». (12+)
- 04.30 «ЛЮБОВЬ КАК НЕСЧАСТНЫЙ СЛУЧАЙ». (12+)

CINEMA

- 06.30 «КОДЕКС ВОРА». (18+)
- 08.15 «ВЕК АДАЛИН». (16+)
- 10.15 «МОШЕННИКИ». (16+)
- 12.00 «МЕДВЕЖАТНИК». (16+)
- 14.15 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (18+)
- 16.00 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (12+)
- 18.00 «МОЙ СОЗДАТЕЛЬ». (16+)
- 20.00 «ЧАС РАСПЛАТЫ». (16+)
- США, Канада, 2003 г.
- 22.10 «ОСОБОЕ МНЕНИЕ». (16+)
- 00.50 «ОСТИН ПАУЭРС: ЧЕЛОВЕК-ЗАГАДКА МЕЖДУНАРОДНОГО МАСШТАБА». (16+)
- 02.15 «СБЕЖАВШАЯ НЕВЕСТА». (16+)
- 04.05 «УКРОЩЕНИЕ СТОПТИВОО». (12+)
- 05.40 «ТЕРМИНАТОР-2: СУДНЫЙ ДЕНЬ». (18+)

red .RED

- 06.00, 17.25, 17.45 Гастро-маркет. (16+)
- 06.20, 06.40, 18.10, 18.35 Секреты идеального сада. (16+)
- 07.05, 07.55, 08.45, 09.35 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 10.25, 11.20, 12.10, 13.05, 20.00, 20.55, 01.30, 02.15 «ЕСЛИ МУЖЧИНА ЛЮБИТ». (16+)
- 13.55 «ИДЕАЛЬНЫЙ НЕЗНАКОМЕЦ». (16+)
- США, 2007 г.
- 15.40 «ЛЮБИМЦЫ АМЕРИКИ». (16+)
- 18.55, 19.30 Дизайн от А до Я. (16+)
- 21.45, 22.30, 03.05 «ХОРОШАЯ БОРЬБА». (16+)
- 23.30, 00.30 «РАСКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)
- 03.40 «АНГЛИЙСКИЙ ЦИРЮЛЬНИК». (16+)

РЕТРО

- 06.00 «ЧУЖОЕ ИМЯ». (12+)
- 07.25 «НАДПИСЬ НА СРУБЕ». (12+)
- 07.45 «ВОЙНА ПОД КРЫШАМИ». (12+)
- 09.25 «БОЛЬШОЙ БОСС». (16+)
- 11.15 «ОБОЧИНА». (12+)
- 12.55 «СПЕШИ СТРОИТЬ ДОМ». (12+)
- 14.15 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ». (0+)
- 15.45 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)
- 17.15 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОММИССАРА МЕТРЪ». (16+)
- 19.00, 03.25 «ПОЛОНЕЗ ОГНИСКОГО». (6+)
- 20.35 «ОСЕННИЕ СНЬ». (6+)
- 22.05, 04.50 «ЧЕЛОВЕК В ФУТЛЯРЕ». (0+)
- 23.35 «ОБОЧИНА». (12+)
- 01.05 «СПЕШИ СТРОИТЬ ДОМ». (12+)
- 02.15 «СОТВОРИ БОЙ». (12+)

суббота! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
- 14.10, 15.00 «ДИКИЙ АНГЕЛ». (16+)
- 15.50, 17.00, 18.00, 19.00, 20.10, 21.20 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЙ ВЕК. ИМПЕРИЯ КЕ-СЕМ». (16+)
- 22.20 Бюгня. (16+)
- 23.30 Суббота News 2023. (16+)
- 23.40 Моя жена рулит. (16+)
- 00.40 Кулинарные детективы. (16+)
- Кулинарный квест, в котором участники угадывают и воссоздают блюдо по оставленным на кухне «уликам»
- 01.40, 02.30, 03.20 «ВО ИМЯ ЛЮБВИ». (16+)
- 04.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «БРАК ПО ЗАВЕЩАНИЮ». (16+)
- 10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
- 12.00, 20.00, 04.00 «ДАША ВАСИЛЬЕВА. ЛЮБИТЕЛЬНИЦА ЧАСТНОГО СЫСКА-3». (16+)
- Сериал. Иронический детектив, Россия, 2005 г. В ролях: Лариса Удовиченко, Вера Сотникова, Владимир Стержаков, Анна Дворжецкая, Евдокия Германова, Андрей Руденский
- 13.00, 21.00, 05.00 «ПРОСТИТЬ НЕЛЬЗЯ РАССТАТЬСЯ». (18+)
- 14.00, 22.00, 06.00 «ПОЛЕТ БАБОЧКИ». (16+)
- 15.00, 23.00, 07.00 «НАВИГАТОР». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
- 08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
- 08.30 «Ералаш». (0+)
- 09.00 «КУХНЯ». (16+)
- Шеф знакомится с сыном
- 16.05 «ВОРОНИНЫ». (16+)
- 21.55 «СЕМЕЙНЫЙ БИЗНЕС». (16+)
- Пионерам дают задание - фотографировать хорошие дела, которые они совершают. Но дети начинают подключать родителей и обманывают друг друга. Ведущий известной программы снимает про них выпуск, но Илья просит детей сорвать эфир.
- 01.05 «б кадров». (16+)
- 04.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ТВ 21

- 07.00 «БЕЛЫЙ КЛЫК». (12+)
- 08.55 «ЧЕЛОВЕК БЕЗ ЛИЦА». (18+)
- 11.10 «ВСЯ НАША НАДЕЖДА». (12+)
- Россия, 2017 г.
- 13.20 «ЗЕБРАМЕНЪ». (16+)
- Япония, 2004 г.
- 15.35 «СМИРНА». (16+)
- Греция, 2021 г.
- 17.55, 19.00, 05.15, 06.05 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)
- Сериал. Россия, 2006 г.
- 19.55 «БЕЗУПРЕЧНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)
- Португалия, 2018 г.
- 22.00 «ПИДЖАК». (16+)
- США, Германия, 2004 г.
- 00.00 «ЧУДО В МИЛАНЕ». (16+)
- 01.45 «НЕ ВОЛНУЙСЯ, ОН ДАЛЕКО НЕ УЙДЕТ». (18+)
- 03.45 «ПОГОНЯ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
- 08.10, 11.05, 14.10, 16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
- 09.05, 12.00, 15.05 Дела судебные. Новые истории. (16+)
- 10.00, 13.00, 16.00, 18.30, 02.50 Новости. (16+)
- 10.10, 13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
- 17.15 Мировое соглашение. (16+)
- 18.50 Игра в кино. (16+)
- 21.40 Назад в будущее. (16+)
- 22.30 Всемирные игры разума. (16+)
- 23.05 «ТАБОР УХОДИТ В НЕБО». (16+)
- 00.55 Наше кино. История большой любви. (16+)
- 01.35 «МОЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
- 03.05 Сделано в Евразии. (12+)
- 03.15 (Не)Фантастика. (12+)
- 03.30 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

- 04.20 «Путь к Победе». (16+)
- 05.20 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
- 06.50 «СНАЙПЕР ПОСЛЕДНИЙ ВЫСТРЕЛ». (18+)
- 09.50 «СНАЙПЕР-2. ТУНГУС». (16+)
- 13.00 «ИСТРЕБИТЕЛИ. ПОСЛЕДНИЙ БОЙ». (16+)
- Летчика Илью Бестужева вызывают в главный штаб, где повышают в звании до подполковника и приказывают сформировать собственный полк на базе новейших истребителей Як-3. Он отправляется в Москву и встречается со своим бывшим ведомым, Героем Советского Союза - летчиком Леонидом Шугаевым. Леонид знакомит его со своей девушкой - певицей Аллой Лазуркевич и ее подругой - примаой Большого театра Лидой Серебрянской.
- 23.59 «Путь к Победе». (16+)
- 01.00 «ПРИКАЗ: «УНИЧТОЖИТЬ». (16+)
- 02.30 «БУДУ ПОМНИТЬ». (16+)

ПЯТНИЦА

- 05.00, 05.40 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Турция, 2019 г.
- 06.20 Пятница News. (16+)
- 07.00 Кондитер. Торт «Сфинкс» для Надежды Ангарской. (16+)
- 08.20 На ножах. (16+)
- 09.30 Кулинарные детективы. (16+)
- 10.40 На ножах. (16+)
- 11.50 Девичник. (16+)
- 13.00, 14.50 Четыре свадьбы. (16+)
- 16.40 Четыре свадьбы. Свадьба на пляже vs Татарские традиции. (16+)
- 19.00 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)
- 21.30 Четыре свадьбы. Международный сезон. (16+)
- 00.00 «ПЯТЬ ВЕЧЕРОВ». (12+)
- СССР, 1978 г.
- 01.40 Пятница News. (16+)
- 02.10, 02.50 «ЖЕСТОКИЙ СТАМБУЛ». (16+)
- Сериал. Турция, 2019 г.
- 03.30 Инсайдеры. Санкт-Петербург. (16+)
- 04.30 Пятница News. (16+)
- 04.50 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)

