

№02
(571)

ТВ-программа с 16 по 22 января 2023 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

**ИСТОРИЯ
И ТРАДИЦИИ.
КРЕЩЕНИЕ
ГОСПОДНЕ**

стр. 15

**ВКУСНЫЕ
РЕЦЕПТЫ
ДЛЯ СЕМЕЙНОГО
УЖИНА**

стр. 10

**ВАЛЕРИЯ
ЛАНСКАЯ**

**ВАЖНО СЛЫШАТЬ
И ЗНАТЬ, ЧТО ТЕБЯ ЛЮБЯТ!**

стр. 2

6 причин

**принимать
Омегу-3**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ
ЛЕКАРСТВЕННЫМ
СРЕДСТВОМ. БАД. Реклама

стр. 7

**БЕРЕЖЁМ
ЛИЦО
ОТ ВЕТРА
И МОРОЗА**

стр. 12

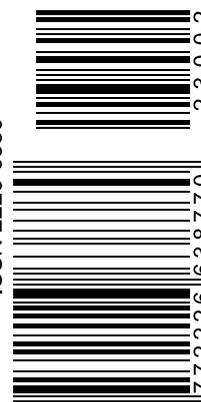
**ДАРИТЕ
ЛЮБИМЫМ
КОМПЛИМЕНТЫ!**

стр. 4

12+

Фото Лиды Марковой

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 23002

Валерия Ланская из тех актрис, которые умеют всё: играть, петь, танцевать, перевоплощаться в образ настолько, что можно и не узнать.

Валерия ЛАНСКАЯ:

Важно слышать и знать, что тебя любят»

Она успевает сниматься в кино, выходить на подмостки сразу трех театров, гастролировать с концертами и преподавать в институте. Как она вписала в свой график еще участие в проекте «Ледниковый период» – загадка. Поэтому первый вопрос при встрече с актрисой был на эту тему.

Каток предпочла сцене

– Валерия, поделитесь с нашими читателями секретом, как можно успеть всё вышеперечисленное, когда в сутках 24 часа и хотя бы 5 из них должны уходить на сон...

– Во-первых, это вопрос самодисциплины, четкого планирования. Во-вторых, все мои занятия не всегда идут в параллели, для этого и существует планирование. Другое дело, когда возникают неожиданные предложения, как это случилось с шоу «Ледниковый период», и ты действительно вынужден был как-то перекраивать график или даже от чего-то отказываться.

– От чего, если не секрет, отказались, когда вам предложили участвовать в ледовом шоу?

– От нового спектакля, в котором хотела играть. Но желание участвовать в «Ледниковом периоде» победило. Я сделала выбор и не пожалела об этом.

Говорим и танцуем на одном языке

– Можно сказать, что вы долгожитель этого проекта, третий раз принимаете в нём участие. Первые два раза катались в паре с Алексеем Ягудиным, теперь у вас в партнёрах – Роман Костомаров. С кем из них



– С Романом, стало быть, быстро нашли общий язык?

– Довольно быстро. Все очень удивляются, как он мягко со мной и предупредителен. Хотя, действительно, Роман требовательный, жесткий, но я сама очень требовательна к себе, поэтому мы сошлись. И поэтому редко слышу от него в свой адрес какое-то недовольство. Он меня и хвалит, и поддерживает, мы говорим и танцуем на одном языке.

– Не поверю, что всё в проекте было так гладко. Трудности всё равно неизбежны...

– Самое энерго- и времязатратное – это выбрать подходящую музыку, которая бы нравилась и откликалась. Тем более, если учесть, что съемки шли два дня подряд, и приходилось придумывать два номера в неделю, а не один, как это было раньше. И надо найти в себе ресурсы найти нужную музыку и сюжет,

придумать что-то уникальное. При этом стоит не забывать, что в параллели у меня работа в театре, кино, концертная и преподавательская деятельность. Было очень сложно.

О театре, концертах и преподавании

– Расскажите читателям, над чем ещё сегодня работаете? Где вас можно увидеть?

– В Театре оперетты, где играю в нескольких мюзиклах, в театре «Школа современной пьесы», в Театре мюзикла. Еще у меня активная концертная деятельность, выступаю с оркестром, веду много разных мероприятий. Еще впервые взяла курс в РАТИ (бывший ГИТИС, – Прим. ред.), где занимаюсь со студентами несколько раз в неделю по 6-7 часов. Мне очень нравится, хотя, когда весной мне сделали такое предложение, долго думала, оттягивая решение. Теперь не жалею, что согласилась. То, чему учу студентов, потом самой помогает в работе.

– Что в первую очередь хотите донести до учеников?

– Мы занимаемся пока азами, основой профессии. Несмотря на то что это музыкальный факультет, в дипломе у ребят будет написано «артист музыкального театра». Поэтому я делаю акцент на драматическое искусство, потому что музыкальный театр не может существовать без драматической основы. Ребята должны стать полноценными артистами, которые еще умеют и здорово петь.

Мало хорошего кино

– Вы ничего не говорите про кино, в то время как, знаю, много снимаетесь...

– Это действительно так. Но многое из того, что снято, пока лежит на полках Первого канала и ждет своего часа. К сожалению, в последнее время мало хорошего кино, интересных предложений. Меня это долгое время беспокоило. Но некоторое время назад что-то во мне изменилось, стала легче к этому относиться. Возможно, потому что много другой любимой работы, где я себя реализую. И мне это эмоционально достаточно. Конечно, если появится какое-то интересное кино, отличный сценарий, я с радостью окунусь в эту историю.

– При такой загруженности на работе, время для семьи как находите?

– Каждую свободную минуту стараюсь проводить с ребенком. Он уже ходит в школу, занимается в разных кружках, и круг его интересов обширен.

– На коньки не пробовали ставить?

– И не раз, но пока ему это неинтересно. Больше нравятся занятия гимнастикой или самооборонной, серьезно занимается плаванием.

Наталья АНОХИНА

ПОДРОБНОСТИ

– Мы с вами общаемся накануне самого волшебного праздника. Как обычно встречаете Новый год?

– Мы всегда отмечаем его в загородном доме большой компанией: моя семья, семья сестры, мамочка. Приглашаем друзей. У нас очень гостеприимный дом. Зажигаем в доме камин, на улице мангал... Уютно, вкусно, и все в любви.

– Часто удаётся выбираться за город, на воздух?

Место силы

– Хотелось бы больше. Этот дом, участок вокруг него – мое место силы, и когда у меня появляется свободный день или хотя бы половина дня, сразу еду туда, одна или с ребенком. Меня перезаряжает это место, мой дом, прекрасный зимой и летом.

– Наверное, разводите летом цветы? Слышала, вы

большая любительница этого дела...

– Я действительно давно занимаюсь цветами, в нашей квартире все подоконники в растениях, я очень люблю их сажать и ухаживать за ними. А летом я «отрываюсь» в саду. Здесь наши обязанности с мамой распределяются: она занимается больше огородом, я – цветами.



Фото из архива Валерии Ланской. Автор фото Инга Твердова. Фото из мюзикла «Анна Каренина» предоставлено пресс-службой Театра оперетты.

Мария Луговая в одном сериале сыграла 16 ролей

На Первом канале в 2023 году состоится множество премьер. Планируется, что в эфир выйдет и сериал «Нинель» режиссера Сергея Краснова.

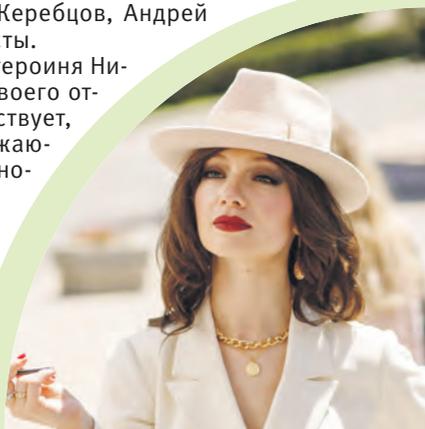
В нем снимались Мария Луговая, Александр Лазарев, Владимир Жеребцов, Андрей Ильин, Роман Маякин, Нил Кропалов, Дарья Михайлова и другие артисты.

События в сериале происходят в конце прошлого столетия. Главная героиня Нинель, обладающая уникальным актерским талантом, ради спасения своего отца становится напарницей известного афериста. Пока милиция бездействует, Нинель, перевоплощаясь в разных людей и вводя в заблуждение окружающих, пытается провести собственное расследование и доказать невиновность отца...

Большая часть съемок проекта прошла минувшим летом в Пятигорске. Специально для проекта на горе Горячая построили летний кинотеатр «Машук». Действие сериала разворачивается в 80-е, поэтому кинотеатр нужен был не современный, а ретро.

Сложнее всего пришлось Марии Луговой, которая за время съемок перевоплотилась в 15 персонажей, не считая саму героиню Нинель.

Фото Первого канала



Откройте, «Военная полиция»!

В 2023 году на телеканале НТВ состоится премьера остросюжетного боевика «Военная полиция». Герои – военные из отряда специального назначения, чья задача – поймать шпионов, которые хотят проникнуть в государственные структуры. Главные роли сыграли Александр Половцев, Дмитрий Паламарчук, Бекарий Цулукидзе, Артём Алексеев, Владимир Лесных, Андрей Родимов и Елизавета Нилова. Готовясь приступить к съемкам, актеры занимались с сотрудниками спецназа ФСБ: осваивали приемы рукопашного боя, учились обращаться



ся с оружием. Много сцен снимали и в воде. Тяжелее всего пришлось Елизавете Ниловой, чья героиня по сюжету спасает свою жизнь в водах Балтийского моря. Сцену снимали в озере. Актриса призналась, что в такие моменты очень помогал режиссер картины Владимир Койфман.

– Даже когда Нилова падает – он всегда поднимет, обнимет и найдет именно те слова, которые необходимы, чтобы двигаться дальше! – говорит она.

Фото PR НТВ

Вячеслав Макаров готовится к новому шоу

Телеканал НТВ готовит для своих зрителей очередной сюрприз: новый сезон легендарного шоу «Маска». Напомним: это музыкальное состязание звезд (певцов, актеров, шоуменов, блогеров и спортсменов), скрывающихся за масками. Суть шоу состоит в том, чтобы не только насладиться номерами, но и попытаться угадать: кто находится на сцене? Четвертый сезон передачи стартует в феврале. Пока все подробности держатся в тайне – известно лишь, что ведущим новой «Маски», как и прежде, будет шоумен и певец Вячеслав Макаров.

Фото из личного архива Вячеслава Макарова



Дмитрий Ульянов попал в переделку

Актер Дмитрий Ульянов снимается в многосерийном фильме «Очень синяя борода» для телеканала НТВ. Его герой – бизнесмен Виктор Ветров – попадает в сложную ситуацию: пропадает его жена, которую затем находят мертвой. Следственные органы считают, что преступление совершил маньяк. И теперь подозрение падает на Виктора. Жизнь идет под откос: рушится бизнес, близкие отворачиваются. Но вскоре на его пути встречается бывшая возлюбленная Инга, которая теперь работает следователем. Вместе им предстоит пройти сложный путь, найти преступника и отстоять личное счастье.



Фото PR НТВ

«Сердце пармы» покоряет Австралию

В австралийском Мельбурне прошёл кинофестиваль «Russian Film Festival». Он был приурочен ко дню российского кино. В прошлые годы из-за пандемии фестиваль проходил в онлайн-формате, в этот же раз мероприятие состоялось офлайн.

В эти дни австралийская аудитория увидела новый хит российского кинопроката – эпическую драму «Сердце пармы» режиссера Антона Мегердичева. Международный потенциал этой киноленты эксперты считают высоким – оригинальный сюжет, масштабные батальные сцены, переплетение истории и древних легенд могут покорить и зарубежных зрителей.

Также в рамках фестиваля был показан драматический триллер «Одна» Дмитрия Суворова и комедия «Молодой человек» Александра Фомина.

Фото «Централ Партнершип»



Родион Газманов спелся с Аглаей Шиловской

Родион Газманов и Аглая Шиловская записали совместный дуэт под названием «Между нами выпал снег». Артисты также сняли на него клип. Видео на совместный трек – практически настоящее кино. По задумке режиссера Талгата Сафарова главные герои клипа пытаются спасти отношения, которые сильно охладели.

– Это клип о том, как остывает любовь между двумя людьми, – пояснил Родион Газманов. – Идея клипа принадлежит режиссеру Талгату Сафарову. Сама песня диктовала, что все должно мерзнуть и замораживаться. В видео удалось передать идею песни, и мы быстро пришли к финальной версии...

Фото ВайТ Медиа



ОПЫТНЫЕ ДИЗАЙНЕРЫ



ВОПЛОТЯТ ЛЮБУЮ ВАШУ ИДЕЮ!

- ★ ПОЛИГРАФИЯ
- ★ СУВЕНИРКА
- ★ НАРУЖНАЯ РЕКЛАМА

✓ ОЧЕНЬ ДОСТУПНО И ВЫГОДНО!

✓ БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ И ПЕРЕПЛАТ!

8 (903) 008-80-03

РЕКЛАМА

РАЗБИРАТЬ РЕЧЬ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ – ЭТО ПРОСТО!

ПРЕДЛАГАЕМ ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ С ПОВЫШЕННОЙ РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ!



МИР СЛУХА
www.mirstuha.ru

Реклама 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «Мир слуха Пятницкая», ОГРН 1157746542953

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ!

Скидка от 20 до 50%!
Производство: Германия, Швейцария, Дания!
Аппараты в наличии!

- + Пенсионерам скидки
- + Выезд специалиста на дом
- + Пробное ношение слухового аппарата

8 (495) 411-90-16

- «Курская», ул. Казакова, д. 6, стр. 1
- «Третьяковская», ул. Пятницкая, д. 28
- «Сухаревская», ул. Сретенка, д. 27, стр. 1
- «Белорусская», ул. Лесная, д. 8А

РЕЧНЫЕ КРУИЗЫ

Офис в 3 минутах от М. «Семёновская»
+7 (495) 166-84-91, AP-TRAVEL.RU

КРУИЗЫ НА 2023 ГОД!	
МАРШРУТ: Москва – Углич – Кузино – Горькие – Валаамы – Санкт-Петербург (2 дня) – Мандрюги – Кижы – Петрозаводск – Вытегра – Череповец – Калынин – Москва	ДАТЫ: 26 июня – 08 июля, 08 – 20 июля, 20 июля – 01 августа, 01 – 13 августа (13 дней)
ТЕПЛОХОД: «Две столицы» от 92 500 руб. скидка пенсионерам!	3-разовое питание и экскурсии включены! Возможно приобрести в одну сторону до Санкт-Петербурга (6 дней) со скидкой 50%!
МАРШРУТ: Москва – Углич – Ярославль – Нижний Новгород – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Городец – Кострома – Мышкин – Хвойный Бор – Москва	ДАТЫ: 11 – 20 мая, 21 – 30 мая, 31 мая – 09 июня, 10 – 19 июня, 20 – 29 июня, 30 июня – 09 июля, 10 – 19 июля, 20 – 29 июля, 30 июля – 08 августа, 09 – 18 августа, 19 – 28 августа, 29 августа – 07 сентября, 08 – 17 сентября (10 дней)
ТЕПЛОХОД: «Илья Муромец» от 74 000 руб. скидка пенсионерам!	3-разовое питание и экскурсии включены! Возможно приобрести в одну сторону до Казани (5 дней) со скидкой 50%!
МАРШРУТ: Москва – Мышкин – Кострома – Нижний Новгород – Казань – Саратов – Волгоград – Астрахань – Никольское – Волгоград – Саратов – Усть-Катав – Самара – Казань – Чебоксары – Козьмодемьянск – Нижний Новгород – Ярославль – Рыбинск – Дубна – Москва	ДАТЫ: 18 мая – 5 июня, 24 мая – 11 июня, 05 – 23 июня, 11 – 29 июня, 23 июня – 11 июля, 23 июня – 17 июля, 11 – 29 июля, 17 июля – 04 августа, 23 июля – 16 августа, 04 – 22 августа, 16 августа – 03 сентября, 22 августа – 09 сентября, 03 – 21 сентября, 09 – 27 сентября (19 дней)
ТЕПЛОХОДЫ: «Иван Кулибин», «Афанасий Никитин», «Октябрьская революция» от 91 060 руб. скидка пенсионерам!	3-разовое питание включено! Возможно приобрести в одну сторону до Астрахани (9 дней) со скидкой 50%!
В продаже есть и другие круизные маршруты от 3 до 25 дней: до Перми, Соловецких островов, Уфы, Ростова-на-Дону, по Оке, Оби и Иртышу, о Байкал, а также по Черному морю из Сочи в города Турции. Звоните!	