Ю

- 05.20 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
- 06.55 «КЛОН». (16+)
- 09.40 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
- 11.45 Моя свекровь - монстр. (16+)
- 13.55 Супермама. (16+)
- 17.00 «КЛОН». (16+)
- 20.00 «МОЯ ДОЧЬ». (16+)
- 22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
- 00.05 Я стесняюсь своего тела. (18+)
- Как изменить свою жизнь к лучшему? Можно ли перестать стыдиться болезни, которая портит вашу жизнь? И, в конце концов, реально ли от нее избавиться? Истории больного от прибытия в клинику до обследований и операций. Из заложников своего тела пациенты проекта превратятся в уверенных людей, не стесняющихся самих себя.
- 01.55 Измени (субтитры). (18+)
- 03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 04.00 «ВЕЛИКОЛЕПНЫЕ МЕДИЧИ». (16+)
- 05.55 Первая мировая. (12+)
- 06.50, 13.50 Тайное становится явным. (12+)
- 07.00 Как климат изменил ход истории. (12+)
- 07.55 Россия глазами иностранцев. (12+)
- 08.45 Народовластие. (12+)
- 09.10, 10.15, 18.35 Пешком по Москве. (6+)
- 09.25 В поисках утраченного искусства. (12+)
- 09.50, 16.10, 16.40 Личность в истории. (12+)
- 10.30 Народный фронт Победы. (12+)
- 11.00 Великие живописцы. (12+)
- 11.55 Секреты истории. (12+)
- 14.00, 14.30 Морской узел. (12+)
- 15.00, 19.45 Обыкновенная история. (6+)
- 15.10 Без срока давности. (12+)
- 16.00 Архивы истории. (12+)
- 17.05 Историограф. (12+)
- 17.45, 23.10 Семь дней истории. (12+)
- 17.55 Ступени Победы. (12+)
- 18.50 Кремль. Эпоха царей. (12+)
- 20.00 Историада. (12+)
- 20.50 Книжные аллеи. (12+)
- 21.20 Жил-был Дом. (12+)
- 21.45 На пути к Великой Победе. (12+)
- 22.15 История одной фотографии. (6+)
- 22.25 108 минут, которые перевернули мир. (12+)
- 23.15 Сальск. Карьер смерти. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

- 06.10 Древняя история Сибири. (12+)
- 06.35 Последний персидский шах. (12+)
- 07.35, 08.35 Расцвет Великих Империй. (12+)
- 09.30, 10.30 Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)
- 11.25, 12.15 Тайны утраченного ковчега. (12+)
- 13.10 Первый полет: покорение неба. (12+)
- 14.10 Военные заводы. (12+)
- 15.05 Первая мировая война: Туннели смерти (12+)
- 16.05 Расцвет Великих Империй: Расцвет Великих Империй. (12+)
- 17.05 Расцвет Великих Империй: На пути к Империи. (12+)
- 18.00 Тайное досье Марко Поло. (12+)
- 19.00 Место преступления: древность: Вера и власть. (16+)
- 20.00 Исторические убийства: Лондонский блиц-убийца. (16+)
- 20.55 Исторические убийства: Эдинбургские похитители тел. (16+)
- 21.50 Линии фронта: Мидуэй. (12+)
- 22.55 Линии фронта: Монте-Кассино. (12+)
- 23.55, 00.55 Расцвет Великих Империй. (12+)
- 01.40, 02.30 Цинь Шихуанди. Правитель вечной империи. (12+)
- 03.20, 04.05 Тайны утраченного ковчега. (12+)
- 04.50 Линии фронта: Мидуэй. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 13.05, 18.20, 23.35 О самом главном. Как уберечь пожилого от падений? (12+)
- 07.20, 07.50 Прозрение с доктором Шиловой. (12+)
- 09.05 О самом главном. Польза имбиря. (12+)
- 10.05 Проздоровье. Стыд, вина, обида. (12+)
- 10.30 Клинический случай. Спасти Салтыкова-Щедрина. (12+)
- 11.25 Куда уходит память? (12+)
- 14.00, 03.40 Медицинский квест. (12+)
- 14.50, 00.35 Бель. Жестокая радость бытия. (16+)
- 16.35, 17.05 На приеме у Михаила Лабковского. (12+)
- 17.35 Шифры нашего тела. Внезапная смерть. (12+)
- 19.15, 05.10 Это лечится. Детская травма. (12+)
- 19.45, 05.35 Это лечится. Боли в спине. (12+)
- 20.15, 02.10 Научные сенсации. Бактерии правят миром. (12+)
- 21.00 О самом главном. Ответы на вопросы о гриппе. (12+)
- 21.55 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)
- 22.45, 02.55 Научные сенсации. Еда будущего. (12+)
- 01.20, 01.45 На приеме у доктора Ямщиковой. (12+)
- 04.25 Страшная сила смеха. (12+)

Усадьба

- 07.40 Дачных дел мастер. (12+)
- 08.10 Самогон. (16+)
- 08.25 Вершки-корешки. (12+)
- 08.40, 22.55 Фитопатка. (12+)
- 09.10, 12.15 Домашние заготовки. (12+)
- 09.25 ...И компот! (12+)
- 09.40, 09.55 Огород круглый год. (12+)
- 10.10 У мангала. (12+)
- 10.40 Пустите строителей в дом. (12+)
- 11.30 Квас. (12+)
- 11.45 История одной культуры. (12+)
- 12.30 Соленья-варенья-маринады. (12+)
- 12.50 Сад в радость. (12+)
- 13.20 Частный сектор. (12+)
- 13.50 Дело в отделе. (12+)
- 14.20 Полное лукошко. (12+)
- 14.35 Дом, милый дом! (12+)
- 14.50, 21.00 Органическое земледелие. (0+)
- 15.20, 21.30 Урожай на столе. (12+)
- 15.50, 21.55 Идеальный сад. (12+)
- 16.25, 22.25 Цветик-семицветик. (12+)
- 16.40, 22.40 Фитокосметика. (12+)
- 16.55 Стройлошадка. (12+)
- 17.25, 23.55 Идите в баню. (12+)
- 17.40, 00.05 50 оттенков желе. (12+)
- 18.00, 23.25 Дачные радости. (12+)
- 18.30, 00.30 Варенье. (12+)
- 18.45, 00.20 Кисельные берега. (12+)
- 19.00, 00.45 Декоративный огород. (12+)
- 19.30, 01.10 Садовый доктор. (12+)
- 19.40, 01.25 Лучки&Пучки. (12+)
- 19.55, 01.35 Ремонт без правил. (12+)
- 20.25, 02.00 Сам себе дизайнер. (12+)
- 20.45, 02.15 Здоровый сад. (12+)

УСАДЬБА

СПОРТ

**МАТЧ! СТРАНА**

**06.00** Художественная гимнастика. Кубок сильнейших. Трансляция из Москвы. (6+)

**08.10, 10.00** Новости

**08.15** «Что по спорту? Махакала». (12+)

**08.40** Синхронное плавание. Фестиваль «Завораживающая красота». (0+)

**09.30** «Магия большого спорта». (12+)

**10.05** Бильярд. «BetBoom Кубок Чемпионов». Финал. Трансляция из Москвы. (0+)

**12.05** «Игорь Численко. Удар форварда». Документальный фильм. (12+)

**13.00** Гольф. Кубок Лиги Ставок. Прямая трансляция из Казани

**16.00, 21.50, 04.30** «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)

**16.20** «Софтбол. Финал». Специальный репортаж. (12+)

**16.35** Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. (6+)

**17.30** «Лица страны. Виктория Комова». (12+)

**17.45** Бокс. Чемпионат России. Трансляция из Хабаровска. (16+)

**19.25** «География спорта. Грозный». (12+)

**19.50** «Здоровый образ». (12+)

**20.20** «Спортивный интерес». (12+)

**20.50** Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. (6+)

**22.10** «Софтбол. Финал». Специальный репортаж. (12+)

**22.30** «Есть тема!» (16+)

**23.50** Гольф. Кубок Лиги Ставок. Трансляция из Казани. (0+)

**02.00** пляжный футбол. OLMPIBET Чемпионат России. «Спартак» (Москва) - ЦСКА. (0+)

**03.15** пляжный футбол. OLMPIBET Чемпионат России. «Локомотив» (Москва) - «Строино» (Москва). (0+)

**04.50** Автоспорт. G-Drive Российская серия кольцевых гонок. Historic Touring Cup. (6+)

МУЗЫКА

**МУЗ-ТВ**

**05.00** Лайкер. (16+)

**06.00** Муз'итив. (16+)

**06.40** Pro-новости. (16+)

**07.00** Лайкер. (16+)

**07.35** Teen чарт. (16+)

**08.00** Лайкер. (16+)

**08.40** Pro-новости. (16+)

**09.00** Новое радио чарт. (16+)

**10.00** Плейлист. Лето. (16+)

**11.00** Битва фанклубов. (16+)

**12.00** Плейлист по кайфу. (16+)

**12.30** Хиты по-русски. (16+)

**14.00** WEB чарт. (16+)

**15.00** Pro-новости. (16+)

**15.20** В десятку! (16+)

**16.00** Юмор FM чарт. (16+)

**17.00** Лайкер. (16+)

**18.00** Pro-новости. (16+)

**18.20** Плейлист. Лето. (16+)

**19.00** Муз-ТВ чарт. (16+)

**20.00** Хит-сториз. Уматурман «Уматурман». (16+)

**20.35** Лайкер. (16+)

**22.00** Снимите это немедленно: стиль звезд. (16+)

**23.00** Pro-новости. (16+)

**23.20** Рок-н-стоп. (16+)

**00.20** Залетай в тренды. (16+)

**01.35** Лайкер. (16+)

**03.00** Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

**МУЛЬТ**

**06.00, 11.30, 19.25** «Ми-Ми-Мишки». (0+)

**06.30, 14.30, 21.00** «Смешарики». (0+)

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

**08.00, 13.00, 19.00** «Барбоскины». (0+)

**08.25, 13.25, 20.30** «Маша и Медведь». (0+)

**09.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)

**09.30** «Чуч-Мяуч». (0+)

**10.00, 14.00, 17.20** «Фиксики». (0+)

**10.30** «Кошечки-собачки». (0+)

**11.00** «Геройчики». (0+)

**15.00, 23.00** «Ник-изобретатель». (0+)

**15.30** «Простоквашино». (0+)

**17.00** «Незнайка учится». (0+)

**18.00** «Буба». (6+)

**18.25** «Лунтик». (0+)

**20.00** «Лео и Тиг». (0+)

**20.55** «Машины сказки». (0+)

**21.30** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

**22.00** «Фиксики. Дай пять! Трансформатор». (0+)

**22.35** «Бодо Боро. БОДопутешествия». (0+)

**05.00** «Истории Баданаму». (0+)

**07.00** О! Музыка! (0+)

**07.30** «Совёнок Ху-Ху». (0+)

**08.00** «ТриО!» (0+)

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

**10.20** «Пластилинки». (0+)

**10.30** «Команда СТИМ!» (6+)

**11.30** «Три кота». (0+)

**13.20** «Малыши дикой природы». (0+)

**13.30** «Фиксики». (0+)

**15.50** «Студия Каляки-Малыки». (0+)

**16.10** «Смешарики». (0+)

**18.30** О! Музыка! (0+)

**19.00** «Белка и Стрелка. Тайны космоса». (0+)

Новые приключения храбрых звездных собак, Белки и Стрелки.