Материалы и фотографии предоставлены ИА «СТОЛИЦА».

СЕКРЕТ УСПЕХА

Вопросы на собеседовании: в чём подвох?

Часто на собеседовании задают «неудобные» вопросы, цель которых – посмотреть, как быстро вы адаптируетесь, можете ли творчески мыслить и так далее. Нужно заранее подготовиться.



РАССКАЖИТЕ О СЕБЕ...

Цель такого вопроса – узнать о приоритетах соискателя. Не стесняйтесь уточнить: «О чем именно вы хотели бы услышать?» Разумеется, интервьюер не интересуется вашей коллекцией виниловых пластинок, ему важнее ваш деловой образ.

РАССКАЖИТЕ О СВОИХ НЕДОСТАТКАХ...

Тот случай, когда излишняя самокритика ни к чему. Лучше назвать «нейтральные» недостатки. Например: «Иногда я слишком увлекаюсь выполнением задания и ничего вокруг не замечаю».

ЖЕЛАЕМЫЙ УРОВЕНЬ ЗАРПЛАТЫ

Компания проверяет, может ли вас «купить». Тенденция последних лет такова: кто первым назвал сумму – соискатель или интервьюер – тот в проигрышной позиции.

ЕСЛИ ВЫ БЫЛИ МУЛЬТИПЛИКАЦИОННЫМ ПЕРСОНАЖЕМ, ТО КАКИМ И ПОЧЕМУ?

Если вам задают «глупые» вопросы, значит, хотят узнать, как вы умеете действовать в нестандартной ситуации. Не отказывайтесь отвечать на вопрос.

ПОЧЕМУ ВЫ ХОТИТЕ РАБОТАТЬ ИМЕННО В НАШЕЙ КОМПАНИИ?

Если окажется, что соискатель вообще ничего не знает о компании, в которую устраивается, это сыграло против него. Поэтому важно перед собеседованием изучить сайт будущего места работы, почитать новости об этой компании, ценностях, которые в ней поддерживаются.

Мужчины, как правило, считают, что комплименты сильно переоценены.

Однажды в начале отношений сообщил женщине, что она красива, – и этого должно хватить на всю оставшуюся жизнь. А женщина между тем устроена так, что именно недостаток комплиментов может сделать ее исключительно несчастливой.

Почему это важно

Что такое женская энергия в семье? Это поддержка для всех, кто в ней нуждается. У мужа неприятности на работе – жена с помощью вкусного ужина и ласковых слов поможет снять напряжение и взглянуть на проблему иначе. Ребенок расстроен из-за ссоры с другом или плохой оценки – мама поможет разобраться со сложной задачей и даст совет, как восстановить отношения. Для всего этого нужна энергия, ведь женщина – отнюдь не вечный двигатель, который может автономно работать годами. Энергию она черпает из заботы и комплиментов. Видите, что жена приуныла? Подзарядите ее «батарейку» добрыми словами и искренним восхищением.

Живительная сила комплиментов



Чего не стоит говорить

Мы уже предупредили о недопустимости общих фраз и заученных выражений. Теперь поговорим о том, что еще не стоит говорить женщине, если нет задачи рассориться с ней раз и навсегда.

КОМПЛИМЕНТЫ ОДЕЖДЕ

«Эта кофточка на тебе отлично сидит!» или «В этих брюках ты стала стройнее на 10 кг». Такие фразы говорят женщине, что сама по себе она не очень, но с помощью хороших вещей это можно исправить. Согласитесь, не очень приятно... Лучше сказать, что женщина сегодня выглядит восхитительно и глаза ее сияют как-то по-особенному.

КОМПЛИМЕНТЫ ВОЗРАСТУ

«Хотелось бы мне через 10 лет выглядеть так же, как ты в свои 50». Фраза, которая подчеркивает разницу в возрасте, плюс само упоминание возраста – не вариант для комплимента. Это тем более недопустимо, если говорящий не знает истинного возраста собеседницы. Можно легко попасть впросак, назвав 50-летнюю женщину гораздо моложе.

КОМПЛИМЕНТ КАК СРАВНЕНИЕ

«Ты такая стройная, не то что бывшая девушка твоего парня». Это выражение выдает в говорящем неделикатного и плохо воспитанного человека. Любые сравнения, даже с положительным оттенком, недопустимы.

Мужчины тоже любят слышать в свой адрес комплименты. И вот что может их порадовать.

Слова про физическую форму

Если кто-то обратит внимание на развитую мускулатуру мужчины, он будет на седьмом небе от счастья!

Благодарность за заботу

Если он постарался порадовать женщину, приложил какие-то усилия, в ответ обязательно должны прозвучать слова благодарности и восхищения.

Выражение доверия

Мужчине важно знать, что женщина ему доверяет. Поэтому нужно подчеркивать это при каждом удобном случае.

Признание сексуальности

Каждому мужчине приятно слышать, что партнера доволна им в интимном смысле. Это буквально окрыляет!

КАКИЕ ПОХВАЛЫ ЛЬСТЯТ МУЖЧИНАМ

НА ЗАМЕТКУ

И в завершение напомним, что и комплименты в адрес мужчин должны быть искренними и не вымученными, иначе все усилия будут напрасными.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

Соблюдаем правила

1 ГОВОРИМ ИСКРЕННЕ

Если мужчина ежедневно будет выдавать заученный текст скороговоркой: «Ты самая красивая в мире» хороши только на стадии ухаживания. Потом они становятся общими. Вы же не первый год вместе! Можно было заметить что-то более конкретное. Например, если мужчина видит, что жене удалось прическа или она скинула пару килограммов. Все, для чего она прилагала усилия, должно быть оценено близким человеком.

2 ХВАЛИМ ПО ДЕЛУ

Фразы типа «Лучше тебя нет никого на свете» или «Ты самая красивая в мире» хороши только на стадии ухаживания. Потом они становятся общими. Вы же не первый год вместе! Можно было заметить что-то более конкретное. Например, если мужчина видит, что жене удалось прическа или она скинула пару килограммов. Все, для чего она прилагала усилия, должно быть оценено близким человеком.

3 СОЗДАЁМ ОБЩУЮ ТАЙНУ

Когда люди долго живут вместе,

у них вырабатывается «тайный код» из слов и жестов, понятный только им двоим. Он позволяет намекнуть любимому человеку на какое-то приятное событие в прошлом так, чтобы никто вокруг не догадался. Намеком может быть включенная потихоньку музыка со свидания, когда прозвучало первое признание в любви. Это может быть цитата из любимого фильма, которая много значит и так далее. Такие тайные послания объединяют двоих людей крепче, чем надписи «Я тебя люблю» на тротуаре под окном.

Зимние народные забавы

Конечно же, о том, какие традиционные забавы существовали в старину, мы можем судить по картинам, сохранившимся письмам, произведениям русских писателей. Попробуйте и вы определить, о каких зимних забавах идёт речь и кто рассказал нам об этом?

1 Наш русский поэт Александр Пушкин один из первых в русской литературе сделал героями погодные явления. Мы читаем в романе «Евгений Онегин»: «...идёт волшебница-зима», «...и рады мы проказам матушки-зимы». В этом же произведении он описывает одно из развлечений детворы: «Вот бегает дворовый мальчик ... Жучку посадив, себя в коня преобразив...». Куда была посажена собачка?

- а) В ледянку.
- б) В салазки.
- в) На тазик.



2 Из детства вспоминается стихотворение крестьянского поэта, которое учили буквально все: «Вот моя деревня; / Вот мой дом родной; / Вот качусь я в санках / По горе крутой...». Какой поэт, описав в стихотворении «Детство» катание на санках и волшебные сны на печке, прокатил себя на санках с горы?

- а) Николай Некрасов.
- б) Алексей Кольцов.
- в) Иван Суриков.



3 Для этой зимней забавы нужен снег, хорошее настроение и весёлая компания. Афанасий Фет написал зимний день: «День – коньки ... салазки, / Вечер – бабушкины сказки, / Вот она – зима!...». Какую древнюю забаву описал поэт (в России 9 января даже отмечают праздник в честь этой игры)?

- а) Игра в снежки.
- б) Игра в «царь-горы».
- в) Взятие снежного городка.



Как улучшить зрение всего за 5 минут в день?

Открытие, достойное Нобелевской премии!

«Всю жизнь проработала швеей. Зрение всегда было отличным. Но пять лет назад я заметила, что стала хуже видеть. С тех пор я начала стремительно терять зрение. Сейчас уже не только нитку в иголку вдеть не могу — все плывет. Даже собственные пальцы на вытянутой руке не вижу. Что дальше — слепота? А ведь мне еще и 60 нет! Страшно. Не хочу быть обузой родным...»

Таких людей с каждым годом становится все больше и больше. Поэтому мы решили серьезно разобраться в этой проблеме и выяснить, есть ли оно — лекарство от старости? И можно ли продлить молодость своих глаз?

БОЛЕЗНЬ КОРОТКИХ РУК

Первые неприятности со зрением, увы, начинаются уже в 45-50 лет. В один прекрасный день вы просто замечаете, что изображение кажется размытым. Буквы пляшут, сливаясь в одну строчку. И чтобы прочесть любимую газету, руку приходится отодвигать все дальше и дальше от глаз. Знакомая ситуация?

В народе это называется «болезнь коротких рук». Но это вовсе не болезнь, конечно, а естественный процесс. Такой же, как появление морщин и седых волос. Просто у кого-то это происходит быстрее, у кого-то — медленнее. Но рано или поздно, к несчастью, эта беда коснется всех нас. От нее, увы, не застрахованы даже люди с хорошим зрением.

А уж если есть хронические заболевания (такие, как, например, гипертония, диабет, шейный остеохондроз), дело и вовсе может закончиться разрушением сетчатки, помутнением хрусталика, а потом и слепотой.

Страшно! Но это вовсе не значит, что нужно смириться и опустить руки. Исправить ситуацию можно! Ведь современные технологии это позволяют. Причем без операции и в домашних условиях!

Еще мало кто знает, но ученые из Санкт-Петербурга разработали современный, уникальный по своим лечебным свойствам аппарат. Аппарат, который может помочь решить большинство проблем со зрением, — «Глазник»!

И сегодня мы хотим рассказать вам о нем. Ведь он без преувеличения может спасти чьи-то глаза и избавить ваших близких от необходимости ухода за инвалидом по зрению.

НОБЕЛЕВСКАЯ ПРЕМИЯ ЗА ИЗОБРЕТЕНИЕ

В 1964 году советский академик Александр Михайлович Прохоров получил Нобелевскую премию по физике за изобретение лазерных технологий. Это было по-настоящему гениальное открытие! Прорыв! Успешное применение лазера навсегда изменило медицину.

И на сегодняшний день лазерная терапия — это самый безопасный, а главное, эффективный способ лечения, который может помочь, казалось бы, даже в самых безнадежных ситуациях! Именно

такая технология и применяется в аппарате «Глазник».

«Глазник» — это новое слово в лечении заболеваний глаз! Создание этого аппарата по значимости можно сравнить разве что с первым полетом человека в космос!

В основе его работы лежит воздействие на глаза низкоинтенсивным монохроматическим лазерным излучением.

Раньше лечение лазером было доступно лишь в специализированных центрах, квоту в которые приходилось ждать годами. Или же в частных клиниках за большие деньги.

И только с появлением аппарата «Глазник» хорошее зрение стало доступно каждому! Тем более что лечиться им можно даже дома. Да и цена доступная!

Для одиноких людей с плохим зрением это настоящий подарок! Многие, кто уже прошел курс лечения, признаются: аппарат просто разделил их жизнь на до и после. «Глазник» в буквальном смысле открыл людям новый мир, полный ярких красок, ясный и четкий, без черных точек перед глазами и мутных пятен. А главное — почти все они смогли вернуться к нормальной жизни. Поразительно, но некоторые даже впервые за много лет увидели ясно лица своих родных! Согласитесь, это дорогого стоит. И уже никакими деньгами нельзя это измерить.

Думаем, вам будет интересно узнать, как же проходит лечение и как долго сохраняется эффект. Тогда читайте...

ЗАБУДЬТЕ О ТОМ, ЧТО БЫЛО РАНЬШЕ!

Забудьте все, что вы пробова-ли до этого. Ведь часто то, что нам рекомендуем, в лучшем случае только снимает симптомы и дает кратковременный эффект. Или же предлагают кардинальное решение, на которое не каж-



ОДОБРЕНО И ЗАКУПАЕТСЯ
Федеральной службой по надзору
в сфере здравоохранения

Внимание!
Остерегайтесь подделок!

Специальная защитная голо-
грамма на упаковке — это 100%-
ная гарантия, что вы приобрели
настоящий медицинский аппарат!



Кто-то довольствуется тем, что есть...



...а кто-то выбирает «Глазник»

дый решится, особенно если есть хронические заболевания. Но скажите честно, положила руку на сердце, у кого их нет после 50? То-то же!

Поэтому создатели аппарата «Глазник» пошли совсем другим путем. Во-первых, никаких сложных манипуляций. Для того чтобы начать лечение, достаточно просто надеть специальные очки и нажать кнопку. Минимум действий. Уж с этим справится любой. Процедура длится не более 5 минут!

Никакого риска! Гарантируем результат или вернем деньги.

Во-вторых, «Глазник» способ-ствует разрастанию капиллярной сетки глаз. Больше капилляров — лучшее питание тканей и кровото-к. Это позволяет быстрее справ-иться с истощением глазных тканей и дистрофией.

Ведь именно это является пер-вопричиной большинства глазных заболеваний! А как вы правильно понимаете, вовремя устранить причину — это уже 90% успеха в лечении любой болезни!

А для людей, страдающих диа-бетом, аппарат «Глазник» вообще незаменим. Ведь глаза для них — слабое место! Аппарат поможет справиться с главной проблемой — диабетическими стужками в глазных капиллярах. И остановить потерю зрения.

«Глазник» также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые еще не атрофированы. То есть пред-отвращает дальнейшее ухудше-ние и, что важно, сохраняет здоро-вые участки.

В результате улучшается отток жидкости, диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, и происходит невероятное — функ-ция нерва начинает восстанавливаться! Вы можете себе представить такое?!

Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фан-тастика! При этом многим, чтобы увидеть первые улучшения, требу-ется всего один курс процедур! А эффект от него держится длитель-ное время!

КОМУ АППАРАТ «ГЛАЗНИК» МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

У этого аппарата очень широкий спектр применения. Вот только не-которые заболевания, с которыми он справляется ну просто на ура:

- глаукома (повреждение зри-
тельного нерва при увеличенном
внутриглазном давлении);
- катаракта (помутнение хрусталика);
- дистрофия, диабетическая
ретинопатия и другие поражения
сетчатки;
- частичная атрофия зрительно-
го нерва;
- конъюнктивит (воспаление
слизистой глаза);
- гнойное воспаление и герпес
век;
- дистрофические заболевания
и воспаления роговицы глаза;
- иридоциклит и хориоретинит
(воспаление радужки и цилиарно-
го тела глаза).

Уверены, многие из вас наш-ли в этом списке свой недуг. А после 45 лет мы советуем использовать «Глазник» для профилактики. Осо-бенно если у вас есть хронические заболевания или кто-то из ваших близких родственников носит очки. Профилактический курс хотя бы раз в год поможет избежать огромных проблем в будущем. И пока ваши ровесники будут ходить по кабинетам, вы сможете видеть четко и наслаждаться всеми кра-сками окружающего мира!

ОДОБРЕНО ПРОФЕССИОНАЛАМИ!

Аппарат «Глазник» — это на-стоящее сокровище! Он настоль-ко уникален, что его даже нельзя ни с чем сравнить. Можно смело сказать, что пока аналогов у это-го аппарата нет в России. И если уж говорить откровенно, за ее пределами тоже. Он особенный в своем роде!

И это не просто слова. Весь се-крет в том, что для достижения качественного лечебного эффекта длина волны лазерного излучения должна быть 650 нанометров. Так вот, «Глазник» обладает такими параметрами. Просто поразитель-но, как такой компактный аппарат может давать такой эффект!

Теперь вы понимаете, почему среди профессионалов «Глазник»

получил самые высокие оценки! Его результатами были поражены даже заядлые скептики. Ведь, как показали исследования (на базе Санкт-Петербургского государ-ственного медицинского универ-ситета им. академика И.П. Павло-ва), положительные изменения наблюдались в 89% случаев!

И это не просто цифры. За каж-дой из них стоят человеческие жизни! Только подумайте: у 9 из 10 пациентов улучшилось зрение! 9 из 10! Представляете, насколько мощный лечебный эффект?!

Вы тоже хотите попасть в число этих счастливиц? Нет ничего проще. Специально для вас сейчас действует льготная федеральная программа.

ПРОВЕРЬТЕ, ЕСТЬ ЛИ У ВАС Льготы

«Глазник» создан в России и за-щищен патентом от подделок.

Каждый пенсионер (повторяем, каждый!) при покупке аппарата «Глазник» попадает под льготную акцию «Результат или возврат де-нег». Если после проведения пол-ного курса процедур результата не будет, вам вернут деньги! Вы аб-солютно ничем не рискуете. Зато взамен получаете самое главное — ясное зрение!

Внимание! Льготный период ограничен, ведь бесконечно фи-нансировать такие проекты просто не могут. Поэтому, если у вас плохое зрение и вы действи-тельно нуждаетесь в лечении, не тяните время. Звоните прямо сейчас. Иначе ваша льгота про-сто пропадет или же ей восполь-зуются другие. Верните себе здо-ровье. И смотрите на мир своими глазами!

Телефон горячей линии для заказа:

8 (800) 333-17-38

Консультация специалиста **БЕСПЛАТНО!**

Официальный интернет-магазин:
www.prodex.ru.

433507, г. Димитровград, а/я 476
(В письме укажите свой номер телефона)

Также вы можете сделать
заказ на apteka.ru

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. * Информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. * Акция действует с 02.11 до 06.12.2022г. ООО «Поток» ИНН 1660357143 / КПП 166001001 / ОГРН 1211600004550 Юрид.адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014 Доставка «Почтой России» или курьером до двери. Оплата при получении. Стоимость доставки уточняйте у оператора. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

На телеканале ТНТ начался показ нового сезона скетчкома «СашаТаня», который уже много лет с юмором рассказывает зрителям, что может случиться в семейной жизни.

Лариса БАРАНОВА:

О КИНО Я МОГУ ГОВОРИТЬ БЕСКОНЕЧНО»

Героиня Ларисы Барановой, Лиля, прошла в сериале большой путь и уже стала мамой, не забыв при этом и про карьеру. О том, каким будет новый сезон, а также о своих любимых фильмах и новогодних традициях Лариса рассказала нам в интервью.

Сезон будет ярким

– Лариса, расскажите, каким будет новый сезон сериала «СашаТаня»? Что нового появится в истории? Что произойдет с вашей героиней Лилей?

– Новый сезон «СашиТани» будет, как всегда, ярким и веселым. Зрителей ждет закрученный сюжет. У моей героини Лили будет очень интересная история. Я все ждала, когда она начнет работать. Она была в декретном отпуске, сидела дома, а для нее это очень тяжело, так как у Лили хорошее образование, она достаточно деятельная и у нее много интересов. Так вот в этом сезоне, я надеюсь, у моей героини появится очень хорошая работа.

– В описании сезона есть упоминание о том, что Таня думает попросить Лилю стать суррогатной матерью. Расскажите об этом.

– Да, раз завеса тайны приоткрывается, то скажу, что такое действительно будет. Но чем все это закончится, не расскажу, иначе будет неинтересно смотреть. Скажу лишь, что наш сериал комедийный и добрый, серьезных и драматичных линий в нем не будет.

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Я желаю читателям «ТЕЛЕКА» и нашим зрителям любви. Мы, актеры сериала «СашаТаня», стараемся дарить вам хорошее настроение своими героями, историями. Когда меня на улице встречают зрители, некоторые даже обнимают и говорят: «Как здорово, что вы живете с нами в нашей квартире!» Надеюсь, что и дальше будем идти с вами вместе по жизни. Желаю вам, чтоб ваши близкие были с вами рядом здоровы и счастливы.

ПОДРОБНОСТИ

– Какие российские сериалы прошлого года вам больше всего понравились? Сможете сформировать свой топ по итогам года и объяснить?

– О кино я могу говорить бесконечно, я люблю его с детства и каждый день смотрю фильмы. Очень радуюсь новинкам, которые у нас выходят. Мой топ будет таким.

Пять рекомендаций

«Химера». Очень тяжелый сериал, потрясающий сюжет, актерские работы, музыка. Он до последнего держит в напряжении, ты сочувствуешь героям, не принимаешь их, пытаешься оправдать все их поступки.

«Эпидемия». Ждала с нетерпением выхода второго сезона, за пару дней

«проглотила» все серии и с нетерпением жду третьей.

«Исправление и наказание» – хороший сериал, посмотрела с огромным удовольствием. Вообще люблю сериалы с Анной Михалковой, она прекрасная актриса.

Из подростковых отмечу «Алиса не может ждать»

«Предпочитаю смотреть кино дома»

– В кинопрокате в последнее время очень непростая ситуация, но, может быть, вам удавалось выбирать в кино? Что смотрели? На какие фильмы вы ходите со своими детьми?

– Кино я люблю смотреть дома. И если я смотрю какое-то талантливое кино, то предпочитаю делать это одна, чтобы не скрывать эмоций. Иногда я громко плачу, когда переживаю за героев или понимаю, что финал фильма будет нерадостным. Боюсь массового скопления людей, кинотеатры меня пугают, я хочу плакать, но немножко стесняюсь этого.

Но сейчас в кинотеатрах так много новинок, что, возможно, и пойдем с детьми на какой-нибудь фильм. Например, вышел «Чук и Гек» с Юлией Сنيгирь.

Каждое воскресенье – новый фильм

– Нередко родители вслед за своими детьми начинают разбираться в популярной культуре – фильмах про супергероев, блогерах, новой музыке. Что нового в мире культуры открыли вам ваши дети? А с какими фильмами, песнями, книгами знакомите их вы?

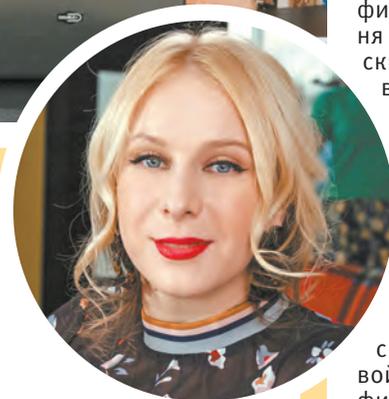
– В детстве мама показывала мне лучшие советские фильмы, и где-то с пяти лет каждое воскресенье я с мамой смотрела какой-то новый фильм. Своих детей я тоже приучаю смотреть хорошее советское и

русское кино. Мы с ними посмотрели «Вам и не снилось», «В моей смерти прошу винить Клаву К.», «Чучело». Смотрим всю классику – Гайдай, Рязанов. В советском кино потрясающая музыка наших композиторов, таких как Таривердиев, Журбин, Зацепин, Артемьев. Да и в советских мультфильмах музыка написана хорошими композиторами. Я считаю, что музыка важна для развития ребенка, если мы будем сочетать просмотры фильмов с хорошим музыкальным рядом, наши дети будут развиваться. До супергероев мы пока не дошли, но если мой ребенок будет смотреть фильмы про супергероев, я буду только рада, запрещать ему это не буду.

Новогодние кинотрадиции

– Есть ли в вашей семье традиция смотреть советское кино в новогодние праздники? Или все же «Гарри Поттера»? А может быть, у вас есть какая-нибудь своя, особенная традиция?

– Мы обязательно смотрим «Один дома». А моя традиция – смотреть на Новый год одни те же фильмы. «Приходи на меня посмотреть» с Янковским, Купченко, Васильевой – добрый, сказочный фильм, о том, что нужно верить в чудеса и обязательно все сбудется. Также смотрю «Зигзаг удачи» с Леоновым – считаю, что это лучший новогодний фильм. Обязательно «Чародеи» с Абдуловым и Яковлевой, с песнями из этого фильма я с детства живу. Из современных фильмов всегда смотрю «Оттепель» Валерия Тодоровского. Прекрасный сериал с музыкой Константина Меладзе. Этот сериал всегда со мной на новогодние праздники.



Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

ДЕФИЦИТ ОМЕГИ-3 – ЧТО ЭТО И КАК ИЗБЕЖАТЬ?

За последнее столетие наш обычный рацион кардинально изменился. Сегодня мы едим много обработанной пищи или полуфабрикатов, потребляем больше мяса и молочных продуктов, чем свежеприготовленной рыбы. А ведь ранее основной пищей наших предков была именно рыба. К чему это сейчас привело? К тому, что наш организм постепенно истощил запасы полиненасыщенных жирных кислот омега-3, которые, в основном, получают из жирных сортов рыбы, а ведь именно эти кислоты отвечают за правильную работу сердца, нервной системы и «здоровое старение» мозга.

История изучения омега-3

В 1923 г. американские ученые Берр и Эванс разделили крыс на две группы: одну кормили пищей с включением жирных кислот, другую – без. В итоге животные, лишенные жирных кислот, чаще болели и были физически слабее, чем собратья, которые питались полноценно.

Так родилась идея, что жирные кислоты не вырабатываются организмом самостоятельно и являются незаменимыми.

Первые подтверждения влияния омега-3 на сердечно-сосудистую систему были сделаны в 1970-х гг. датским эпидемиологом Дайбергом. Оказалось, для гренландских эскимосов инфаркты и случаи сахарного диабета – большая редкость.

Вывод поразил: ежедневно эскимосы употребляли большое количество жирной морской рыбы, богатой омега-3, и этот факт имел ключевое значение. В их языке было более 100 слов, описывающих снег, но не было слова, обозначающего сердечный приступ!

А Нобелевскую премию за омега-3 получили уже шведские ученые в 1982 г. Они объяснили связь между дефицитом жирных кислот и его симптомами.

Здоровый жир – такой существует?

Итак, давайте разберемся, из чего состоит омега-3 и чем она так полезна?

Две основные кислоты в составе омега-3 – докозагексаеновая (ДГК) и эйкозапентаеновая (ЭПК). Именно эти кислоты оказывают благоприятное воздействие на организм. Иногда положительный эффект достигается за счет одной из них, а иногда – благодаря их сочетанию.

Например, ДГК способствует нормальной деятельности головного мозга и органов зрения. С другой стороны, сочетание обеих кислот обеспечивает поддержание работы сердца.

Вы знали, что головной мозг на 60 % состоит из жира, а сетчатка глаза – это орган с максимальной концентрацией омега-3?

А как же омега-6?

Омега-3 и омега-6 – это разные кислоты. В отличие от омега-3, омега-6 присутствует во многих продуктах, например, в растительном масле, мясе птицы, орехах, яйцах. В итоге мы употребляем намного больше омега-6, чем омега-3. Полученный дисбаланс может нега-

тивно сказываться на воспалительных процессах, которые способна провоцировать омега-6, доминируя над омега-3, а также болезнях сердца, т.к. омега-6 может сгущать кровь.

И как же получать достаточно омега-3, если вы, например, не любите рыбу или не имеете возможности часто ее готовить?

Действенным способом восполнения дефицита омега-3 являются добавки в форме капсул, которые могут помочь при невозможности включить в ежедневный рацион достаточное количество жирной морской рыбы.

Исследования показали, что чем свежее кислоты омега-3, тем лучше они усваиваются. Именно поэтому OmegaMARE Forte+ производят из рыбы, выловленной у побережья Норвегии! Время между выловом и доставкой рыбы на предприятие составляет не более 7-ми часов. Кроме того, поставка проходит жесткий контроль, вплоть до того, что мы знаем, конкретно в какое время и с какой лодки привезена рыба для OmegaMARE Forte+.

Высокие стандарты норвежского производства

OmegaMARE Forte+ производится на одном из ведущих предприятий Европы, расположенном в Норвегии, всего в часе езды к югу от Осло. Компания Pharmatech оснастила высокотехнологичную площадку, занимающую почти 20 000 кв. м.

Производственный процесс осуществляется в соответствии с требованиями стандарта GMP и регулярно проходит контроль со стороны органов здравоохранения Норвегии.

Собственная ультрасовременная лаборатория производителя отбирает образцы с линии для обеспечения 100%-ной гарантии качества. Многие дополнительные меры, введенные на производстве, намного строже стандартов Европейского Союза. Pharmatech имеет сертификаты HACCP и FDA, которые уже включают в себя стандарт GMP.

Ежедневная привычка!

Помните, что только вошедший в привычку ежедневный прием капсул обеспечит Вашему организму достаточное количество омега-3 для получения положительного эффекта. Поэтому начните уже сегодня и продолжите завтра. Достаточно двух капсул в день!



★ Сегодня у вас есть уникальная возможность **БЕСПЛАТНО** попробовать высококачественную омега-3 норвежского производства, вы оплачиваете только доставку в ваше почтовое отделение!

★ Вы не ослышались: мы **ДАРИМ** целый курс на 1 месяц OmegaMARE Forte+* первым 100.000 позвонивших.