**21.00** «Пластилинки». (0+)

**21.05** «Команда СТИМ!» (6+)

**22.10** «Три кота». (0+)

**00.00** «ТриО!» (0+)

**00.20** «Совёнок Ху-Ху». (0+)

**00.50** «Малыши дикой природы». (0+)

**01.00** «Фиксики». (0+)

**03.10** «Смешарики». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

**06.00, 12.35, 18.00** «Фиксики». (6+)

**06.30, 12.00, 18.30** «Гормити». (6+)

**07.05, 13.00, 19.05** «Смешарики». (6+)

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

**07.35, 13.30, 19.35** «Легенды Спарка». (6+)

**08.20, 15.55, 20.20** «Октонавты». (0+)

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

**08.50, 16.20, 20.50** «Металлоны». (6+)

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

**09.55, 17.25, 21.55** «Кинди Кидс. Твои весёлые подружки!» (0+)

**10.00, 17.30** «Роботы-поезда». (6+)

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

**14.15** «Спина к спине». (6+)

**14.25** «Щелкунчик и волшебная флейта». (6+)

**15.45, 22.15** «Енотки». (0+)

**22.00** «Бабушкины сказки». (12+)

**22.10** «Granny's Fairytales». (12+)

СОЛНЦЕ

**05.00** «Маша и Медведь». (0+)

**07.00** «Ералаш». (6+)

**07.55, 13.00, 19.05** «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)

**09.00** «Тара Дункан». (6+)

**10.20** «Фиксики. Дай пять!» (0+)

Пятый сезон мультсериала посвящен глобальной задумке профессора Евгеньевича Чудакова - открытию самого лучшего в мире музея наук! И помочь ему в этом будут дети! Ведь они не боятся задавать вопросы, фантазировать и изобретать.

**11.00** «Фиксики». (0+)

**12.30** «Простоквашино». (0+)

**15.00** «Ералаш». (6+)

**15.50** «КЛАССНАЯ ШКОЛА». (6+)

**16.55** «МАНЮНЯ». (6+)

**17.45** «РОДИТЕЛИ». (12+)

**20.30** «РОДИТЕЛИ. ТАК И ЖИВЕМ». (12+)

**22.30** «ФИТНЕС». (16+)

**23.35** «ОТЕЛЬ «БЕЛГРАД». (12+)

**01.55** «Ералаш» (субтитры). (6+)

**05.00** Ранние птицы. «Лунтик» (0+), «Смешарики» (0+), «Буба» (6+), «Барбоскины» (0+)

**07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)

**07.30** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)

**07.40** «ВИП петс». (6+)

**08.05** «Цветяшки!» (0+)

**08.50** «Команда СТИМ!» (6+)

**09.30** «Ми-Ми-Мишки». (0+)

**10.30** «Мышкин дом». (0+)

**10.45** «Мастерская «Умелые ручки»: Зверюшки из крышечек». (0+)

У Криворучки есть множество крышечек от пластиковых бутылок. Мастер Саша покажет, как превратить обыкновенные крышечки в необыкновенный зоопарк! Не пропустите новый выпуск программы «Мастерская «Умелые ручки»!

**11.05** «Петроникс». (0+)

**11.40** «Ник-изобретатель». (0+)

**12.20** «Аркадий Паровозов спешит на помощь!» (0+)

**12.25** «Диностер». (6+)

**12.50** «Инфинити Надо». (6+)

**13.10** «Дикие скричеры!» (6+)

**13.30** «Тобот. Детективы Галактики». (6+)

**14.00** «Навигатор. Новости». (0+)

**14.15** «Улётная доставка». (0+)

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

**15.00** Час «Союзмультфильма». (0+)

**16.05** «Клуб Винкс». (6+)

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

**18.00** «Три кота». (0+)

**19.00** «Лео и Тиг». (0+)

**20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

**20.45** «Оранжевая королева». (0+)

**22.00** «Инфинити Надо». (6+)

**22.30** «Таинственные золотые города». (6+)

**23.40** «38 полугаев». (0+)

**00.30** «Театр Берилляки». (0+)

**00.45** «ВЫШЕ РАДУГИ». 2 серия. (0+)

**01.55** «Давайте рисовать!» (0+)

**02.20** «Царевны». (0+)

**03.25** «Лапы, морды и хвосты». (0+)

**03.40** «Тима и Тома». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

**СПАС**

**05.00** День Патриарха. (0+)

**05.10, 06.25** «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ!». (12+)

**07.50** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

**08.00, 09.00** Утро на СПАСЕ. (0+)

**10.00** Византия. Жизнь после смерти. 15 серия. (0+)

**10.50** В поисках Бога. (6+)

**11.25, 23.05** Пилигрим. Великий северный путь. (6+)

**12.15** Простые чудеса. (12+)

**13.05, 21.40** Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

**13.40, 14.05, 14.30** Монастырская кухня. (0+)

**15.00, 00.50** Украина. Обыкновенный нацизм. (16+)

**16.05** Старцы. Николай (Гурьянов). (0+)

**16.35, 17.35, 18.30** «ДОМ У БОЛЬШОЙ РЕКИ». 3-5 серии. (16+)

**19.30** Вечер на СПАСЕ. (0+)

**20.30** Раскол. (12+)

**22.15, 03.30** Византия. Жизнь после смерти. Удар в спину: крестовый поход против христиан. XII-XIII века. 16 серия. (0+)

**23.55** Апокалипсис. (18+)

**00.35** День Патриарха. (0+)

**01.45** В поисках Бога. (6+)

**02.15** Воспитанные фашизмом. (16+)

**02.45** Люди Донбасса. Не ради славы. (12+)

**03.00** «Свое» с Андреем Даниленко. (6+)

**04.10** Вечер на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

24 августа  
Седмица 12-я по Пятидесятнице. Глас 2.  
Попразднство Преображения Господня.  
Мч. архидиакона Евпла.



Мч. Сосанни девы и с нею Гаия, папы Римского, Гавиния пресвитера, Клавдия, Максима, Препедигны, Александра и Куфия. Прмч. Феодора и Василия Печерских. Прп. Феодора, кн. Острожского, Печерского. Прп. Иоанна Святогорского, затворника.

Успенский пост.

«Не будь сам низкопоклонным и не допускай других унижаться пред тобой и лстыть тебе: первое есть свойство человека хитрого и коварного, а последнее – тщеславного и гордого».  
Свт. Амвросий Медиоланский

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

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

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

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

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

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

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

СУДОКУ

Ответы

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

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

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

 ПЕРВЫЙ


21.00 «Время»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 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 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ».** (12+)
- 23.00 Премьера. Гала-концерт международного конкурса песен на русском языке «Автора!» (12+)
- 01.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Мелодии моей жизни». (16+)
- 01.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Повара на колесах». (16+)
- 02.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Письма». (16+)

 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.35 «АЛЕША».** (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «АЛЕША».** (16+)
- 09.50 «ТАНКИСТ».** (12+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «ТАНКИСТ».** (12+)
- 14.00 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ: СУДЬБЫ».** (16+)
- 15.00 «МОРСКИЕ ДЬВУЛЫ-5».** (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД».** (16+)
- 21.25 «СВОИ-5».** (16+)
- 22.20 «СВОИ-3».** (16+)
- 23.10 «Светская хроника». (16+)
- 00.10 Они потрясли мир. (12+)
- 02.30 «СВОИ-4».** (16+)
- 03.45 «СВОИ-2».** (16+)
- 04.20 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-3».** (16+)

 РОССИЯ 1


14.55 «ГОДУНОВ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «ГОДУНОВ».** (16+)
- Фёдор Годунов призывает Ксению идти к патриарху Гермогену в Москву и поднимать народ против иноземных захватчиков. Нечай сообщает о том, что поляки готовят подкоп под Троице-Сергиев монастырь.
- 16.00 Вести
- 16.30 Прямой эфир. (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.15 Вести. Местное время
- 21.30 «ХИТРОВКА. ЗНАК ЧЕТЫРЁХ».** (12+)
- Россия, 2023 г. Исторический детектив. В ролях: Константин Крюков, Михаил Пореченков. Москва, 1902 год. Знаменитый режиссёр Константин Станиславский в поисках вдохновения для постановки новой пьесы решает познакомиться с жизнью городского «дна». Он обращается за помощью к признанному знатоку московских трущоб Владимиру Гиляровскому.
- 23.55 «БЕЛЫЙ ТИГР».** (16+)
- 02.00 «АННА КАРЕНИНА. ИСТОРИЯ ВРОНСКОГО».** (12+)

 ЗВЕЗДА

- 06.35 «ДОРОГАЯ».** (16+)
- 09.00, 13.00, 17.00, 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.20 «ПРОЕКТ «АЛЬФА».** (12+)
- 11.20 13.25, 15.05 «КРЕМЬ».** (16+)
- 15.00 Военные новости. (16+)
- 16.25 17.15, 19.45 «КРЕМЬ: ОСВОБОЖДЕНИЕ».** (16+)
- 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
- 23.00 Музыка+. (12+)
- 00.45 «ЧЕЛОВЕК С БУЛВАРА КАПУЦИНОВ».** (12+)
- 02.25 «ДЕНЬ СЧАСТЬЯ».** (12+)
- 04.05 «Легендарные самолеты». (16+)
- 04.45 «МЫ, ДВОЕ МУЖЧИН».** (12+)