6 ПРИЧИН НАЧАТЬ ПРИЕМ ОМЕГИ-3 OmegaMARE Forte+ ПОДДЕРЖИВАЕТ:

-  стабильность нервной системы
-  оптимальную работу сердечно-сосудистой системы
-  остроту зрения
-  эластичность мышц, связок и суставов
-  когнитивные функции, в том числе внимание и память
-  тонус и сияние кожи

ПОЧЕМУ БЕСПЛАТНО?

Ответ прост: уже почти 2 миллиона счастливых клиентов в Европе узнали о полезных свойствах и преимуществах омега-3, и с тех пор употребляют ее ежедневно. Теперь пришло время и для России попробовать этот продукт и узнать о его исключительной пользе!



* OmegaMARE Forte+.

** Оплата доставки в любой регион России происходит наложенным платежом при получении товара в отделении почты.

БАД. На правах рекламы.

КАК СДЕЛАТЬ ЗАКАЗ?

Просто позвоните по бесплатному телефону: **8 800 302 32 23**
и назовите код специального предложения: **12705603**

Продавец: ООО «Народная казна» – официальный поставщик продукции Nordic Natural Pharma на территории Российской Федерации. Адрес: 111024, г. Москва, ул. 2-я Кабельная, д. 2, стр. 6. ОГРН 1167746612230. Страна производства: Норвегия. Состав: концентрированный рыбий жир, концентрат жира атлантической трески, желатин говяжий (оболочка капсулы), эмульгатор глицерин Е422 (оболочка капсулы), вода дистиллированная (оболочка капсулы), витамин D3 (холекальциферол). СГР № RU.77.99.88.003.E.001100.03.19 от 27.03.2019. В соответствии с подп. 1 п. 4 ст. 9 и ст. 15 ФЗ РФ «О персональных данных» № 152-ФЗ, я предоставляю свои персональные данные, указанные мною при заказе, и даю согласие на их обработку в маркетинговых целях, связанных с дистанционной торговлей, включая хранение, использование, распространение, уточнение, трансграничную передачу ООО «Народная казна» и его партнерам. Данное согласие действительно в течение 5 лет. По истечении указанного срока согласие считается продленным на каждые последующие 5 лет при отсутствии моего заявления о его отзыве: 8 (800) 600-31-09, info@omegamare.com. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве, сроках, месте и порядке получения по телефону: 8 (800) 302-32-23. Срок проведения акции: с 11.01.2023 по 11.04.2023 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Для Фёдора Федотова, проснувшегося знаменитым после премьеры фильма «Серебряные коньки», прошедший год получился «урожайным».

Фёдор ФЕДОТОВ:

Работы столько, что спать приходилось в поездах, чтобы везде успеть. И хотя съемок было много, первая премьера случилась накануне Нового года...

Первые шаги – это всегда волнительно

– Фёдор, в декабре в прокате стартовал мультфильм «Щелкунчик и волшебная флейта», где вы подарил голос главному герою сказки – Принцу. Насколько знаю, это ваш первый опыт озвучивания...

– Да, и очень интересный. Не ожидал, что мне такой опыт предоставится. Было очень любопытно посмотреть, как делается озвучка, и тем более в этом поучаствовать.

– Первые шаги – это всегда непросто, волнительно. Что было сложнее всего?

– Сложность в том, что у меня было всего два дня на озвучку. Смотришь фильм и параллельно пытаешься понять, какой твой герой, как с ним разговаривать. И все это происходит здесь и сейчас. Другое дело, что озвучивание проходило в очень приятной обстановке. Режиссер не просто помогал, но с нами все обсуждал. Мы могли спокойно озвучивать свои идеи и тут же их воплощать. Что из этого получилось, судить зрителям.

Снялся в кино вместе с женой

– Какие ещё проекты с вашим участием мы увидим в этом году?

– Одна из ближайших премьер – 4-серийный фильм о Достоевском, в котором я снимался вместе со своей женой, актрисой Анастасией Грибковой-Федотовой. В январе прошлого года у нас родилась дочь, а уже через три недели мы с Настей вышли на съемочную площадку и сыграли в картине главные роли. Надеемся, что премьера произойдет этой зимой. Что любопытно: у

Общение с дочкой – чистое счастье»

меня была мечта сняться в кино с кем-нибудь из своих однокурсников. И так получилось, что первой из них оказалась моя любимая жена, с которой учились на одном курсе.

Еще на телеканале ТНТ ожидается третий сезон сериала «Мир! Дружба! Жвачка!». К этому проекту я подключился лишь в этом сезоне, первые два не видел, пришлось быстро их посмотреть и понять, что сериал мне очень симпатичен. С удовольствием работал над этой ролью, познакомился с ребятами, которые уже два сезона работали вместе, и был благодарен режиссеру Антону Фёдорову, который пригласил и утвердил меня на эту роль. У меня было полное с ним совпадение. Получилась очень счастливая история, которая, надеюсь, выйдет на экраны весной. Затем для Первого канала сняли картину «Любовь Советского Союза». Это подлинная история жизни звезды советского кино Валентины Серовой. Я играю молодого актера Пашку Шпигеля, влюбленного в главную героиню.

Современный Юрий Деточкин

– Сейчас вы заканчиваете съемки в 6-серийной картине «Гнать», где вашими партнёрами по площадке стали Олег Меньшиков и Филипп Янковский...

– Партнеры у меня действительно суперпрофессиональные. В такой серьезной компании мы делаем серьезное кино, снимаем историю провинциального городка, где разворачиваются криминальные события. В них замешан молодой парень – автогонщик по прозвищу Цыган, которого я играю. Цыган своего рода Робин Гуд: угоняет машины только у тех, кто, по его мнению, этого заслуживает. Так что мне много пришлось гонять на машине в кадре. Провел в ней всю осень и начало зимы...

В паре с чемпионкой мира

– Осень вы провели не только в машине, но и на коньках, стремительно

ворвавшись в середине проекта в шоу «Ледниковый период». Почему согласились параллельно участвовать в двух проектах?

– Изначально я отказался от участия в «Ледниковом периоде», правда, исключительно из-за занятости. Во время две картины с моим участием еще только заканчивали снимать, а сериал «Гнать» лишь начинался. Но когда чемпионка мира Евгения Медведева осталась без партнера, Илья Авербух мне снова позвонил. Попросил его поговорить с продюсерами сериала, где я снимался, и они, к моей радости, нашли общий язык. Мне важно было помочь Илье, Жене Медведевой, проекту, который полюбил и в котором в прошлом году даже выиграл в паре с замечательной Таней Волосождар. Когда все договоренности были достигнуты, я сразу включился в про-

цесс и не просто не пожал об этом, а даже подумал – сколько бы могли еще с Женей сделать,

будь у нас чуть больше времени. Из-за моей загруженности все делали в авральном режиме. Но зато теперь с гордостью смотрю на трофей, который мы получили с Женей, заняв второе место.

– Со своими партнёрами по «Ледниковому периоду» поддерживаете отношения?

– С Таней Волосождар регулярно общаемся, интересуемся делами друга, делимся семейными радостями. Теперь и с Женей Медведевой на связи. Когда у нее был день рождения, праздновали все вместе.

ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Желаю всем счастливого, доброго, благосклонного года! Здоровья и сил, чтобы сберечь себя и своих близких.



Фёдор и Анастасия: в прошлом – однокурсники, ныне – супруги и счастливые родители.



Одна из сильнейших пар «Ледникового периода» – Евгения Медведева и Фёдор Федотов.

ПОДРОБНОСТИ

– В начале нынешнего театрального сезона вы перешли служить из петербургского ТЮЗа в театр Ленсовета, уже сыграли в премьерном спектакле «Жизнь и мнения Тристрама Шенди»...

– Театр мне необходим. Именно он дает возможность профессионально расти, развиваться. И хотя я действительно теперь служу в театре Ленсовета, продолжаю играть и в ТЮЗе как

«Театр никогда не оставлю»

приглашенный артист. ТЮЗ всегда в моем сердце, как и социально-художественный театр (СХТ), который мы создали с моими однокурсниками. У меня в этом театральном сезоне времени на него очень мало, но все равно его не оставляю. В СХТ мы придумали новый формат встреч со зрителями,

стали проводить киновечера. Сначала зрители смотрят фильмы, в которых заняты артисты нашего театра, мои бывшие однокурсники, а после этого у них и создателей фильма я беру интервью. Мы провели три таких вечера, и вполне возможно, что в новом году продолжим этим заниматься.

– Фёдор, если у вас появляется время, как им распоряжаетесь?

– Весь день провожу с ребенком. Ульяне Фёдоровне 10 января исполнился годик. Для меня общение с ней – чистое счастье, отдушина. Рядом с ней я подзаряжаюсь и становлюсь абсолютно счастливым.

Наталья АНОХИНА

В Москве онлайн-кинотеатр START и телеканал СТС снимают новый сериал о жизни элитного посёлка, о богатых и влиятельных – глазами простых людей.

Рабочее название проекта – «Престиж». А роли в этой истории исполняют Ирина Розанова, Любовь Толкалина, Юлия Снегирь, Илья Любимов, Аскар Ильясов, Вера Кинчева, Никита Павленко, Марина Доможирова, Настасья Самбурская и многие другие. Режиссером картины стал Сергей Сенцов, знакомый многим зрителям по своим работам над сериалами «Физрук» и «Дылды». Нам удалось побывать на съемках и узнать все подробности.

Место для избранных

В центре сюжета – элитный поселок «Престиж» и его обитатели. Это место для избранных: здесь живут чиновники, топ-менеджеры, оперные дивы со своими семьями и прислугой. Но привычное существование поселка прерывает убийство няни семьи Филимоновых. Это заставляет соседей с подозрением смотреть друг на друга и задаться вопросом: так ли безупречны те, кому они доверяют самое дорогое – своих детей? В ходе расследования, которое начинается «королева местной полиции» Елизавета Егоровна (ее играет Ирина Розанова), становится ясно, что свои тайны и мотивы для убийства есть абсолютно у каждого обитателя «Престижа».

– «Престиж» – это история про изнанку и лицо, – рассказывает нам режиссер проекта Сергей Сенцов. – Здесь все притворяются: и хозяева, и прислуга. И у каждого есть «скелет в шкафу», а у неко-

Ирина Розанова стала королевой полиции



КСТАТИ
Секрет её образа
Про сопливую и кашляющую бабушку Ирина Розанова не пошутила. И чтобы полностью соответствовать роли, актриса на площадке носит с собой маленький флакончик с морским солевым раствором – он помогает достоверно изобразить задуманное режиссером.

Главную роль (и даже две) в фильме играет Ирина Розанова.



В кадре Марина Доможирова и Настасья Самбурская.



Илья Любимов в сериале играет супруга героини Любови Толкалиной.



Помощник главной героини в исполнении Никиты Павленко.

торых и не один... Это такая современная сказка для взрослых – мультижанровый проект, в котором есть и детектив, и комедия, и драма, и сатира. А еще это сказка, рассказанная бабушкой, бывшим «следком», своим внукам. Ее ироничная подача, основанная на глубоком знании людей и их психологии, определяет комедийную интонацию сериала, его меру условности...

Главная роль

Ирине Розановой в этом проекте досталось сразу два образа. Как вы уже, наверное, поняли, она сыграет роль главной рассказчицы – и, одновременно, главного обличителя жителей «Престижа»: той самой Елизаветы Егоровны, которая берется за расследование криминальной истории.

– Я уже работала с режиссером Сергеем Сенцовым, и когда он предложил мне роль, я прочитала сценарий – и сразу согласилась, – говорит нам Ирина Юрьевна. – Мне интересно побыть сразу в двух ролях: одна моя героиня – любимая бабушка своих внуков, которая с большой фантазией рассказывает им сказку на ночь, а вторая – героиня этой самой сказки, следователь. Что в этой истории правда, что вымысел, случилось ли эти события в реальной жизни Елизаветы Егоровны – об этом зрителю предстоит поразмышлять самому. Одно можно сказать точно: у Елизаветы Егоровны не забалуешь ни внуки, ни преступники. Отдельно скажу про мой образ следователя. Сначала режиссер хотел из моей героини сделать такой персонаж помоложе и покрасше, но потом он сказал, что пусть все кругом будут красивые, а ты будешь бабушкой сопливой в платочке. (Смеется.) Так что я вот такая – в платочке, очках и пальто...

Дома как актёры

Съемки многосерийного проекта проходят в Подмоскovie – неподалеку от города Истра на территории живописного коттеджного комплекса.

– Наша история происходит в некоторой сказочной тональности, – рассказывает нам художник-постановщик картины Тимофей Рябушинский. – Потому что мы как бы заглядываем в какой-то закрытый мир и хотим понять, как он устроен. Этот мир мы создаем с помощью огромного количества кинодеталей. Например, в нашей истории дома отражают характеры героев, помогают раскрыть души своих хозяев. Один дом – отражение внутреннего покоя и аскетизма. Другой выполнен в викторианском стиле – это жилище русских «английских лордов». Третий – дом оперной певицы – иначе как «храмом искусства» не назовешь...

Как нам удалось узнать, все три дома находятся в разных поселках. Большая часть обстановки в домах уже была в наличии, художники-декораторы дополняли их разными деталями – например, развесили на стене картины одного из современных авторов.

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

ШЕСТЬ ПРОБЛЕМ, ОДНО РЕШЕНИЕ. Получите 2 упаковки Сустолада



1. Кисти рук 2. Колени 3. Стопы 4. Плечевые суставы 5. Локтевые суставы 6. Тазобедренные суставы

В ПОДАРОК

Чтобы получить подарок:

1. Позвоните 8 (800) 100-33-68
2. Сообщите код 2 1 8 8

ВНИМАНИЕ!

Акция действует до 11 февраля 2023 года.



Сустолад — разработан для здоровья костей и суставов из природного сырья высшего качества, ведущими технологами Алтая!

НЕ ВОСПРИНИМАЙТЕ СВОИ СТРАДАНИЯ КАК ДОЛЖНОЕ! ВЫХОД ЕСТЬ!

Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, дате можно узнать по телефону 8 800 100 33-68. Только для жителей РФ. ИП Фатахова Мария Васильевна. ОГРНИП 319595800079759. 1 Melanex Sustolad – Меланекс Сустолад. Пищевой продукт. Юридический адрес: 617032, Россия, Пермский край, Ильинский район, с. Васильевское, ул. 60 лет Октября, д. 2, кв. 2. Акция действует с 11.01.2023 по 11.02.2023. Реклама

На сайте WWW.FLOTUSICH.RU	
г. Москва, м. «Китай-город», ул. Маросейка, 9/2, стр. 1. Тел.: 8 (495) 241-23-64, 8 (800) 100-81-75	
ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»	
02.05.2023 – 17.05.2023 «ЗДЕСЬ И БЕЛАЯ, И ВЯТКА, И ПЛАНЕТА АРКАИМ»	от 102 935 р
Москва – Тула – Городец – Свияжск – Бирск – Уфа – Абзаково – Арзамас – Агидель – Елабуга – Казань – Чебоксары – Н. Новгород – Ярославль – Калужин – Москва	
09.05.2023 – 19.05.2023 «АЙ, ДА КАЗАНОЧКА!»	от 40 120 р
Москва – Калужин – Ярославль – Н. Новгород – Казань – Чебоксары (Июшкар-Ола) – Городец – Чкаловск – Кострома – Мышкин – Углич – Москва	
21.05.2023 – 09.06.2023 «КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧИ»	от 111 456 р
Москва – Рыбинск – Череповец – Горький – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижин – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повец – Мышкин – Москва	
11.06.2023 – 25.06.2023 «ИМПЕРИЯ СТРОГАНОВЫ!»	от 58 650 р
Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь (Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Ильинский/Ильинский п.) – Березники (Усьолье – Соликамск/Чердынь) – Казань – Макарёво – Москва	
07.07.2023 – 18.07.2023 «НА БЕЛОЕ МОРЕ, К ДЛИВНЫМ ОСТРОВАМ!»	от 83 678 р
С.-Петербург – кр. Орешек – Кижин – Сосновец – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Повец – Свирьстрой – С.-Петербург	
18.07.2023 – 30.07.2023 «АРХАНГЕЛЬСКИЙ КРАЙ!»	от 90 644 р
С.-Петербург – Лодейное Поле – Кижин – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повец – Свирьстрой – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург	
30.07.2023 – 14.08.2023 «КАМСКИЕ ПРОСТОРЫ – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ!»	от 110 840 р
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижин – Соловецкий архипелаг (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повец (г. Воттоваара) – Углич – Москва	
28.08.2023 – 09.09.2023 «КАМСКИЕ ПРОСТОРЫ – САМАРСКИЕ БЕРЕГА»	от 47 476 р
Москва – Хвойный Бор – Кострома – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга – Болгары – Тетюши – Тольятти – Самара – Казань – Чебоксары – Ярославль (авто до Москвы)	
10.09.2023 – 22.09.2023 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ!»	от 84 990 р
Москва – Кижин – Повец – тур вкл.: Мурманск – Териберка – Кемь – Соловки – Архангельск – Сосновец – Ярославль (авто до Москвы)	
СО СКИДКОЙ 15% НА FLOTUSICH.RU, ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64, Действительно при наличии мест. Реклама	

Собираясь всей семьей за одним столом, мы хотим не только досыта поесть, но и приятно пообщаться. И чем вкуснее будет еда, тем приятнее наше общение. Сегодня мы предлагаем вам несколько рецептов вкуснейших блюд для тѐплого семейного ужина.



Чтобы семейный ужин стал еще более приятным, задействуйте всю семью в его приготовлении. Например, старший ребенок может нарезать салат, а младший – разложить приборы и салфетки. Чем больше будет вовлеченность в процесс, тем вкуснее покажется результат.

Придумывайте вместе с детьми названия вашим ужинам – это может стать хорошей семейной традицией. И неважно, какими будут эти названия, – важно, чтобы каждый принимал участие.

Усаживаясь за стол, забудьте все неприятности, случившиеся за день. Расскажите интересную историю со счастливым концом, поделитесь хорошими новостями, похвалите детей за их достижения, обсудите планы на выходные. Не стоит затрагивать темы, которые неприятны детям, – ужин должен приносить только положительные эмоции.



Из дневника холостяка: «Вымыл пол, вытер пыль, помыл посуду, почистил ванну и туалет, приготовил ужин. Хочется жениться...»



МЕНЮ для семейного ужина



Куриные ньокки



Австрийская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 109 ккал



ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 600 г куриного фарша
- 1 луковица ■ 1-2 зубчика чеснока ■ 2 яйца
- 1 ст. л. муки (с горкой)
- пучок зелени ■ специи
- молотый черный перец
- соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук, чеснок и зелень измельчить.
- 2 В фарш добавить яйца, овощи, зелень, муку, соль и специи, перемешать.
- 3 Мокрыми руками сформировать шарики.
- 4 Выложить шарики в пароварку, готовить 20 минут.



Яичный салат



Американская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 97 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 5 яиц ■ пучок зеленого лука
- 50 г майонеза ■ молотый черный перец ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, нарезать мелкими кубиками.
- 2 Лук (только зеленую часть) мелко нарезать.

- 3 Соединить яйца и лук, посолить, поперчить, заправить майонезом.



Рыбные фрикадельки под соусом бешамель



Албанская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 105 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 900 мл молока ■ 500 г рыбного фарша ■ 1 крупная луковица ■ 3 ломтика черствой белой булки ■ 1 яйцо ■ 2 зубчика чеснока ■ 70 г сливочного масла ■ 50 г тертого сыра
- 1 ст. л. муки ■ мускатный орех ■ специи ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Булку раскрошить (в комбайне или на терке), залить 100 мл молока.

- 2 Лук и чеснок очень мелко нарубить, слегка обжарить на 20 г масла.

- 3 В фарш добавить жареные овощи (вместе с маслом, на котором они жарились), яйцо, специи, соль, хлебные крошки (вместе с молоком), тщательно перемешать.

- 4 Сформировать из полученной массы шарики величиной с шарик для пинг-понга, выложить на устланный пекарской бумагой противень.

- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 10 минут.

- 6 Сделать соус бешамель: в сотейнике или ковше слегка (до легкого оттенка коричневого цвета) обжарить муку, добавить оставшееся масло, перемешать, влить небольшой струйкой остав-

шееся молоко (теплое), постоянно помешивая, добавить щепотку мускатного ореха, варить до загустения (4-5 минут).

- 7 Переложить фрикадельки в форму для запекания, залить соусом бешамель, посыпать сыром.

- 8 Запекать 10 минут при 200 градусах.



Облепихово-сливочный десерт



Русская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 187 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г ягод облепихи (можно замороженных) ■ 120 г сахара
- 1 ч. л. ванильного сахара
- 0,5 ч. л. корицы
- 300 мл сливок 20 %
- 14 г желатина

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Желатин замочить в 80 мл воды на 10-15 минут.
- 2 В ковшике нагреть сливки (не доводя до кипения), добавить 70 г сахара и половину ванильного сахара, размешать до полного растворения, добавить половину желатина, размешать до его растворения.
- 3 Дать сливочной массе немного остыть, разлить по

креманкам (стаканам, бокалам и т.п.), убрать в холодильник до застывания (~30 минут).

- 4 Облепиху положить в ковшик, добавить оставшийся сахар (включая ванильный), влить 60 мл воды, довести до кипения, варить 5 минут, снять с огня, пюрировать с помощью блендера, добавить корицу и оставшийся желатин, размешать до его полного растворения.

- 5 Дать смеси остыть и разлить ее поверх сливочной по креманкам; убрать в холодильник до полного застывания (4-6 часов).



Телятина в рубашке из картофеля



Хорватская кухня. На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 219 ккал

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 800 г телятины ■ 2 яйца
- 2 картофелины
- 1 небольшая луковица
- 1-2 зубчика чеснока
- 2 ст. л. сметаны ■ 3 ст. л. муки ■ пучок зелени ■ 1 стакан сливок ■ 80 г тертого сыра
- растительное масло
- специи ■ соль

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Картофель и лук натереть на терке (сок отжать), чеснок и зелень мелко нарубить.
- 2 Соединить все овощи в одной емкости, добавить яйца,

сметану, муку, соль и специи, хорошо перемешать.

- 3 Мясо нарезать порционно, хорошо отбить, обвалить в сметанно-картофельной массе, обжарить на растительном масле с двух сторон до румяной корочки.

- 4 Выложить обжаренное мясо в форму для запекания, залить сливками, посыпать сыром.
- 5 Запекать в разогретой до 200 градусов духовке 7-10 минут.



Даже зимой нет одежды, более подходящей для женщины, чем юбка.

Юбка – это всегда модно, стильно и уместно. Модные дизайнеры для каждого холодного сезона предлагают интересные новинки теплых юбок, и зима-2023 не стала исключением. Этой зимой каждая модница найдет юбку, которая удовлетворяет всем ее требованиям. Потому что в моде практически все возможные фасоны, а актуальная длина – от самого дерзкого мини до абсолютного макси, буквально в пол. Но – обо всем поподробнее.

Клетка

Юбка в клетку – маст хэв сезона. Вариантов клетки невообразимое количество: крупная и мелкая, яркая и приглушенная, сочетающая только два или сразу несколько цветов. Причем важен именно принт, а не фасон, поэтому если юбка в клетку уже есть в вашем гардеробе, можете не спешить в магазин за новой – вы уже в тренде.

Твид

Классический твид – теплый и уютный – вернулся на модные подиумы, хотя далеко он и не отходил. Юбка из твида никогда не подведет – защитит и согреет, и всегда будет выглядеть очень хорошо, какой бы фасон вы ни выбрали. А вариантов бесчисленное множество, и каждая модница найдет самый для нее подходящий.

Принт

Помимо клетки, в моде самые разнообразные принты. Это растительные и животные мотивы (имитирующие кожу рептилий, леопарда, зебры и т.п.), и абстрактные рисунки, и самые разнообразные их комбинации.

ЗИМНИЕ юбки на любой вкус



Правильно подобранная юбка демонстрирует не только красивые ноги, но и интеллект своей обладательницы.

Деним

Джинсовая юбка – давно уже такая же классика, как и джинсы. Деним отлично сочетается с любым другим цветом и прекрасно вписывается в любой гардероб. Для холодного сезона лучше, конечно, выбирать юбки из утепленной джинсы, которые и согреют, и сидеть будут прекрасно, и не потеряют при этом своей формы.

С запахом

Юбки с запахом – еще один маст хэв сезона, который наверняка сохранится надолго. Ведь такая юбка удобна, а это очень ценится сегодня в мире моды. Как мы уже отмечали, юбка с запахом может быть асимметричной, но и ее классический вариант тоже в моде. Юбка может закрываться наглухо, а может оставлять кокетливый разрез. Декор в виде пуговиц усилит впечатление. Эффектное решение сезона – сочетание сразу трех острых трендов: асимметричная юбка с запахом в клетку. Юные и дерзкие наверняка выберут вариант, сочетающий шесть трендов: асимметричная мини-юбка с запахом из твида в клетку, отделанная пуговицами.

Асимметрия

Асимметричный край вносит свежесть и чуть-чуть дерзости в любой образ. Особенно актуально это зимой, когда едва ли не главную роль играет именно силуэт. Несимметричный подол – вплоть до зигзагообразного, удлиненные или, наоборот, укороченные вставки, разные уровни нижней и верхней части – все, что только возможно, в этом сезоне хорошо. Особенно эффектно выглядят юбки, асимметрию в которых создает запах, – это самое острое сочетание двух горячих трендов сезона.

Кожа

Кожа в тренде не первый сезон, и модные дизайнеры настаивают, что это надолго. И это понятно, ведь кожа красива, долговечна и отлично подходит для холодного сезона. Если вы планировали сделать долгосрочное вложение, кожаная юбка – то, что нужно. Остромодные кожаные юбки впечатляют разнообразием: с запахом, оборками, бахромой, тиснением, пуговицами и молниями, и даже плиссе. Самый популярный фасон – трапеция, цвета – все оттенки желтого (от песочного и беж до ярко-оранжевого), терракотовый, бордо, изумрудный, серый и, конечно, вечная классика – черный.

Светлана ИВАНОВА

Специальный проект «Здоровая нация»*

СКАЧЕТ ДАВЛЕНИЕ – ЖДИ БЕДЫ! Пожилых россиян поразила настоящая эпидемия



«Здравствуйте! Общаюсь со своими сверстниками и ужасаюсь: у каждого второго сердечная недостаточность! При этом никто из них ни на что не жаловался. Ну разве что давление скачет. Ну а у кого в нашем возрасте давление в порядке? И вдруг раз – и приступ, скорая, больница. Страшно. Посоветуйте, как себя обезопасить?» Нина, 72 года



«Добрый день! Уже много лет страдаю от перепадов давления. Что я только не пробовала, каких лекарств не пила. Если и помогало, то ненадолго. И все равно: понервничая – лежу с кризом. Съем солёного – опять скачок. Голова раскалывается, сил нет. Подскажите, есть ли способ нормализовать давление надолго и без химии?» Lidia, 63 года

Ежегодно от сердечной недостаточности в России умирает больше миллиона человек. А причина чаще всего одна: разрушение сосудов и застой крови. Как результат – операция на открытом сердце с серьезными рисками и долгим восстановлением. Это огромные деньги либо квота, которую можно ждать очень долго.

Скачет давление – с сосудами беда!

Как понять, что проблемы с сосудами уже начались, и что есть огромная вероятность получить осложнения на сердце? Об этом нам «кричат» скачки давления. Если давление реагирует на погоду, на еду и на нервные стрессы и справиться с этими скачками Вы не можете – значит надо

срочно заняться своими сосудами.

Почему с возрастом разрушаются сосуды?

Ответ на этот вопрос был найден американскими учеными, которые были удостоены Нобелевской премии. Они выяснили, что кровообращение в нашем организме регулирует особое вещество – оксид азота. Он образуется внутри сосудов, вызывает их расслабление и расширение и разжижает кровь, сглаживая перепады давления. Но чем старше мы становимся, тем меньше оксида азота у нас вырабатывается, поэтому и начинаются проблемы с давлением.

Как восстановить давление?

Нужно увеличить синтез оксида азота в крови! В Европе создали комплекс «ПАНАЦЕЯ» (состоящий из двух продуктов Артериал и Корсиктал), который помогает восстановить сосуды и кровообращение. А сегодня этот комплекс стал доступен и нам.



Комплекс «ПАНАЦЕЯ» действует на главную причину проблем с сосудами и кровообращением – нехватку оксида азота, без которого восстановить давление после 60 лет очень сложно!

Действуя с удвоенной силой, активные вещества комплекса не только активизируют синтез оксида азота, способствуя расширению сосудов и очищению их от холестерина, но и не дают клеткам крови слипаться, предотвращая сгущение крови. В результате сосуды становятся эластичными, кровь – текучей, и давление быстро приходит в норму!

Благодаря комплексу «ПАНАЦЕЯ» Вы сможете забыть про скачки давления, снизить нагрузку на сердце и продлить годы активной жизни!

Звоните по бесплатному номеру и узнайте, где купить комплекс:



8 (800) 100-55-60

Код бесплатного подарка «НАЦИЯ-2023»

* При покупке трех комплексов «Панацея». БАД. Необходима консультация специалиста. ООО «Национальный центр здоровья». СРП № RU.77.99.11.003.E.001508.04.19 от 18.04.2019 г. СРП № RU.77.99.11.003.R.002307.08.20 от 03.08.2020 г. Акция «Специальный проект «Здоровая нация» действует с 01.01.2023 по 01.08.2023. Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках, месте и порядке получения подарков уточняйте по тел. 8 (800) 100-55-60.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

1
Комплект «Панацея»
БЕСПЛАТНО*

РЕКЛАМА

Бережём лицо от ветра и мороза

И снова собрались за чашечкой чая наши старые добрые знакомые: бизнесвумен Галина Сергеевна, учительница Анна Адамовна, домохозяйка Верочка и девушка на выданье Машенька. Темой их обсуждения стал очень важный вопрос: как уберечь лицо от мороза и ветра?

1 – Девочки, мороз и ветер буквально разрушают нашу кожу, и с этим надо что-то делать. Давайте делиться своими рецептами спасения. Я, например, раз в неделю делаю витаминные маски с дополнительными жирами: спермацетом, лецитином, натуральными растительными маслами. Для моей сухой кожи это оптимальный вариант.