 ТВЦ


14.30 События

- 06.00 «Настроение»
- 08.25 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ».** (12+)
- 11.30 События
- 11.50 «КОЛОДЕЦ ЗАБЫТЫХ ЖЕЛАНИЙ».** (12+)
- 12.35 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ».** (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «СЕЛФИ С СУДЬБОЙ».** (12+)
- 16.55 «Актёрские драмы. Старость не радость». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «ПОД ПРИЦЕЛОМ ЛЮБВИ».** (16+)
- Россия, 2012 г. Детектив. В ролях: Яна Соболевская, Павел Баршак. С крыши торгового центра упала Анна Власова - дочь крупного бизнесмена. Следователь Борисов не находит мотивов для убийства, тем более что в крови девушки были найдены наркотики. Но сестра погибшей Кира не считает, что Аня сама решила свести счеты с жизнью.
- 20.25 «БАРС И ЛЯЛЯКА».** (12+)
- 22.25 «Хорошие песни». (12+)
- 23.55 «САМАЯ ОБЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ».** (12+)
- 01.20 «Петровка, 38». (16+)
- 01.35 «ГДЕ-ТО НА КРАЮ СВЕТА».** (12+)
- 04.30 «Актёрские судьбы». (16+)
- 06.00 «На приёме у врача с Лысенко».** (12+)
- 06.40 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ».** (16+)
- 07.30, 11.05, 17.00 «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 «Великие шедевры строительства». (12+)
- 11.30 «ВЕРСИЯ ПОЛКОВНИКА ЗОРИНА».** (12+)
- 15.10 «ЖДИТЕ ПИСЕМ».** (12+)
- 16.45 «Курская дуга». (12+)
- 17.25 «Муха-Цокотуха». (0+)
- 17.35, 05.30 «Книжные аллели. Адреса и строки». (12+)
- 21.00 «ПАСПОРТ».** (16+)

 ОТР

 НТВ


16.45 «ЗИМОРОДОК». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС».** (16+)
- Налетчики, приехавшие на машине «Скорой помощи», грабят ювелирный салон. При этом один из них убивает полицейского. Но когда ценности уже погружены в машину, один из налетчиков убегаёт, оставив поделников без добычи. В то же время в парке происходит убийство доктора. Пес находит бумажник убитого.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «ЗИМОРОДОК».** (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 «ЗАПОВЕДНЫЙ СПЕЦНАЗ».** (16+)
- В Байкальский национальный заповедник приезжает опытный инспектор природоохраны Юрий Тарханов. Новый директор заповедника - Елена Шапошникова - надеется, что он наведет в нем порядок.
- 00.00 «Своя правда» с Романом Бабаевым. (16+)
- 01.50 «Инфоцит». (16+)
- 02.20 «БРАТАНЫ».** (16+)
- 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 «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, 00.45 «Сити». (12+)
- 13.45, 16.45, 01.40 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 21.20, 23.40, 04.35 «Московский патруль». (16+)
- 23.15, 02.35, 05.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10, 03.10 «Ночью Сити». (18+)

 МОСКВА 24

 РОССИЯ К

 РОССИЯ К Культура


12.45 «Рассказы из русской истории»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.05 Легенды мирового кино
- 07.35, 16.15 «Репортажи из будущего»
- 08.15 «Жизнь и судьба»
- 08.35, 16.00 Цвет времени
- 08.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ МАЛЕНЬКОГО МУКА»**
- 10.00, 12.30, 17.00, 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Весёлые ребята». Мы будем петь и смеяться, как дети!»
- 10.55 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА»**
- 12.45 «Рассказы из русской истории»
- 13.40 «Запечатленное время»
- 14.10 «Эрмитаж»
- 14.35 «ОСЕННИЕ СНЫ»**
- 17.15, 00.45 Музыка эпохи барокко. Василиса Бержанская и оркестр Pratum Integrum
- 18.05 «Билет в Большой»
- 18.45, 21.25 «Острова»
- 19.45 Линия жизни
- К 75-летию Льва Зеленого. «Людей неинтересных в мире нет. Их судьбы - как истории планет», - цитата стихотворения Евгения Евтушенко стала неким девизом жизни Льва Зеленого.
- 20.40, 01.35 «Искатели»
- 22.05 «ЖДИТЕ ПИСЕМ»**
- 23.35 «Роман в камне»
- 00.00 «СТРАЖА»**
- 02.20 «Мультфильмы для взрослых»
- 03.00 Перерыв в вещании

 360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Новости МО». (16+)
- 06.00, 04.25 «Публицистическая программа». (12+)
- 06.30 «Самое вкусное». (12+)
- 07.00 «Вкусно 360». (12+)
- 08.00, 08.35, 09.00, 09.30, 20.00, 20.30, 21.10, 21.40 «Закрытый архив». (16+)
- 08.30, 11.00, 12.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 21.00 «Новости 360». (16+)
- 10.00, 19.00 «ИАП». (16+)
- 11.05, 04.50 «ЧП 360». (16+)
- 11.10 «Быстрые деньги». (12+)
- 12.20, 14.05, 15.05, 16.05, 17.05, 18.05 «Погода 360». (6+)
- 12.30, 15.10, 18.10, 03.00 «Лето в Подмосковье». (12+)
- 12.40, 13.40, 14.10, 16.40, 17.10 «Внимание! Еда!» (12+)
- 13.00 «Викторина 360». (0+)
- 14.30, 00.50 «Погода». (16+)
- 15.25 «Вместе с наукой». (12+)
- 17.30 «Суперферма 360». (12+)
- 18.30, 00.25 «Город с историей». (12+)

 СТС


11.20 Уральские пельмени. (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.30 «Простоквашино». (0+)
- 07.15 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 «Смешарики. Легенда о золотом драконе». (6+)
- 09.35 «Смешарики. Дежавю». (6+)
- Крош решает устроить незабываемый день рождения Копатыча - он обращается в агентство «Дежавю», которое обещает своим клиентам удивительные путешествия во времени.
- 11.20 Уральские пельмени. (16+)
- 13.45 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
- 22.30 ПРЕМЬЕРА: «НОВАЯ ИГРУШКА».** (12+)
- Франция, 2022 г. Комедия. В ролях: Жамель Деббуз, Даниэль Отэй. 11-летний Александр привык, что любой его каприз исполняется. В качестве подарка на свой день рождения он выбирает Сами, задремавшего ночного сторожа торгового центра. Боясь увольнения, сторожу приходится согласиться провести несколько дней в доме у мальчика.
- 00.45 «ЛЮБОВЬ С ОГРАНИЧЕНИЯМИ».** (16+)
- 02.40 «ПАПИНЫ ДОЧКИ».** (16+)
- 04.50 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.05, 07.30, 00.10 «Мой район. Навигатор». (16+)
- 06.15, 07.10 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 06.45, 23.45 «Москва на все времена». (12+)
- 07.40 «Тайны кино». (12+)
- 08.25 15.30 «ПАССАЖИР С ЭКВАТОРА».** (6+)
- 09.50 «Тайны эстрады». (12+)
- 10.20 «Юмор на все времена». (12+)
- 11.05 «ПРЕДСЕДАТЕЛЬ».** (12+)
- 14.00 «ВЫСТРЕЛ В ТУМАНЕ».** (16+)
- 16.55 «Программа наших передач». (12+)
- 17.45 Звезды советского экрана. (12+)
- 18.15 00.20 «ЧИСТО АНГЛИЙСКИЕ УБИЙСТВА».** (16+)
- 20.00 «ЗНАХАРЬ».** (16+)
- 22.15 «24-25 НЕ ВОЗВРАЩАЕТСЯ».** (12+)

 МОСКВА. ДОВЕРИЕ



REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный проект». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00, 16.00, 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00, 18.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 «ТЁМНАЯ БАШНЯ». (16+)</p> <p>21.50 «ДИТЯ РОБОТА». (16+)</p> <p>00.00 Соль. (16+)</p> <p>01.20 «ДОМ СТРАННЫХ ДЕТЕЙ МИСС ПЕРГРИН». (16+)</p>	<p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>16.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)</p> <p>18.20 «БОТАН И СУПЕРБАБА». (16+)</p> <p>20.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>22.55 «Галустян плюс». (16+)</p> <p>02.45 «Импровизация». (16+)</p> <p>04.20 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.55 «Импровизация». (16+)</p>	<p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Слепая». (16+)</p> <p>09.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.15 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.15 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>12.30 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 «ТОЛКОВАТЕЛЬ СНОВ». (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>16.45 «Слепая». (16+)</p> <p>18.30 Экстратакси. (16+)</p> <p>19.00 «ПРЕДПОСЛЕДНЯЯ ИНСТАНЦИЯ». (16+)</p> <p>00.30 «БРЕШЬ». (18+)</p> <p>02.00 Мистические истории. (16+)</p>	<p>10.15 «СОЛДАТЫ-4». (12+)</p> <p>06.00 Дорожные войны. (16+)</p> <p>07.30 Дорожные войны. (16+)</p> <p>08.50 Улётное видео. (16+)</p> <p>10.15 «СОЛДАТЫ-4». (12+)</p> <p>16.30 Утилизатор. (16+)</p> <p>19.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>21.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>04.20 Вне закона. Преступление и наказание. (16+)</p> <p>05.00 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.50 Утилизатор. (16+)</p>	<p>15.30 Смешанные единоборства.</p> <p>06.00 Бокс. Пр.тр. (16+)</p> <p>07.00, 09.10, 12.50, 14.55, 02.55 Новости (16+)</p> <p>07.05, 17.45, 19.10, 21.10, 23.30 Все на Матч!</p> <p>09.15 «Небесная грация». (0+)</p> <p>09.35 Бокс. Чемпионат России. Финалы. Пр.тр. (16+)</p> <p>11.45 «Вы это видели». (12+)</p> <p>12.30 Лица страны. (12+)</p> <p>12.55 «Есть тема!» (12+)</p> <p>14.25 «Звёзды без правил». (12+)</p> <p>15.00 Автоспорт. ЧР по дрэг-рейсингу. (6+)</p> <p>15.30 Смешанные единоборства. Пр.тр. (16+)</p> <p>17.55 Пляжный футбол. ОЛИМПВЕТ Р. Суперфинал. Пр.тр. (16+)</p> <p>19.25 Мини-футбол. КПРО (Москва) - «Синара» (Екатеринбург). Суперкубок России. Пр.тр. (16+)</p> <p>21.25 Футбол. «Лейпциг» - «Штутгарт». Пр.тр. (16+)</p> <p>00.25 «РецептУра». (6+)</p> <p>00.55 Гольф. (0+)</p> <p>03.00 Регби-7. (12+)</p>	<p>11.25 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>08.10 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>09.10 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>11.25, 23.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>12.30, 00.30 «Порча». (16+)</p> <p>13.00, 01.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.35, 01.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10, 02.00 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 «ЛЮБОВЬ БЕЗ ПРАВА ПЕРЕДАЧИ». (16+)</p> <p>19.00 «ОТКРЫТАЯ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Виолетта Давыдовская, Евгения Ярушников. Светлана была счастлива в браке с Виктором, занималась дочерью Ириной и своим хобби.</p> <p>02.25 «ЗА ВСЁ ЗАПЛАЧЕНО». (16+)</p> <p>05.20 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p>

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 21 ПО 27 АВГУСТА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 21 ПО 27 АВГУСТА

**ОВЕН (21.03 – 20.04)**  
Звезды благосклонны к Овнам, ваша работа привлекает внимание, однако некоторые ситуации должны насторожить и призвать к бдительности. Например, если деловой партнер слишком сильно хвалит ваши достижения, сразу обращайтесь на это внимание.