2 – А у меня жирная кожа, и я делаю маски с веществами, обладающими противовоспалительными свойствами: экстрактами огурца, лаванды, чайного дерева, березовых почек, розмарина. Часто добавляю в маски прополис, он отлично питает кожу и при этом не делает ее еще более жирной. Кстати, перепад температур, когда приходишь с мороза в нагретое помещение, влияет на кожу еще хуже, чем мороз. Даже моя жирная кожа ведет себя, как смешанная, и местами начинает сохнуть.



– Вот поэтому очень важно именно зимой кожу не только усилительно питать, но и увлажнять. И не только снаружи, но и изнутри. Поэтому просто необходимо пить много воды – чистой, бутилированной или фильтро-



ванной. В помещениях с центральным отоплением нужны увлажнители воздуха. Если на работе с увлажнителями сложно, то уж дома-то можно их поставить, и желательно в каждой комнате. Единственное исключение – кухня, там и без увлажнителя, как правило, повышенная влажность.

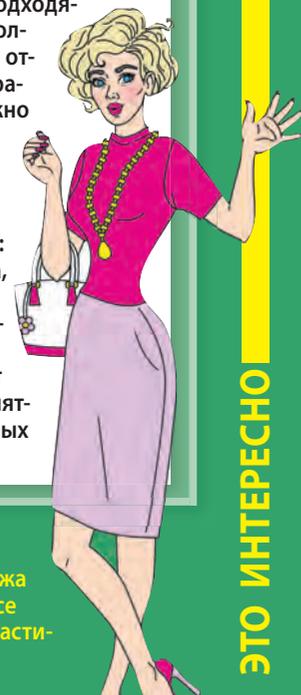
4 – Да, все спиртосодержащие уходовые средства – тоники, лосьоны и т.д. – лучше вообще убрать, как минимум до весны. А кремы я выбираю с чуть менее плотной структурой, чем требуется для сухой кожи, содержащие ненасыщенные жирные кислоты.



Продавец, пытаясь продать шляпку молодой женщине: – Это белое перо на шляпке скидывает вам лет десять. – Да?! Тогда дайте мне ещё одно перо.



– Очень важно также использовать подходящую сезону косметику. Чтобы дополнительно не сушить кожу, лучше отказаться от рассыпчатой декоративной косметики. Зимой нужно использовать кремообразные или жидкие средства, и чем плотнее будут румяна, тени, тональный крем, подводка, тем лучше. И кстати: не жалейте тональника, ведь он не только скрывает недостатки кожи, но и защищает ее от неблагоприятных погодных факторов.



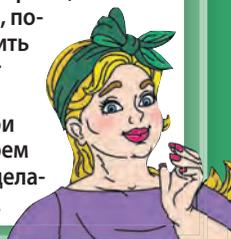
ЭТО ИНТЕРЕСНО

Почему у малышей такая свежая и розовая кожа? Каждые 26-30 дней кожа обновляется. Все дело в том, что с возрастом мы начинаем «сбрасывать кожу» реже. У детей отмершие клетки быстрее сбрасываются (обновление кожи происходит практически каждые три дня), и поэтому у малышей такая сияющая розовая кожа. Кстати, полноценный сон помогает коже дольше оставаться молодой. Здесь важную роль играет гормон сна – мелатонин.

5 – Вот еще что очень важно: защищать кожу от ультрафиолета, особенно в солнечные дни. Ведь зимой солнце не менее активно, чем летом, просто мы не берем это в расчет. А тем временем солнечные лучи, несущие ультрафиолет, отражаются от снега и наносят нашей коже двойной удар. Поэтому исключительно полезно поверх косметики наносить пудру с серьезной защитой от УФ-излучения. Кстати, эта пудра вполне может быть рассыпчатой, коже это не повредит.



6 – А еще очень важно наносить крем вовремя. Например, если утром нанести увлажняющий крем и сразу выйти на улицу, верхние слои кожи могут просто замерзнуть. Влаге нужно время, чтобы уйти в нижние слои кожи, поэтому крем нужно наносить не позже чем за 40 минут до выхода из дома. И для вечернего ухода есть свои правила: питательный крем наносим за 1 час до сна, делаем маску за 2 часа до сна.



Парень спрашивает пожилую женщину: – Бабушка, скажите, пожалуйста, как быстрее попасть в больницу? – А ты скажи мне ещё раз «бабушка» – сразу там окажешься.

7 – И конечно, не забывая, нанося крем, делать легкий самомассаж или хотя бы похлопывания, чтобы активизировать кровообращение. Ведь чем активнее циркуляция крови, тем лучше кожа впитывает полезные вещества и быстрее восстанавливается.



Машенька, девушка на выданье

Верочка, домохозяйка

Анна Адамовна, учительница

Галина Сергеевна, бизнесвумен

3

– А я думаю, необходим комплексный подход, поэтому руководствуюсь правилом «вечером питание, утром увлажнение». Все жидкие уходовые средства – лосьоны, эмульсии, тоники – я еще осенью заменила на кремообразные, кремы – на более плотные, жирные, содержащие витамины D, E и K. Такие кремы создают на поверхности кожи защитный слой, который сохраняет необходимую влагу. Кстати, если кожа склонна к раздражению или покраснению, лучше выбирать кремы, содержащие алоэ.



ЦИФРЫ

Ученые утверждают, что каждую минуту наша кожа теряет около 40 тысяч омертвевших клеток. За все время жизни человек теряет в среднем 16-18 кг частичек кожи.

А вы знаете, что зимой организму в некотором отношении даже легче худеть, чем летом?

И самая главная причина, почему зимой мы поправляемся, заключается в том, что мы меньше двигаемся. Так чем можно себя занять, чтобы потратить больше калорий?

Домашние тренировки

Выходить из дома в сильный мороз или метель мало кому хочется. Но это не повод засесть перед телевизором и ничего не делать. Спортивные нагрузки обязательно получать только в фитнес-клубе. Можно устроить тренировку дома. Для начала – небольшая разминка. Выполните приседания, отжимания, выпады, упражнения на пресс («велосипед», «ножницы») и т.д. Все эти упражнения знакомы каждому с детства и не требуют какого-то дополнительного оборудования. Даже за 30-минутную тренировку вы и мышцы приведете в тонус, и калории потратите.

Больше движения – больше похудения



Прогулки

Когда погода благоволит, старайтесь больше гулять. Вы можете совершать прогулки одни, с детьми, внуками или с домашним питомцем. А можно пешую прогулку заменить катанием на лыжах или коньках. Кстати, за пешую прогулку вы потеряете порядка 300 ккал за час, а на лыжах и коньках – от 300 до 600 ккал. Самое главное, чтобы одежда была комфортной и по погоде.

Театры, кино

А также музеи, выставки или поездки в другие города на экскурсии. Пища хоть и духовная, но заряжает энергией не меньше пищи телесной. И скука в это время вам точно грозить не будет, зато вы получите максимум движения и минимум еды.

Больше света



Странное дело: с тех пор, как стал носить фитнес-браслет, перестал шагать через две ступеньки по лестнице.

Тяга к сладкому зимой может появиться из-за коротких световых дней и недостатка солнечного света. А сладкое содержит серотонин, поднимающий настроение, которого как раз и не хватает. Поэтому зимой так важно бывать чаще на солнце, включать больше искусственного света вечерами. И свободное время уделите себе и любимому хобби, благодаря которому также активно вырабатываются гормоны радости.

МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

Статика и динамика

Какими ещё упражнениями можно привести себя в форму, несмотря на зимние условия, нам расскажет тренер Елена Рощупкина.



– Можно ли подтянуть мышцы всего тела, если стоять в планке каждый день?

– Однозначно да! Планка включает в работу мышцы спины, рук, кора, ног и ягодиц. При регулярном выполнении упражнения будет повышаться выносливость всего тела, мышцы будут укрепляться и становиться плотнее. Это упражнение хорошо скажется и на осанке. Еще один значимый плюс статических упражнений – это укрепление соединительной ткани, которая окружает связки и мускулатуру. В конечном итоге тело сможет существенно легче справляться с нагрузками.

– Насколько хороши статические упражнения? Или же их лучше чередовать с динамическими?

– В процессе выполнения статических упражнений задействуются мышцы красного типа волокон (или медленные волокна). Медленные мышцы обеспечивают особую выносливость организма, но они практически не поддаются гипертрофии, то есть росту. Красивые подтянутые формы создаются за счет работы белых волокон (быстрые мышцы), которые имеют взрывной тип, работают в динамике. Именно динамическая работа дает большее развитие и рост мышц, рост силовых возможностей в том числе.

Татьяна МИХАЛЁВА

фото: из личного архива Елены Рощупкиной и www.shutterstock.com



ЖУРНАЛ В ПРОДАЖЕ С 27 ЯНВАРЯ! С ЭТИМ НОМЕРОМ ВСЕ ЧИТАТЕЛИ ПОЛУЧАТ В ПОДАРОК СЕМЕНА*

*ВНИМАНИЕ! ПАКЕТИК СЕМЯН ПРИКРЕПЛЁН НА ОБЛОЖКУ

ИЗДАНИЕ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ. ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961
Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях и на сайте Почты России <https://podpiska.pochta.ru>



Реклама. 16+



ЖУРНАЛ БОГАТО ИЛЛЮСТРИРОВАН. ПРЕДСТАВЛЕНЫ ЛУЧШИЕ РЕЦЕПТЫ!

- ✓ Более 100 проверенных хозяйками рецептов в каждом номере
- ✓ Каждый рецепт имеет информацию о калорийности и количестве порций
- ✓ Советы по выбору и хранению продуктов
- ✓ Интересные истории создания блюд, ставшие легендами кулинарного творчества
- ✓ Варианты меню для праздников
- ✓ Советы по приготовлению блюд для детей

12+ РЕКЛАМА

НОМЕР В ПРОДАЖЕ С 13 ЯНВАРЯ! СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ

ЗАКАЗЫВАЙТЕ НЕ ВЫХОДЯ
ИЗ ДОМА НА САЙТАХ:

OZON

ozon.ru¹



WILDBERRIES

wildberries.ru²



На сайте маркетплейса наберите в поисковой строке полное наименование:
Журнал Домашний повар

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

Начало года – время надежд, планов и ожидания чудес.

А какого чуда ждут садоводы и огородники? Конечно, новых необычных растений, которые можно вырастить на своем участке! Мы предлагаем вам наш рейтинг самых необычных овощей, семена которых наверняка порадуют любого увлеченного огородным делом дачника.

9 необычных овощей, которые стоит вырастить в новом году



Пекино

Плоды этого растения формой похожи на грушу, а вкус пекино напоминает ароматную дыню. Но при этом пекино относится не к тыквенным, а к пасленовым. У себя на родине, в южных краях, пекино – многолетник, а в условиях средней полосы его всякий раз приходится выращивать заново, причем лучше – в теплице. Это лиана высотой 1-1,5 м, плоды при этом крупные – от 200 до 750 г. Овощ можно употреблять как в свежем виде, так и добавлять во фруктовые салаты.



Бамия

Бамия – это тропическое растение из семейства мальвовых. Это однолетник, который на юге достигает в высоту 2,5 м, а в средней полосе обычно не вырастает выше метра. Плоды бамии представляют собой длинные угловатые стручки. Собирают их зелеными, тушат, добавляют в супы. Спелые семена бамии обжаривают и используют как заменитель кофе. Бамия очень требовательна к теплу, поэтому выращивать ее лучше в теплице.



Мелотрия шершавая

Мелотрия относится к семейству тыквенных. Некоторые называют это растение мышинной дыней, кислым огурцом или миниатюрным арбузом. По вкусу она похожа на огурец, а внешне плоды напоминают маленькие арбузики. Стебли у мелотрии тоненькие, листочки мелкие и плоды миниатюрные – 2-2,5 см. Мелотрия – экзот, но она спокойно растет в открытом грунте даже в Сибири. В свежем виде она уступает по вкусу огурцам и другим тыквенным, а вот в соленьях задорно хрустит и является их эффектным украшением.



Артишок

В европейских странах артишоки давно завоевали популярность благодаря полезным и необычным плодам. Внешним видом артишок похож на нежный цветок, а вкус его можно сравнить с грецким орехом. У артишоков едят нераскрывшиеся цветки, удаляя сердцевину и верхние листья. Чаще всего артишоки отваривают с лимонным соком или запекают со специями и оливковым маслом.



Капуста романеско

Этот овощ поразит вас своим космическим и футуристичным видом. Получился он в результате скрещивания цветной капусты и брокколи. В итоге появился плод, напоминающий марсианский летающий объект. Эта капуста не только выглядит сказочно, но и содержит множество полезных микроэлементов.



Катран

Многие боятся выращивать обычный хрен, потому что он может быстро заполнить весь участок. Но не все знают, что существует овощ, который является отличной заменой хрену, – катран. Семена катрана можно без проблем купить в садовом центре. Уникальность катрана в том, что по вкусовым качествам он ничуть не уступает хрену, при этом сочнее и урожайнее, а главное, не разрастается по всему участку и остается ровно там, где посажен. Растение устойчиво и к жаре, и к морозам, к тому же весьма декоративно.



Якон

Якон, родственник подсолнуха и топинамбура, – овощ, который популярен в Японии. Клубни якона можно жарить, варить, запекать и сушить. Из него также готовят варенье, цуккаты, употребляют в сыром виде и кладут в салаты. В грунт якон следует высаживать с середины мая, после того, как минует угроза возвратных заморозков. Почва должна быть плодородной, а место – солнечным. Уборка урожая происходит осенью. Якон будет отличным дополнением к диетическому рациону людей, страдающих диабетом.

Китайский ямс

Ямс, или китайский батат, как еще называют растение, это лиана, которая может взбираться вверх по опоре на высоту до 3 метров. Под землей ямс наращивает огромные клубни, похожие на бататы, с бледно-желтой мякотью – это популярный ингредиент азиатской кухни. Их употребляют в пищу так же, как картофель, с той лишь разницей, что ямс гораздо питательнее и в два раза калорийнее картофеля из-за высокого содержания крахмала.



3

Разноцветная кукуруза

Если обычная желтая кукуруза вам наскучила, представьте, что вы вскрываете початок, а там зерна всех цветов радуги! Американский фермер Карл Барнс вывел новый сорт кукурузы Glass Gem. Зерна кукурузы этого сорта полупрозрачны и похожи на разноцветные драгоценные камушки. При варке цвет не теряется, да и в свежем виде сорт вполне съедобен.



9

НА ЗАМЕТКУ

Пуансеттия – королева новогодних праздников

Пуансеттия, она же **молочай прекраснейший** или **рождественская звезда**, в последнее время является одним из самых популярных подарков в зимние праздники. Ведь именно алые соцветия рождественской звезды распускаются в середине зимы. Если и вам посчастливилось получить такой подарок, мы расскажем, как за ним ухаживать.

ЯНВАРЬ-ФЕВРАЛЬ

Период цветения. Необходима однократная подкормка комплексным удобрением.

ФЕВРАЛЬ-МАРТ

Полив сокращают. Когда листья опадут, стебли срезают на высоте 10-12 см от почвы. Горшок ставят в темное, прохладное место и почти не поливают, чтобы создать период покоя.



АПРЕЛЬ-МАЙ

Переноска в тепло. Пересадка в более объемную емкость.

ИЮНЬ-АВГУСТ

Размещение в светлом месте, притенение от прямых солнечных лучей, обильный полив.