**ЛЕВ (23.07 – 22.08)**  
Звезды советуют Львам сосредоточить свое внимание на важных делах, а свои «хотелки» отложить до лучших времен. Не следует лениться, если хотите получить отличные результаты. Не забывайте о благодарности людям. И в первую очередь отмечайте своих наставников.

**СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)**  
У Стрельцов благоприятный период, чтобы духовно укрепиться, преодолеть сомнения. Вы полны уверенности в том, чем занимаетесь сейчас. Хорошее время для реализации идей. В личном плане все хорошо: ваше общение с любимым будет наполнено особой радостью.

**ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)**  
Опыт, полученный в прошлом, может мешать Водолеям жить настоящим. Этот жизненный этап превращается в затяжное ожидание и постоянные размышления, которые не ведут к реальным переменам. Звезды рекомендуют вам начать работать над своим будущим.

**ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)**  
Неделя у Тельцов пройдет спокойно как на работе, так и дома. Насладитесь достигнутой стабильностью, пожинайте плоды собственного труда и достижений. У вас станет больше свободного времени, займитесь чем-то творческим или познавательным. Выходные проведите с семьей.

**ДЕВА (23.08 – 23.09)**  
Девам стоит сконцентрировать свое внимание на завершении рабочих и домашних дел. Звезды готовы помочь вам в реализации. Но не следует надеяться только на них. Вы сами должны выполнять работу, даже если она вам кажется скучной и неинтересной.

**БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)**  
Звезды обещают, что упорным Близнецам, которые не сходят с намеченного пути, будет сопутствовать удача. Прекрасное время для решения проблем, в том числе в личной жизни. В этот период будут полезны встречи с друзьями. Завершите неделю на позитивной ноте.

**ВЕСЫ (24.09 – 23.10)**  
Неделя у Весов будет наполнена хлопотами и домашними заботами. Видно, настало время навести в доме не только порядок, но и уют и покой. Все дела стоит проводить в спокойном состоянии, а работу выполнять взвешенно и разумно. Не забывайте о близких.

**РАК (22.06 – 22.07)**  
Ракам стоит возобновить общение со старыми друзьями. Есть вероятность, что от кого-то из них поступит очень полезная информация. Возможны интересные знакомства. Наступило отличное время для отдыха. Уделите внимание любимому человеку.

**СКОРПИОН (24.10 – 22.11)**  
Скорпионы могут быть слишком эмоциональны, и это создаст немало проблем в течение недели. Вероятны конфликты с собеседниками практически из-за мелочей. Это может навредить отношениям с коллегами. Постарайтесь не срывать на близких.

**КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)**  
Звезды расположились так, что многим Козерогам придется столкнуться со сложными ситуациями. Мыслите здраво без эмоций и постарайтесь сглаживать углы, не допуская конфликтов. Уделите время совместной прогулке с любимым человеком.

**РЫБЫ (19.02 – 20.03)**  
Рыбы могут ощутить небывалый подъем жизненных сил. Старайтесь реализовывать всю эту энергию в выходные или в течение вечера – выходите гулять, запишитесь в тренажерный зал, начните заниматься игровыми видами спорта. Проявите заботу о близких.

## 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**







REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>05.00, 03.25 «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 Прокопенко». (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+) «СОВБЕЗ» в деталях изучает всё лучшее, что было накоплено человечеством в войнах и гонках вооружения в мирные времена.</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные спски». (16+)</p> <p>19.00 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ КИЛЛЕРА». (16+)</p> <p>21.20 «ТЕЛОХРАНИТЕЛЬ ЖЕНЫ КИЛЛЕРА». (16+)</p> <p>23.35 «РЫЦАРИ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (18+)</p> <p>01.45 «СТРИПТИЗЁРШИ». (18+)</p>	<p>11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>21.00 «Музыкальная интуиция». (16+) Премьера! Анна Седокова и её команда сыграют против трио Алексея Чумакова. Вместе с ними в студию к Азамату Мусагалиеву придут Денис Дорохов, Антон Шастун, Марина Федункив и Роман Каграманов. Им предстоит отгадать, кто из 10 участников умеет петь, не слыша их голос. В их распоряжении будут лишь подсказки, которые даст ведущий, и собственная интуиция.</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «Выжить в Дубае». (16+)</p> <p>01.55 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.30 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.10 «Импровизация». (16+)</p>	<p>21.00 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.15 «Гостя из космоса». (6+)</p> <p>09.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>09.30 Вкусно с Ляйсан. (16+)</p> <p>10.00 Женский журнал ТВ-3. (16+)</p> <p>11.00 Гадалка. (16+) С Аней творится нечто странное. С некоторых пор она стала испытывать сильную страсть к своему немолодому, некрасивому и женатому начальнику, которого коллеги за спиной прозвали Жабой. Когда она его видит, то тянется к нему, а на расстоянии испытывает отвращение.</p> <p>21.00 «13-Й РАЙОН: УЛЬТИМАТУМ». (16+)</p> <p>23.00 «ПОД НАБЛЮДЕНИЕМ». (18+)</p> <p>01.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)</p> <p>04.00 «Тайные знаки». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>06.00 Утилизатор. (16+) Ведущий проекта Юрий Сидоренко продолжит избавлять города России от автохлама. Правила проекта остались прежними, но теперь к вопросам на автомобильную тематику добавится вопрос о родном городе участников. После викторины герои выбирают сумму и утилизировать свой автомобиль или подарить ему вторую жизнь, отремонтировав его.</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-3». (12+)</p> <p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>23.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>01.30 «+100500». (18+)</p> <p>03.50 За гранью реального. (16+)</p> <p>05.20 Утилизатор. (16+)</p>	<p>12.20 Новости</p> <p>06.00 Бокс. Пр.тр. 07.00, 12.20, 14.55, 02.50 Новости</p> <p>07.05, 14.25, 18.00, 23.45 Все на Матч!</p> <p>09.35 Бокс. Чемпионат России. Финалы. Пр.тр.</p> <p>12.25 Футбол. «Локомотив» (Москва) - «Краснодар». Суперлига. Пр.тр.</p> <p>15.00 Смешанные единоборства. М. Холлоуэй - Ч.С. Джунга. UFC. Пр.тр.</p> <p>19.00 Футбол. «Спартак» (Москва) - «Ахмат» (Грозный). МИР Российская Премьер-Лига. Пр.тр.</p> <p>21.40 Футбол. «Милан» - «Торино». Чемпионат Италии. Пр.тр.</p> <p>00.25 Футбол. «Фламенго» - «Интернасьонал». Пр.тр.</p> <p>02.35 «Вы это видели». (12+)</p> <p>02.55 Футбол. «Коринтианс» - «Гояс». Пр.тр.</p>	<p>10.00 Пять ужинов. (16+)</p> <p>06.30 04.40 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p> <p>10.00 Пять ужинов. (16+)</p> <p>10.15 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (16+) Россия, 2016 г. Лирическая комедия. В ролях: Антонина Дивина, Владимир Гориславец. У своенравной Анастасии две мечты: выйти замуж за Никиту Басова и получить свободу от своего властного деда Вениамина.</p> <p>14.05 «МАМА». (16+) Молодая учительница русского языка и литературы Вера Субботина начала новую жизнь: переехала из Санкт-Петербурга в Москву и устроилась на работу в лицей. Новый коллектив, новые ученики, новые знакомства.</p> <p>22.40 «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)</p> <p>00.45 «ЛЮБИМАЯ». (16+)</p> <p>02.25 «Настоящая Ванга». (16+)</p>	

### ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

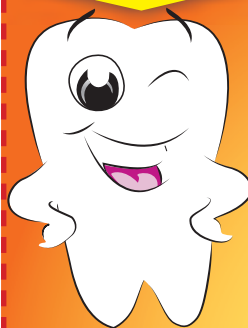
В числовом кроссворде все буквы заменены на числа. Одинаковым буквам соответствуют одинаковые числа, различным - разные. Одно слово уже вписано в сетку.

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

По горизонтали: Биополе. Трель. Методика. Снобизм. Синьор. Всячина. Тес. Спорт. Перст. Тура. Дендрарий. Кедрач. Снегирь. Диска. По вертикали: Истина. Педсовет. Люкс. Трубочист. Слизень. Смысл. Анестетик. Сплетня. Трудяга. Тугрик. Гаучо. Маори. Йети.

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

Нам 18 лет



ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ  
**СКИДКА\***  
20% на лечение  
10% на протезирование  
10% на хирургию и имплантацию  
5% на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

При высоком качестве — низкие цены!

Звоните, приходите и убедитесь!

## СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

### ВЕСЬ 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 17.09.2023!!!

34 000 р.

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Циркониевая коронка (КНР).....**9900 р.**
- Винир E.max.....**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 17.09.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!

Скидки действуют при оплате наличными!

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19  
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85  
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27  
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01 (ЭТА-СТОМ)  
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО-77-01-020888 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА









REN	TNT	ТВ-3	ЧЕ!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>10.30 «Наука и техника». (16+)</p> <p>05.00, 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30, 12.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Самая народная программа». (16+)</p> <p>09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+)</p> <p>10.30 «Наука и техника». (16+)</p> <p>11.30 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>12.45 «КНИГА ИЛАЯ». (16+) США, 2010 г. Приключенческий боевик. В ролях: Дензел Вашингтон, Гари Олдман. Человеческая цивилизация уничтожена глобальной ядерной катастрофой.</p> <p>14.40 «БИБЛИОТЕКАРЬ». (16+)</p> <p>23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)</p>	<p>19.00 «Выжить в Дубае». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)</p> <p>19.00 «Выжить в Дубае». (16+)</p> <p>«Выжить в Дубае» - новое масштабное реалити канала TNT. Ради победы и приза в 10 миллионов рублей двум командам - звездной и народной, - придется пройти все испытания, которые только может готовить пустыня</p> <p>21.00 «Шоу Воли». (16+) Впервые за 25 лет TNT запускает собственное авторское юмористическое шоу, которое будет выходить воскресными вечерами.</p> <p>22.00 «Женский Стендап. Дайджесты-2022». (16+)</p> <p>23.00 «ГОДЗИЛЛА ПРОТИВ КОНГА». (12+)</p> <p>01.30 «Я тебе не верю». (16+)</p> <p>03.10 «Импровизация». (16+)</p> <p>04.45 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>06.20 «Импровизация». (16+)</p>	<p>02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>07.00 Женский журнал ТВ-3. (16+)</p> <p>08.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.00 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>09.15 «Ковёр-Самолёт». (6+)</p> <p>11.00 «СУПЕРИВАНОВЫ». (16+)</p> <p>15.00 Экстратакси. (16+)</p> <p>15.30 «ПРЕДПОСЛЕДНЯЯ ИНСТАНЦИЯ». (16+) Зачастую многие люди пытаются найти ответ на следующий вопрос - где же они окажутся после того, как отдадут душу Богу!? И никто из них не догадывается о том, что этот чрезмерно важный вопрос решается не где-либо, а в специальном учреждении - в Управлении по распределению душ.</p> <p>21.00 «ЧЕЛЮСТИ». (16+)</p> <p>22.45 «ИЧЧИ». (16+)</p> <p>00.30 «ИЗ ТЕМНОТЫ». (18+)</p> <p>02.00 «ЗАКРЫТАЯ ШКОЛА». (16+)</p> <p>05.15 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>10.00 «СОЛДАТЫ-3». (12+) Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни: о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.</p> <p>20.30 «+100500». (16+)</p> <p>23.30 Большой кэш. (16+)</p> <p>01.30 iТопчик. (16+) Знакомься: новое шоу «iТопчик» на «ЧЕ!». У популярного ведущего появится напарник, таинственный Мистер Голос. Наконец-то кто-то поставит Макса на место, поспорит с ним и скажет все, что думает. Топовые шоу, блогеры-миллионники и самые популярные TikTok тренды - ничто не скроется от внимания ведущего и его напарника.</p> <p>04.00 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.00 Дорожные войны 02.0. (16+)</p>	<p>09.35 «Утёнок, который не умел играть в футбол». (0+)</p> <p>06.00 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>07.00, 12.20, 15.25, 02.55 Новости</p> <p>07.05, 12.25, 15.30, 17.45, 23.45 Все на Матч!</p> <p>09.35 «Утёнок, который не умел играть в футбол». (0+)</p> <p>09.45 «Кто получит приз?» (0+)</p> <p>09.55 Бильярд. Снукер. Кубок мира. Пр.тр.</p> <p>13.25 Регби. «Химик» (Дзержинск) - «Слава» (Москва). PARI Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>16.25 Пляжный футбол. OLIMPBET Чемпионат России. Пр.тр.</p> <p>18.25 Футбол. «Бавария» - «Аугсбург». Пр.тр.</p> <p>20.30 «После футбола» с Черданцевым</p> <p>21.40 Футбол. «Наполи» - «Сассуоло». Пр.тр.</p> <p>00.25 Футбол. «Атлетико Паранаэнсе» - «Флуминенсе». Пр.тр.</p> <p>02.35 Лица страны. (12+)</p>	<p>06.30 «ИСТЕРЗАННАЯ». (16+)</p> <p>10.40 «ТОНКАЯ РАБОТА». (16+)</p> <p>14.40 «ОТКРЫТАЯ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>19.00 «КОНТРАКТ НА СЧАСТЬЕ». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Евгения Розанова, Вероника Норина. Чтобы рассчитаться с долгами мужа Виктора и спасти семью, Анна Анисимова соглашается стать суррогатной матерью для бездетной пары - известного московского архитектора Андрея Рогожина и его жены Юлии - и переезжает к ним в дом. Без памяти влюблённый в Юлю модный фотограф Игорь Зверев пытается убить Андрея.</p> <p>23.15 «ВОСПИТАНИЕ И ВЫГУЛ СОБАК И МУЖЧИН». (16+)</p> <p>01.20 «МАМА». (16+)</p> <p>04.35 «СЕРДЦЕ ЖЕНЩИНЫ». (16+)</p> <p>06.15 «6 кадров». (16+)</p>	

## 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.

Отпуск Петрович проводил на даче. Он очень любил и свежий деревенский воздух, и рыбалку на протекающей рядом речушке, и ходить по грибы в лес, до которого рукой подать.

Однажды жена Петровича уехала на пару дней в город - как он говорил, наводить красоту и заодно полить цветы, скучающие без них в квартире. До приезда жены оставалось буквально несколько часов, когда поселок потрясло чрезвычайное в их краях происшествие: случилась кража имущества. Имущество по городским меркам было совершенно пустяшное - кустик белых флоксов, росший в палисаднике одного цветовода-любителя. Цветовод, как и жена Петровича, тоже ездил в город, а вернувшись и обнаружив пропажу, громко заголосил, чем собрал вокруг себя несколько скучающих дачников.

# Белые флоксы и малосольные огурцы

Петрович какое-то время старался не обращать внимания на доносившийся с улицы шум, но в конце концов не выдержал и тоже вышел за калитку.

— Что за шум, а драки нет, граждане отдыхающие? — обратился он к собравшимся.

— Совершенно преступление, товарищ начальник! — живо откликнулся цветовод. — Вы только посмотрите, какое варварство! Это же уму непостижимо!

Продолжая громко возмущаться, цветовод провел Петровича в свой палисадник,

ровно по забору которого цвели, источая нежный аромат, белые флоксы. За ними располагалась незаметная снаружи нарядная полоса красных маргариток.

— Красота! — оценил Петрович, любясь ухоженным цветником.

Красота?! — взвился это как? Это же чудовищно! — он указал на флоксы, в ряду которых, если приглядеться, можно было увидеть отсутствие одного небольшого кустика,

да и то только по свежевскопанной земле.

— А я и не заметил, — простодушно ответил Петрович.

— Вы чужды красоте! — обиделся цветовод.

— Возможно, — решил не раздувать конфликта Петрович. — Вы подозреваете кого-то конкретно?

— Я не подозреваю, я знаю, кто этот варвар! — воскликнул цветовод. — Кабаниха это, ехидна старая с того конца поселка, — он махнул рукой куда-то за спину. — Давно она на мои цветы зарится, я видел!

— Нелогично получается, — ответил Петрович. — Допустим, она действительно выкопала ваши флоксы. Где их сажать? Вы же первый их обнаружите.

А она не сажать, она продавать. Ночью выкопала, а утром съездила в город на рынок и продала. Сортовые же цветы, с руками оторвут!

— Ну хорошо, пойдёмте навестим гражданку... Как, говорите, ее зовут?

— Кабаниха! Кабанова Раиса Петровна, — пробурчал потерпевший.

Раиса Петровна оказалась маленькой сухонькой старушкой.

— Чего приперлись? — буркнула она, недобро зыркнув на цветовода.

— Здравствуйте, гражданка Кабанова, — поприветствовал ее Петрович. —

Скажите пожалуйста, где вы были сегодня утром?

— Дома была, огурцы солила. Люблю, знаете ли, малосольные огурчики.

— Малосольные? — оживился Петрович. — А можно ли взглянуть?

Глядите, мне не жалко, — старушка шустро развернулась и пошла в дом, Петрович проследовал за ней.

Вот, — она открыла крышку небольшой эмалированной кастрюльки, и сразу остро запахло чесноком и пряными травами. В мутном рассоле плавали три полупрозрачных огурца цвета старой болотной тины.

— Хорошо, — удовлетворенно кивнул Петрович. — Огурцы — это хорошо. А вот цветок у гражданина вы зря выкопали, по-нашему это называется кража.

— Хорошо, — удовлетворенно кивнул Петрович. — Огурцы — это хорошо. А вот цветок у гражданина вы зря выкопали, по-нашему это называется кража.

— Хорошо, — удовлетворенно кивнул Петрович. — Огурцы — это хорошо. А вот цветок у гражданина вы зря выкопали, по-нашему это называется кража.

— Хорошо, — удовлетворенно кивнул Петрович. — Огурцы — это хорошо. А вот цветок у гражданина вы зря выкопали, по-нашему это называется кража.

— Ничего я не копала, — поджала губы Раиса Петровна.

— Копали, не отпирайтесь. Лучше скажите, как теперь с цветоводом расплачиваться будете? Ну не дело же на вас заводить.

Старушка внезапно разрыдалась.

Знаешь, начальник, так мороженого захотелось — сил нет, жарато какая стоит! А кошелек в городе остался. Дочь обещалась привезти, да сама в командировку укатила. Вот и случился грех...

— Ладно, — нахмурился Петрович. — Я ему из своих отдам, а скажу, что от вас. Только вы уж больше ни-ни, хорошо?

Старушка быстро-быстро закивала, размазывая по щекам слезы маленькой сухой ладошкой.

**Виктория АНДРЕЕВА**

Почему Петрович не поверил гражданке Кабановой?  
Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 32: студент Ванечка сразу спросил Петровича о бабушке и о молочнике, хотя не мог знать, зачем к нему пришел полицейский. Новая книга и связка бананов у студента, не получающего стипендию, косвенно подтверждают предположение об украденном и заложенном (или проданном) в ломбард антикварном молочнике.