СЕНТЯБРЬ-ДЕКАБРЬ

В течение 8 недель необходимо держать пуансеттию в темноте 12-14 часов в сутки,

чтобы стимулировать цветение (накрывать чехлом из черного плотного укрывного материала или просто переносить в темное место). Затем вернуться к обычному режиму.

Кактус – тот же огурец, только глубоко разочарованный в этой жизни...

Ежегодно 19 января православные христиане отмечают великий двенадцатый праздник – Крещение Господне, Богоявление.

В этот день мы вспоминаем библейские события, произошедшие на реке Иордан недалеко от Вифании, где тридцатилетнего Иисуса Христа ждал пророк Иоанн Предтеча (Креститель), чтобы провести обряд крещения по указанию Божьему.

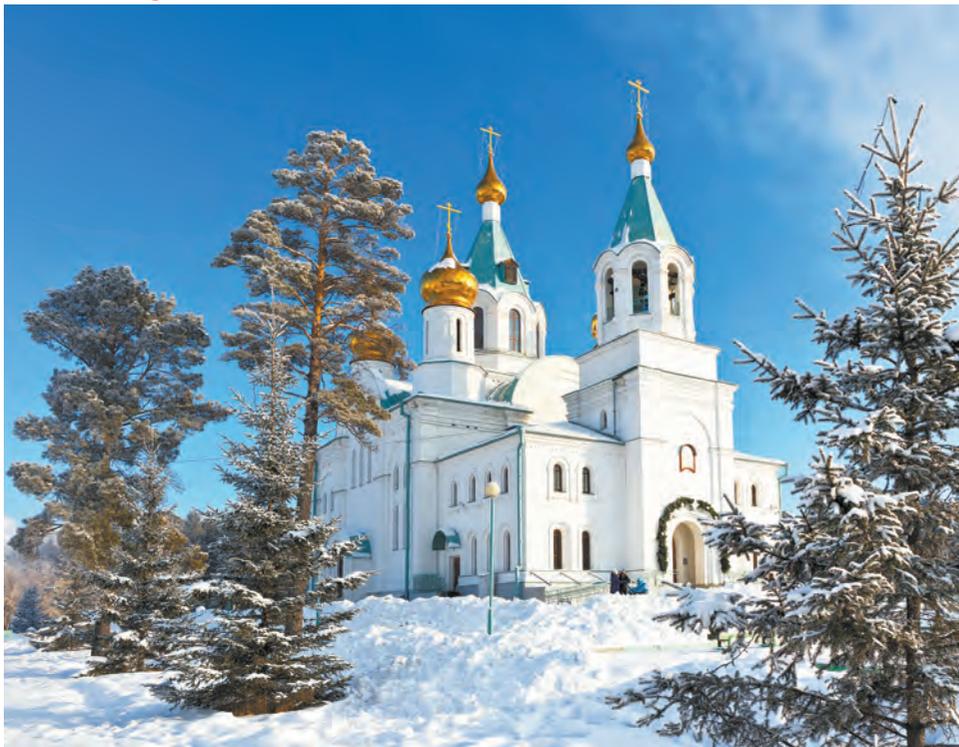
Святитель Григорий Богослов писал, что «через крещение... образуется и совершается человек Христов, земное прелгается в дух и воссоздается».

События Богоявления

Иоанн Креститель по Божию откровению, узнав в Христе Мессию («Помазанник Божий» по-гречески «Христос», а по-еврейски «Мессия»), воскликнул: «Мне надобно креститься от Тебя». Конечно, Спаситель, безгрешный по Своей природе, не имел надобности в духовном очищении, но настоял провести и над ним обряд крещения: «ибо так надлежит нам исполнить всякую правду». Христос в Своем крещении берет на себя наши грехи и этим исполняет правду Божию. Мы этого не заслужили, сами не в силах спастись, но Бог за нас. Он отдает Своего Сына, Который берет в таинстве все наши грехи на Себя и устанавливает таин-



Встречаем праздник: Крещение Господне



ство крещения, чтобы мы через Его крещение имели возможность оставления грехов.

И когда Иисус Христос вошел в воды Иордана, Святой Дух в облике голубя спустился ему на голову и раздался глас Бога Отца («Сей есть Сын мой возлюбленный, в Котором Мое благоволение»), указавший, что это будущий Спаситель для всего человечества. Иоанн Креститель после Крещения подтвердил: «Вот Агнец Божий, Который берет на Себя грехи всего мира!» С этого дня Иисус Христос начал свою Евангельскую проповедь, явился миру, стал «явным» для всех людей. Поэтому есть и второе название праздника – Богоявление.

Мифы о крещенской воде

В праздник Крещения совершается церковное освящение воды в водоемах. Воду берут с собой и используют ее благодатную силу в течение года. Но бытует немало суеверий, на некоторые из них мы решили обратить ваше внимание.

МИФ 1
Кто окунётся на Крещение в прорубь, тот смывает все грехи?

Купание в проруби (иордани) – не церковное таинство. Это народная традиция празднования Крещения Господня, которая не является обязательной. Когда человек с верой погружается в купель, это в том числе приносит ему очищение от грехов, но человек об этом точно не знает. Когда мы молимся, чтобы Господь простил грехи, то Господь прощает. Но сказать точно, сколько нужно поста, молитвы, дел благочестия для прощения, нельзя. В грехах нужно покаяться священнику, чтобы он засвидетельствовал: «Прощаю и разрешаю или не прощаю и не разрешаю». Потому что Сам Христос дал Церкви власть это делать: «Кому простите грехи, тому простятся, кому оставите, на том останутся».

ВАЖНО!
Если вы решили окунуться в прорубь на Крещение, обязательно посоветуйтесь с врачом. Заходить в воду следует постепенно. По православной традиции можно окунуться три раза, перекрестившись.



МИФ 2
Какая вода «сильнее»: освящённая 18 января или в день Крещения, 19 января?

Это суеверие, основанное на вере в волшебные свойства крещенской воды. Великое освящение воды происходит дважды в год: в Крещенский сочельник и в день Крещения. В навечерие, 18 января, проводится первое водоосвящение в храме. А в сам праздник, 19 января, под открытым небом, в так называемых иорданах. Вода, освященная в эти дни, носит название великой агисмы, т. е. освященной по чину великого водоосвящения в честь праздника Богоявления (Крещения). Крещение и Богоявление –

названия одного и того же праздника. Та и другая вода – одна и та же великая агисма, освященная одним и тем же чином, имеющая одну и ту же благодатную силу.

МИФ 3
Можно ли на Крещение освятить воду самому серебряным крестом?

Вода на Крещение освящается благодатью Самого Спасителя по молитвам священнослужителей. Святитель Иоанн Златоуст писал, что «Христос крестился и освятил естество вод». Поэтому самому никаких действий проводить не стоит.

МИФ 4
Если окунуться на Крещение в прорубь три раза, то станешь православным христианином?

Нет, купание на Крещение в проруби не делает человека христианином. Человек становится православным христианином, когда принимает таинство крещения, верует в Троицу: Отца, Сына и Духа Святого, принимает богочеловеческую суть Иисуса Христа, верит в воскресение Его и церковь. Крещение – это прежде всего таинство, при котором желающий стать христианином при трехкратном погружении в воду с призыванием Бога Отца, Сына и Духа Святого умирает для плотской (греховной) жизни и возрождается Духом Святым в духовную жизнь. Святое крещение – это «дверь» в Церковь Божию, открыть которую позволяет вера в Иисуса Христа.

МИФ 5
На Крещение все сны вещие и можно узнать свою судьбу?

Большой грех – недоверие Богу. Будущего не знает никто, кроме Него. Закон Божий категорически запрещает гадания и какие-либо приметы, особенно накануне праздников.

Уверенным в будущем не может быть никто, но если человек доверяет Богу, Его Промыслу, то он спокоен.

МИФ 6
Тару со святой водой нельзя ставить на землю, иначе в землю уйдёт благодать, как написано в Библии?

Ни в Священном Писании, ни в Священном Предании Церкви нет упоминания об этом. Великая агисма, святая вода, не теряет свои свойства в течение долгого времени. Это не надо делать из благоговения к святой воде.

МИФ 7
Если смешать крещенскую воду с водой из трёх (семи) храмов или добавить прошлогоднюю (позапрошлогоднюю и т.д.), то она становится и благодать станет «сильнее»?

Вся вода в дни Крещения (18 и 19 января) во всех православных храмах и во все годы освящается Благодатью Святого Духа одинаково. И от смешивания «сильнее» не станет.



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

ПЕРВЫЙ



00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
21.45 «НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ». ОСНОВАНО НА РЕАЛЬНЫХ СОБЫТИЯХ». (16+)
1988 год. В республиканской детской больнице Калмыкии прибавляется количество пациентов со схожими симптомами.
22.35 «Большая игра». (16+)
00.00 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (18+)
01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО». (16+)
06.50 09.30 «УБИТЬ ДВАЖДЫ». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
11.10 «НАВОДЧИЦА». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «НАВОДЧИЦА». (16+)
15.20 «ОТПУСК ЗА ПЕРИОД СЛУЖБЫ». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «ОТПУСК ЗА ПЕРИОД СЛУЖБЫ». (16+)
19.55 «СЛЕД». (16+)
22.20 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
23.10 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «СЛЕД». (16+)
03.25 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)
Брагин проходит реабилитацию. После долгого наркоза у него стали трястись руки, и он больше не может оперировать. Его жена Марина предлагает ему на время развехаться. В «Склифе» новые интерны - Алекс, Дима и Арина. Только один из них получит место в ординатуре. Молодые люди начинают соревноваться между собой, а Костя берёт над ними шефство.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «КАМЕНСКАЯ». (12+)
Генерал Григорий Иванович Стоянов, преподаватель академии МВД, заказывает убийство служащего банка Нурбагантова.
03.55 «ЛИЧНОЕ ДЕЛО». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 03.45 «МАРШ-БРОСОК. ОСОБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (16+)**
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
09.15 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (6+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
14.00 15.05 16.05 03.50 «ПОЗЫВНОЙ «СТЯЯ». (16+)
18.55 «Восточный фронт». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.20 «ЛИХА БЕДА НАЧАЛО». (12+)
00.55 «Бастионы России»

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (12+)
08.45 «НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ». (12+)
10.40 «Андрей Ростоцкий. Бег иноходца». (12+)
11.30 События
11.50 03.10 «АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2». (16+)
Найдено тело молодой женщины Юлии Поляковой. Все указывает на то, что она покончила с собой, приняв стрихнин.
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «СВОИ». (16+)
17.00 «Звёзды лёгкого поведения». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.25 «СИНИЧКА». (16+)
22.00 События
22.40 Специальный репортаж. (16+)
23.10 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.40 «Хроники перелома. Горбачев против Политбюро». (12+)
01.25 «Вдовьи слезы». (16+)
02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)
02.40 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 Андрей Ростоцкий. Бег иноходца». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 11.30 «Диалоги без грима». (6+)
06.15 «ЕХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (12+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 13.10 1.20 ОТражение
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
11.45 «ВАКАНСИЯ». (6+)
15.10 23.25 «ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ». (16+)
16.05 00.20 «Горький привкус любви, или Список фрау Шиндлер». (12+)
17.00 22.45 «Очень личное». (12+)
17.45 «Песня остается с человеком». (12+)
21.00 «БАКЕНБАРДЫ». (16+)
01.15 «Большая страна». (12+)

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 05.25 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)**
08.00 «Сегодня»
08.25 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
Рафинад узнает, что на его земле торгуют наркотиком метамфетамин. При этом Рафинад недавно наладил поставку в Брянскую область героина. Он велит своим людям разобраться с конкурентом...
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
Во время суда над убийцей Федором Крюковым устраняют единственного свидетеля - Опочкину. Полиция бросается за убийцей в клетчатом пиджаке, но в суматохе хватается случайного прохожего. Им оказывается князь Безсонов, выпускник Петербургского факультета, ведущий праздную жизнь.
22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
00.25 «ЧУМА». (16+)
02.40 «БОМБИЛА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
06.55 08.55 09.55 10.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
15.35 «Торги Москвы». (12+)
18.30 Познавательный фильм. (12+)
19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К Культура



08.30 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 «Невский ковчег. Теория невозможного»
07.35 «Новые люди Переславля и окрестностей»
08.30 16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ» СССР, 1974-1977 гг. Детектив.
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 XX век
12.20 22.15 «МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ»
13.35 «Роман в камне»
14.05 Линия жизни
15.05 Новости. Подробно. АРТ
15.20 «Восточный экспресс. Поезд, изменивший историю»
16.20 01.00 Цвет времени
18.10 01.15 Мастера мировой концертной сцены. Елена Башкирова, Менахем Пресслер, Эммануэль Паю
19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Оттаявший мир»
21.35 «Сати. Нескучная классика...»
02.00 «Храм»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
05.30 «Новости МО»
07.30 «Новости 360 (каждый час)»
07.35 «Интервью 360». (12+)
08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
08.25 «Личное дело». (12+)
11.00 «ЧП 360». (16+)
12.30 «Вкусно, как в кино»
13.00 «Тет-а-тет с Марусей»
13.30 14.40 16.40 «Внимание! Еда!» (12+)
14.10 23.40 «Атмосферная история». (12+)
15.10 «Открытие Китая». (12+)
16.10 «Поездка со вкусом»
17.10 «Простая медицина»
17.40 «Формула успеха». (12+)
18.10 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
20.10 «Невероятная наука»
22.10 «Зима в Подмоскowie»