«...брак расторгнут... решение вступает в силу...». Слова судьи били наотмашь.

**Я** не могла поверить, что это происходит со мной. До последней минуты надеялась, что он передумает, повернется ко мне, возьмет за руки, и мы убежим из этого ужасного места. Но чуда не произошло. Три года замужества закончились одним росчерком в документе. Почему? Что со мной не так? Как я буду жить без него? У меня не было ответов ни на один вопрос.

Я вышла за ним следом и увидела, как смазливая блондинка, словно бульдог, с победоносным взглядом демонстративно вцепилась в моего уже бывшего мужа и потащила его в новую жизнь.

Прижавшись спиной к старому дубу, который каким-то чудом остался в живых среди урбанистического великолепия, я прикрыла глаза. Слезы текли беззвучным потоком....

## «Давай поженимся?» № 1

Мы познакомились с Артёмом в гостях у общих, как оказалось, знакомых. Я влюбилась в него с первого взгляда: высокий, с копной непослушных волос, обаятельной улыбкой и чувством собственного достоинства, он мгновенно притянул к себе внимание присутствующих и удерживал его на протяжении всего вечера.

На следующий же день, раздобыв у подруги его телефон, позвонила и сама предложила встретиться. Мы прекрасно провели вечер, Артём искрометно шутил, а я, забыв обо всем на свете, ловила каждое его слово и взгляд.

— Давай поженимся? — предложила я сама через месяц нашего знакомства.

# Не было бы



**Счастья!**

От удивления Артём аж поперхнулся.

— Вообще-то, в мои ближайшие планы не входит расставание с холостяцкой жизнью. А зачем тебе это?

— Потому что я тебя люблю и хочу быть всегда с тобой.

Мне понадобился еще год, чтобы Артём убедился в необходимости моего предложения.

Наша свадьба прошла весело, но без размаха — муж в отличие от меня оказался весьма бережливым человеком. Он всегда думал о завтрашнем дне, а я считала, что надо жить по принципу «здесь и сейчас», не дожидаясь мифического «завтра».

## Причинно-следственный суп

Постепенно я стала убеждаться в том, что противоречия со временем не исчезают, а только обо-

строятся. Неудовлетворенности мало-помалу собираются в критическую массу, и однажды случается взрыв.

Причина той, как оказалось, роковой ссоры была пустяковая, как обычно и происходит в подобных случаях.

— Опять суп не подогрела? Ведь знаешь, что я не люблю есть помои! — Артём демонстративно отодвинул тарелку и встал из-за стола.

— Но он горячий! — возразила я. — Не кипяток, конечно, но вполне подходящий для еды. К тому же слишком горячая пища вредна для желудка.

Как дипломированный кулинар, я отлично разобралась в тонкостях приготовления и употребления продуктов питания.

Муж мою шутку не оценил, подошел к холодильнику и стал копаться в овощном отсеке. Стояв-

«Каждый делает свою судьбу, и каждого она делает.»

Иван Тургенев

шая на краю полки пластиковая баночка сметаны перевернулась и шлепнулась на пол, кисло-молочная масса потекла по кафелю, фасаду полки и штанине Артёма.

И понеслось! За пять минут я узнала о себе столько нового, что даже и предположить не могла, какими качествами обладаю. В долгу оставаться не стала — поделилась своим видением его «замечательных» черт характера. Артём хлопнул дверью и ушел. А потом в почтовом ящике я нашла уведомление о повестке в суд по поводу расторжения брака.

## «Давай поженимся?» № 2

— С вами все в порядке? Может, я могу чем-то помочь? — приятный баритон вернул меня в реальность.

Передо мной стоял тот самый молодой мужчина, который разводелся со своей женой перед нами. Он тоже меня узнал.

— Не расстраивайтесь так, это уже прошлое, думайте о будущем.

— Вы ее уже не любите? — спросила я.

Он думал несколько секунд:

— Уже нет. У нас давно все к этому шло. И сегодня мы получили то, что оба хотели.

Я шмыгнула носом.

— Знаете что? — мужчина внимательно посмотрел на меня. — Может, отметим где-нибудь наши разводы? Тут за углом есть неплохое кафе.

К своему величайшему удивлению, я согласилась.

Мы проболтали с Валерием несколько часов, изливая друг другу душу. Они оказались настолько родственными, что притянулись, как две лодки, терпящие крушение в жизненном круговороте.

— А давай поженимся? — к концу вечера предложил мне новый знакомый. — Пусть «они» знают, что на них свет клином не сошелся!

Я растерянно смотрела на него во все глаза.

— Ты вообще-то нормальный?

— Более чем, — улыбнулся Валерий. — Не переживай, мы просто официально оформим наши отношения, а на деле это будет фиктивный брак.

Еще не осознавая до конца, во что вляпываюсь,

я утвердительно кивнула головой.

Я была уверена, что все это просто шутка. Но на следующий день из любопытства подошла в назначенное время к загсу. Валерий меня ждал.

— Честно говоря, не ожидал, что придешь, — улыбнулся он. — Значит, судьба! Забыл вчера спросить: а ты готовить умеешь?

Мы расписались, и я переехала в квартиру к своему новому «мужу». Валера по-джентльменски уступил мне спальню, а сам переселился в гостиную. Он оказался спокойным, уравновешенным и всеядным: за обе щеки уплетал приготовленные блюда, искренне восторгаясь моим кулинарным талантом.

Мне все больше и больше нравилась новая жизнь. Я с удовольствием готовила вкусняшки для «мужа», следила за чистотой и порядком в доме, мы подолгу разговаривали — оказалось, что у нас много общих интересов. Но следуя изначальному уговору, спали в разных комнатах.

— И чего твоему мужу не хватало? — как-то вечером вроде в шутку спросил Валера. — При других обстоятельствах я бы тебя на руках носил.

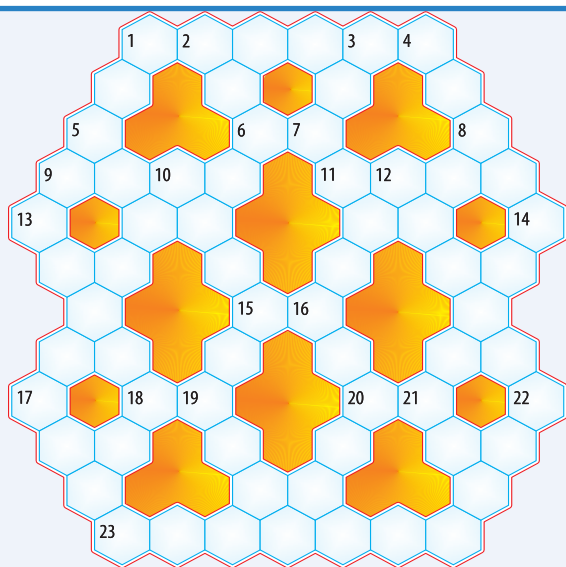
— А что тебе мешает сделать это сейчас? — ответила я ему в тон.

В следующее мгновение он подхватил меня на руки, закурил по комнате и стал целовать. Никогда еще я не чувствовала себя такой любимой и желанной.

...Скоро наступит годовщина нашей семейной жизни, которая так нестандартно начиналась. И мы собираемся в настоящее свадебное путешествие, которого у нас еще не было.

АРИНА

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



## ТРИ ДОРОГИ

**По горизонтали:** 1. Городская ... - в России в 1870-1918 годах избиралась городской думой, а председателем ее был городской голова. 9. Мальвина - Артемон, Герасим - Муму, Айболит - ... 11. Результат «слипания» трех атомов кислорода. 23. В корриде за ним последний удар шпагой.

**Слева-вниз-направо:** 2. Вершина, где альпинисты водрузили флаг.

4. Как звали пушкинскую няньку?

5. Дерево, плачущее на берегу без слез. 7. Актриса Голливуда ... Сал-

дана. 10. Дядя в пьесе Чехова. 12. Всякий игрок в интеллектуальном клубе «Что? Где? Когда?». 13. С каким городом связана легенда «Русской Атлантиды»? 16. Киноактриса 1940-х годов ... Гарднер. 17. Режиссер фильма «9 дней одного года». 19. «Спичечный» элемент. 21. Попроще кроссовки.

**Справа-вниз-налево:** 1. Вид лодки у эскимосов. 3. «Однажды Лебедь, Рак да Щука везти с поклажей ...

взялись» (Иван Крылов). 6. Персонаж «Книги джунглей» Редьярда Киплинга. 8. Заряженный атом. 10. Дежурный сторож, рассматривающий пропуска заводчан. 12. Резиновая кукла в стихе Барто. 14. Сохранившийся памятник древнего искусства. 15. Тропический клубнеплод. 18. Медленное поднятие штанги. 20. Южный фрукт, вяжущий во рту. 22. Зеленеющий на ливанском флаге.

**Ответы. По горизонтали:** 1. Упрява. 9. Авава. 11. Озон. 23. Матадор. **Слева-вниз-направо:** 2. Пик. 4. Арина. 5. Ива. 7. Зои. 10. Ваня. 12. Знарок. 13. Китиж. 16. Ава. 17. Ром. 19. Сера. 21. Кеа. **Справа-вниз-налево:** 1. Умник. 3. Воз. 6. Каа. 8. Ион. 10. Вахтер. 12. Зина. 14. Антик. 15. Ямс. 18. Жим. 20. Авила. 22. Кедр.

**Бывает моль мебельная, шерстяная, ковровая, зерновая и т.п.**

**Р**ано или поздно с этими неприятными насекомыми приходится познакомиться многим хозяйкам. С чего начать борьбу с домашними паразитами? Мы отобрали для вас несколько эффективных методов.

## Врага надо знать в лицо

Вы все еще гоняетесь по квартире, уничтожая белесых мотыльков, искренне полагая, что боретесь с молью? Вы совершаете ошибку, ибо летающие экзemplары — это безвредные самцы. А в это время самки на антресолях или в пакетиках с крупой откладывают множество яиц, из которых вылупляются прожорливые гусеницы. Вот их-то и нужно беспощадно уничтожать!



# Операция «Антимоль» начинается!



## Моль в шкафу

Несмотря на то что вы истребляете мотыльков моли без пощады, вредные насекомые появляются снова и снова. С чего стоит начать борьбу?

- 1 Произведите ревизию вещей: непременно нужно найти и выбросить «гнездо» моли (старые шерстяные носки, постиранная вещь, забытая на антресолях и т.п.).
- 2 Моль больше всего любит грязные пятна на одежде, поэтому перед хранением все вещи нужно постирать и вычистить.
- 3 Яйца моли не выносят солнечного света и свежего воздуха. Вещи, отправленные на долгое хранение, нужно регулярно проветривать и вывешивать на солнышко на денек.
- 4 Личинки моли некрепко держатся на волокнах одежды, поэтому избавиться от них можно, если хорошенько перетряхнуть на балконе вещи «группы риска».
- 5 На каждую полочку в шкафу стоит положить кусок мыла или ватный диск, смоченный эфирным маслом лаванды.

## Моль на кухне

На кухне может появиться зерновая или фруктовая моль. Ее можно принести с рынка или из магазина в пакетике с крупой или сухофруктами. Как с ней бороться?

- 1 Осмотреть свои запасы и избавиться от всех пораженных продуктов.
- 2 Все шкафы, где хранятся продукты, промыть мыльной водой и проветрить.
- 3 Переложить все крупы, не подвергшиеся заражению, в стеклянные банки с плотно закрывающимися крышками.
- 4 Чтобы обезопасить свои запасы, можно использовать бабушкин метод: разложить на полки апельсиновые корки (необходимо регулярно менять), лавровый лист, положить под крышку банок с крупой по дольке чеснока.
- 5 Если есть сомнения в качестве купленной крупы, можно просушить пакет с крупой в микроволновке в течение 30 секунд.



## Моль в ковре

Что греха таить: генеральной чисткой ковров мы занимаемся пару раз в год, перед большими праздниками. В остальное время просто время от времени пылесосим их. И однажды обнаруживаем «обглоданный» уголок или дырку. Причем именно в тех местах, которые обычно глазу не видны: находятся под мебелью или загорожены картиной (если ковер настенный). Что делать?

- 1 Во время очередной генеральной уборки не просто выбейте ковер, но и нанесите на подверженные риску места ковра несколько капель лавандового масла со стороны основы.
- 2 Летом и зимой можно выносить ковры на улицу на полчаса. Личинки моли погибнут как от жары, так и от холода.
- 3 В особой опасности ковры, которые скручены в рулон и убраны на хранение. Их нужно время от времени разворачивать, проверять на предмет нападения моли и проводить обработку специальными средствами, купленными в магазине. В идеале ковры лучше хранить в специальных чехлах, внутрь которых можно положить те же апельсиновые корки или ватные диски, смоченные маслом лаванды.

**ВСЕЯДНЫЙ МОТЫЛЁК**  
Моль живет в среднем около двух лет. За это время она может перемещаться по квартире, питаясь шерстью, мехом, войлоком, перьями, переплетами книг.

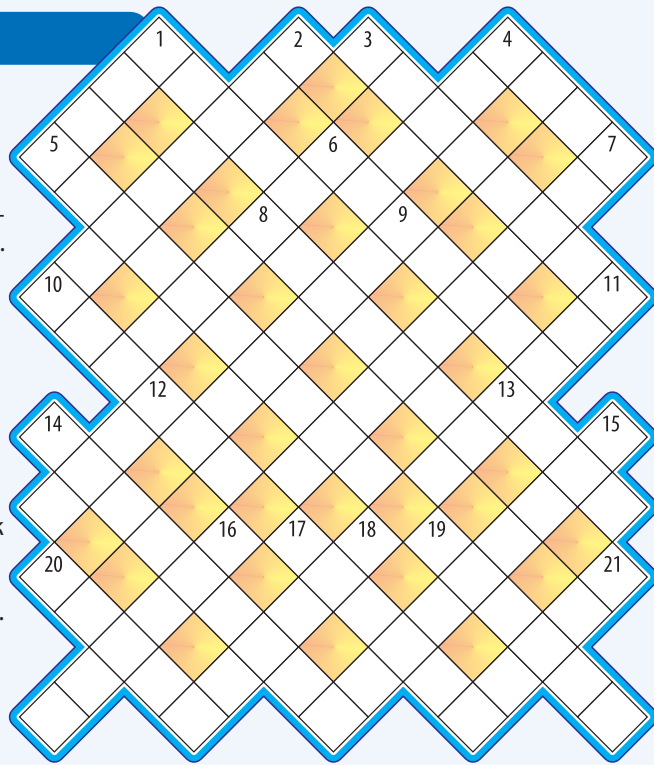
Подготовила Светлана СИДОРЧУК

## ДИАГОНАЛЬ

**Слева-вниз-направо:**

1. Хвостик клубка, показывающего дорогу в сказках.
3. Колючий кустарник с мелкими красными кислыми плодами.
4. «Кольцо», по которому мчит велогонщик.
5. Гасан ... ибн Хоттаб.
6. Отличница, заучивающая наизусть главы из учебника.
8. Другое название береста.
10. Кто составил Кодекс поведения для роботов?
13. «Ты что молчишь, как ... об лед?» (крылатая фраза из кинокомедии «Свадьба в Малиновке»).
14. Момент убегания молока.
17. Скидка на краску в помятой банке.
19. Американская марка автомобилей (1928-2001).
20. ... Насреддин - фольклорный персонаж, общий объект культурного наследия стран Центральной Азии.

- Справа-вниз-налево:**
1. Река из романа «Глядя на луч пурпурного заката Стояли мы на берегу ...»
  2. В клеточку в ранце школьника.
  4. Второй по населению город Эстонии, основанный Ярославом Мудрым.
  6. Часть спины для катания детей.
  7. Прибор, записывающий работу сердца.
  9. Вещи, годные к свалке.
  11. Золотая рыбка: «Отпусти ты, ..., меня в море!»
  12. Освещение на нуле.
  15. Сброс показаний счетчика.
  16. Депрессия или ... сил.
  18. Миниатюра в исполнении членов драмкружка.
  21. Анчоусная мелочь из Черного моря.



1. Хвостик клубка, показывающего дорогу в сказках. 3. Колючий кустарник с мелкими красными кислыми плодами. 4. «Кольцо», по которому мчит велогонщик. 5. Гасан ... ибн Хоттаб. 6. Отличница, заучивающая наизусть главы из учебника. 8. Другое название береста. 10. Кто составил Кодекс поведения для роботов? 13. «Ты что молчишь, как ... об лед?» (крылатая фраза из кинокомедии «Свадьба в Малиновке»). 14. Момент убегания молока. 17. Скидка на краску в помятой банке. 19. Американская марка автомобилей (1928-2001). 20. ... Насреддин - фольклорный персонаж, общий объект культурного наследия стран Центральной Азии.

**Ответы. Слева-вниз-направо:** 1. Нитка. 2. Кольцо. 3. Барбарис. 4. Трек. 5. Абураха-мен. 6. Зубр. 7. Эверек. 8. Каратав. 9. Барбарис. 10. Азминов. 11. Старец. 12. Мрак. 13. Рыва. 14. Зайцев. 15. Обнуление. 16. Укладок. 17. Ученая. 18. Сценка. 19. Камса.

**Справа-вниз-налево:** 1. Нева. 2. Тетрадька. 4. Тару. 5. Лимму. 6. Кардидотроп. 7. Кардидотроп. 8. Ходжа. 9. Жажда. 10. Ходжа. 11. Лимму. 12. Плечер. 13. Плечер. 14. Плечер. 15. Плечер. 16. Плечер. 17. Плечер. 18. Плечер. 19. Плечер. 20. Плечер. 21. Плечер.

## ШЕСТИУГОЛЬНИК

1. Известь для обеззараживания.
2. ... Замоскворечья - так называли драматурга Александра Островского.
3. Эта японская автокомпания на заре своего существования выпускала мопеды под названием «Кролик».
4. Нежный цветочек, который иногда еще называют шафраном.
5. Копченое хрюшкино бедро.
6. Висюлька на ключах.
7. Любое махонькое животное.
8. «Заколка», что на одежде сияет.
9. Тягач баржи.
10. «Отражение» мяча от стены.
11. Повод для поездки на шиномонтаж.
12. От них отделяют зерна на току.
13. Партнер Ирины Родниной Александр ..., с которым она завоевала две золотые олимпийские медали из трех.
14. Как звали молодого человека, об удивительном портрете которого написал роман Оскар Уайльд?
15. Приятное бессилие в теле после парилки.
16. Кто быка в корриде укрощает?
17. Летательный аппарат а-ля Икар.
18. Ловкий, храбрый человек.
19. Мостки для спуска с судна.
20. Та самая ягода, что «на нас к себе манила».
21. Дело очень трудное, потому что нудное.
22. Художник ... Гуттузо.
23. Страна, разделившая США на две неравные части.
24. Атмосферное явление,

за которое в Древней Греции отвечала богиня Ирида. 25. Цирковые артисты, выступающие с гириями. 26. Договор или долговое обязательство, ставящее должника в личную или имущественную зависимость от займодавца. 27. Толстенный Мурзик. 28. Детки пумы. 29. Заводской «резчик по металлу». 30. Звездный фильм в карьере Лайзы Миннелли. 31. «Глухая» самка косача.

**Ответы:** 1. Хлопка. 2. Колумб. 3. «Субару». 4. Крокус. 5. Окорок. 6. Бренок. 7. Эверек. 8. Бренок. 9. Буксир. 10. От-Окорок. 11. Прокол. 12. Плечер. 13. Зайцев. 14. Дорман. 15. Плечер. 16. Плечер. 17. Плечер. 18. Плечер. 19. Плечер. 20. Плечер. 21. Плечер. 22. Плечер. 23. Плечер. 24. Плечер. 25. Плечер. 26. Плечер. 27. Плечер. 28. Плечер. 29. Плечер. 30. Плечер. 31. Плечер.