СТС СТС



11.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
07.15 «Пламенное сердце». (6+)
09.00 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ». (16+)
11.45 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ. И ВСПЫХНЕТ ПЛАМЯ». (12+)
США, 2013 г. Фантастический боевик. В ролях: Дженифер Лоуренс, Джош Хатчерсон. Сумев выжить на безжалостных Играх, Китнисс и Пит возвращаются домой. Но теперь они в ещё большей опасности...
14.35 «ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I». (12+)
16.55 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
20.00 «ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». (16+)
22.00 «ШЕСТОЙ ДЕНЬ». (16+)
США, 2000 г. Фантастический боевик. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Майкл Рапапорт, Тони Голдуин. В начале третьего тысячелетия самым суровым законом стал «Закон Шестого дня». Он запрещал клонирование людей.
00.25 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.20 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
02.45 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
- 11.20 15.45 00.10 02.15 03.25 Мой район. Энциклопедия. (12+)
07.35 «Это было смешно». (12+)
08.00 09.50 19.50 22.20 00.00 02.05 «Мой район. Навигатор». (16+)
08.10 16.00 «ДЕНЬГИ». (16+)
10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
10.30 «Тайны кино». (12+)
11.30 20.00 «ОШИБКА РЕЗИДЕНТА». (12+)
14.00 «ИГРА БЕЗ НИЧЕЙ». (12+)
17.40 Звёзды советского экрана. (12+)
18.10 «САМОЕ ГЛУПОЕ УБИЙСТВО». (16+)
22.35 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (12+)
00.35 «ЭЙ, УБИЙСТВО!» (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ПО СООБРАЖЕНИЯМ СОВЕСТИ». (16+)</p> <p>05.00 18.00 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 03.25 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ПО СООБРАЖЕНИЯМ СОВЕСТИ». (16+)</p> <p>22.35 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>00.30 «МОТЫЛЕК». (18+)</p>	<p>21.00 «СТРИМ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p> <p>13.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>17.00 «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)</p> <p>20.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>21.00 «СТРИМ». (16+)</p> <p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.00 «РЕАЛЬНЫЕ ПАЦАНЫ ПРОТИВ ЗОМБИ». (16+)</p> <p>Россия, 2020. Комедия. Лера порвала с Коляном из-за того, что их отношения не развиваются, а Вован подарил Шакалу сталактит.</p> <p>00.50 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.20 «Comedy Баттл. Спецдайджест». (16+)</p> <p>04.05 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>04.50 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.30 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>01.45 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: ОСТРОВ КРИКУНОВ». (16+)</p> <p>06.00 Святочные гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.15 Святочные гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)</p> <p>Полиция округа Колумбия подключает сотрудников «Лайтман Групп» к поискам Эрика Матесона, подозреваемого в убийстве своей жены.</p> <p>23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>01.45 «ДРОЖЬ ЗЕМЛИ: ОСТРОВ КРИКУНОВ». (16+)</p> <p>03.30 «ЦАРЬ СКОРПИОНОВ: В ПОИСКАХ ВЛАСТИ». (16+)</p> <p>05.00 «СНЫ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>08.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>10.00 «+100500». (16+)</p> <p>11.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников</p> <p>16.00 Решала. (16+)</p> <p>Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые все-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно.</p> <p>19.00 Охотники. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Улётное видео. (16+)</p>	<p>15.30 «Громко»</p> <p>06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00</p> <p>10.00, 15.25, 21.55, 03.30 Новости</p> <p>10.05 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25, 11.50 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Суперспринт. Пр. тр.</p> <p>11.20, 12.40, 14.05, 19.15, 00.00 Все на Матч!</p> <p>13.10, 14.20 Биатлон. Паралимпийский чемпионат России. Суперспринт. Пр. тр.</p> <p>15.30, 05.00 «Громко»</p> <p>16.45 Хоккей. «Салават Юлаев» (Уфа) - «Металлург» (Магнитогорск). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр. тр.</p> <p>19.55 Баскетбол. МБА (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. Пр. тр.</p> <p>22.00 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Финал. Пр. тр.</p> <p>00.50 Автоспорт. (0+)</p> <p>02.00 Гандбол. (0+)</p>	<p>15.05 «ЕЁ СЕКРЕТ». (16+)</p> <p>06.30 «6 кадров». (16+)</p> <p>07.05 05.00 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>09.05 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>10.05 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.30 «Порча». (16+)</p> <p>14.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>15.05 «ЕЁ СЕКРЕТ». (16+)</p> <p>19.00 «ПЕРВОКУРСНИЦА». (16+)</p> <p>22.55 «Порча». (16+)</p> <p>23.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.00 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.10 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.00 «6 кадров». (16+)</p> <p>04.10 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p>	

БЕСПЛАТНАЯ
ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:
 ➔ Договоров ренты
 ➔ Договоров с юристами
ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:
 ➔ Из МФО, КПК, Банков
 ➔ Решение жилищных и земельных споров
8 (800) 555-20-16
 Реклама

ЦВЕТОК

1. Стол, организованный компанией.
 2. Село - селянин, мегаполис - ...
 3. Огромный кусок суши с несколькими странами.
 4. «Приятного аппетита!» или «Спокойной ночи!»
 5. «Да здравствует мыло душистое и ... пушистое» (К. Чуковский, «Мойдодыр»).
 6. Изысканное кушанье, подчеркивающее торжественность момента.
 7. НТВ или «Домашний».
 8. Человек с легко-возбудимым темпераментом.
 9. Отцовское поучение.
 10. Великан от домостроительного комбината.
 11. Урок, на который ученики приходят с атласом и контурными картами.
 12. Резчик по портновским лекалам.
 13. «Грелка» для комнаты.
 14. В Германии полицейский - вахтмайстер, во Франции - ажан, в США - офицер, а в Англии?
 15. Исправление.
 16. Лодка, залегающая на дно.
 17. Команда в самом низу турнирной таблицы.
 18. Напиток - кофе с шоколадом.
 19. Процесс предоставления пищи животным в зоопарке.
 20. Именно «серебряная ...» становится призом для тех, кто побеждает в теннисном Кубке Дэвиса.
 21. «Гимн» гондольеров.
 22. Отдыхает с адреналином.

18. Моккаччино. 19. Латте. 20. Сапато. 21. Баркарола. 22. Экспрессо. 1. Складчина. 2. Горкаччино. 3. Контининан. 4. Пожарная. 5. Пополнение. 6. Деликатес. 7. Тенкекан. 8. Сангрия. 9. Назад. 10. Небоскреб. 11. Географический. 12. Закрытый. 13. Каролинг. 14. Конфетный. 15. Корпекция. 16. Юмария. 17. Аутсайдер.

В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ — ЗДОРОВЫЙ СЛУХ!

Зима – время, когда риск простудных заболеваний резко увеличивается, вместе с ним растет и риск снижения слуха. Органы горла, носа и уха тесно связаны между собой, и любое воспаление в горле и носе может перейти и на уши. Для людей пожилого возраста это особенно актуально. Банальный насморк может стать причиной развития отита, который может серьезно навредить слуху.

ЧТО ДЕЛАТЬ?
 Если вы обнаружили у себя тревожные признаки снижения, необходимо пройти срочную проверку слуха. Специалисты по слуху «Аудионика» предоставляют такую возможность бесплатно. Не теряйте драгоценного времени,

чем дальше слух человека остаётся сниженным, тем сложнее вернуть возможность слышать нормально. Иногда счёт идёт на месяцы, а иногда – и на недели.

Специалисты по слуху «Аудионика» имеют 15-летний опыт сохранения и бережной коррекции слуха. Клиники компании находятся в 14 городах России от Сахалина до Москвы и Санкт-Петербурга. Доверяя свой слух «Аудионике», можно рассчитывать на профессиональную помощь, современные технологии и чуткое отношение специалистов.

Проверьте слух вовремя — запишитесь на бесплатную проверку слуха у специалистов по слуху «Аудионика» по телефону 8 (499) 961-30-50.

ВАШ СЛУХ – НАША ЗАБОТА

реклама, 16+

Аудионика
 Специалисты по слуху

БЕРЕЖНАЯ КОРРЕКЦИЯ СЛУХА
 Проверьте свой слух бесплатно

8 (499) 961-30-50
 AUDIONIKA.RU

Москва, Семеновская, Семеновская площадь, 7, Деловой центр «Взронт», 2 этаж
 Серпуховская, ул. Большая Серпуховская 34-36, стр. 3

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ
 НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ

ПЕНСИОНЕРАМ!

- до 4 000 000 рублей сразу
- до 30 000 рублей ежемесячно
- помощь по дому
- патронаж

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
 «Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком ренты

Звоните:
(495) 626 45 55

27 лет стабильной работы!

Реклама

КИНО И СЕРИАЛЫ



06.05 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)
07.30 Мультфильмы. (0+)
08.20 «Каникулы в Простоквашино». Мультфильм. (6+)
08.40 «Зима в Простоквашино». Мультфильм. (6+)
09.00 «АЛЫЕ ПАРУСА». (12+)
10.40 «ДНИ ТУРБИНЫХ». (12+)
14.40 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (12+)
16.10 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)
18.05 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
20.00 «МОСКВА СЛЕЗАМ НЕ ВЕРИТЬ». (12+)
22.45 «КАРНАВАЛЬНАЯ НОЧЬ». (12+)
00.05 «АТТЕСТАТ ЗРЕЛОСТИ». (12+)
01.40 «СОЛЯРИС». (12+)
04.20 «ОСТРОВ СОКРОВИЩ». (12+)



05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)
08.20 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)
09.55 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)
11.25 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
13.05 «ТУТСИ». (16+)
15.10 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)
17.30, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)
19.00 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ». (12+)
21.05 «НЕ ШУТИТЕ С ХОАНОМОМ». (16+)
23.05 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.». (16+)
01.10 «ЛУЧШЕЕ ВО МНЕ». (12+)
03.25 «ДОРОГОЙ ДЖОН». (16+)



05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.15 «Плюн-код». Мультсериал. (6+)
07.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
08.00 «КРЫМ». (16+)
09.45 «АДМИРАЛЪ». (16+)
12.00 «НАХИМОВЦЫ». (12+)
13.25 «ВЫШЕ НЕБА». (16+)
15.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ». (12+)
17.05, 18.05 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)
19.00 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
20.30 «ПРИЗРАК». (6+)
22.30 «ДЕД МОРОЗ. БИТВА МАГОВ». (6+)
00.30 «ЧЕРНАЯ МОЛНИЯ». (6+)
02.10 «ГОЛОСА БОЛЬШОЙ СТРАНЫ». (6+)
03.50 «ОДНАЖДЫ». (16+)



06.20 «Три кота». Мультсериал. (6+)
06.50 «Иван Царевич и Серый Волк». Мультфильм. (6+)
08.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
09.45 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
11.15 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
12.55 «Колье Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
14.20 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
15.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
17.00 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
Сериял. Россия, 2021 г.
03.00 «ИГРА». (16+)
04.40 «ПРО ЛЮБОВЬ». (16+)



00.25 «А ВОТ И ОНА». (12+)
01.55 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
03.35 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)
05.00 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
06.45 «КРИМИНАЛЬНАЯ ФИШКА ОТ ГЕНРИ». (16+)
08.30 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
10.00 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)
11.50 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
13.55 «МУЖЕСТВО». (16+)
Драма, Канада, 2009 г.
15.20 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)
17.00 «НОВЫЙ ПАРЕНЬ МОЕЙ МАМЫ». (16+)
18.35 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)
20.30 «СТАРЫЕ ГЕНРИ». (16+)
22.05 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
23.50 «САМЫЙ ЖЕСТОКИЙ ГОД». (18+)



06.10 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
07.35 «БАТЯ». (16+)
09.00 «МАТЧ». (16+)
11.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
13.15 «НА РАЙОНЕ». (16+)
15.05 «РУСАЛКА». (16+)
17.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
Боевик, Россия, 2005 г.
19.20 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
Триллер, военный фильм, история, Россия, 2020 г.
21.00 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)
Исторический фильм, приключения, Россия, 2010 г.
22.55 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
Комедия, Россия, 2012 г.
00.45 «ЦОЙ». (16+)
02.25 «МАРАФОН». (12+)
04.15 «МАТЧ». (16+)



01.00 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА». (12+)
03.05 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2». (12+)
04.40 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
06.40 «КРЫСИННЫЕ БЕГА». (12+)
08.45 «СНОВА ТЫ». (16+)
10.40 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
12.30 «ЕВРОТУР». (16+)
14.05 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)
15.55 «МИЛЛИАРД». (12+)
17.50 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
19.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)
21.40 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)
Комедия, мелодрама, США, 2000 г.
23.40 «ЕЛКИ НОВЫЕ». (6+)



01.55 «НАЧАЛО». (12+)
03.45 «КОГДА ДЕРЕВЬЯ БЫЛИ БОЛЬШИМИ». (6+)
05.35 «ЧИНГАЧГУК. БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ». (12+)
07.15 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)
09.00 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (6+)
10.40 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)
12.15 «КАЛАЧИ». (16+)
13.45 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ». (18+)
15.35 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
17.25 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИХИ». (6+)
19.00 «СЫН ЗА ОТЦА». (0+)
20.35 «ВОР». (16+)
Драма, Россия, Франция, 1997 г.
22.25 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (6+)



08.05 «ДРУГАЯ СЕМЬЯ». (12+)
11.30 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)
14.50 «МЕТЕЛЬ». (12+)
2010 г. В ролях: Оксана Акиньшина, Илья Оболонков, Елена Коренева, Денис Матросов, Елена Лядова
18.00 «ЛЮБИМЫЕ ЖЕНЩИНЫ КАЗАНОВЫ». (12+)
2014 г. В ролях: Кирилл Запорожский, Полина Сыркина, Тамара Семина
21.25 «ПАПА ДЛЯ СОФИИ». (12+)
2014 г. В ролях: Карина Андоленко, Ольга Остроумова, Глафира Тарханова, Александр Дьяченко
00.50 «ФОТО НА ДОКУМЕНТ». (12+)
02.25 «ДРУГАЯ СЕМЬЯ». (12+)
05.30 «ЗАБЫТАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)



06.45 «ЛУЧШЕЕ ПРЕДЛОЖЕНИЕ». (16+)
09.05 «ТРАССА 60». (18+)
11.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
12.50 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
14.30 «БРИЛЛИАНТОВЫЙ ПОЛИЦЕЙСКИЙ». (16+)
16.10 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
17.55 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
20.00 «СВЯТЫН ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)
Мексика, США, 2021 г. В ролях: Хосе Мария Яспик, Шаннин Соссамо, Пас Вега, Нил Макдонаф
21.50 «ЛИВЕНЬ». (16+)
23.25 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)
01.00 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?». (12+)
02.35 «ТАЛАНТИВЫЙ МИСТЕР РИПЛИ». (16+)
04.45 «НЯНЬКИ». (12+)



06.00 Голливуд за кадром. (16+)
06.25, 18.10 Проект Подиум. (16+)
07.15, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
08.15 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИЦА». (16+)
10.25 «АНОНИМ». (16+)
12.40 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+)
15.00 «АЙРИС». (16+)
16.35 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Эд Харрис, Аннетт Бенинг, Робин Уильямс
20.00, 20.50, 01.10, 02.00 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
21.40, 22.25, 02.45, 03.30 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
23.10, 00.05 «РАСКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)
04.15 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (16+)



06.00 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
07.30 «УЛИЦА МЛАДШЕГО СЫНА». (6+)
09.10 «ВСЕГО ОДНА НОЧЬ». (12+)
10.50 «ЧЕЛОВЕК В БЕЛОМ КОСТЮМЕ». (16+)
12.30, 02.20 «СЕМЕЙНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (12+)
14.00 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)
15.35 «ДИЛИЖАНС». (16+)
17.25, 03.45 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
19.00 «ОБЛАКА». (12+)
СССР, 1973 г.
20.30 «РАССЛЕДОВАНИЯ КОМИССАРА МЕГРЭ». (16+)
22.05 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)
23.40 «ОТСТУПНИК». (16+)
05.10 Звездное эхо Михаила Громова. (12+)



05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки», «Машины страшилки», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.30 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота News 2023. (16+)
23.30 Богиня шопинга. (16+)
00.40 KRALSH. (18+)
01.20 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
01.40 «ШАЛУН». (12+)
03.10 Барышня-крестьянка. (16+)
03.50 «Смешарики», «Малышарики. Умные песенки», «Маша и Медведь». Мультсериалы. (0+)



08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериял. Мелодрама, Россия, 2007 г. В ролях: Анна Снаткина, Наталья Рудова
10.00, 11.00, 18.00, 19.00, 02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МОЙ ЛИЧНЫЙ ВРАГ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)
Сериял. Драма, Россия, 2009 г. В ролях: Евгений Князев, Тара Амирханова, Михаил Горевой, Роман Грещишин, Владимир Долинский



06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ!». (12+)
Роман подталкивает Андрея к решительным действиям. Катя счастлива - Амура нагадала ей долгую, счастливую жизнь с любимым. Роман предлагает Кате и Андрею закончить вечеринку в ресторанчике и исчезает под благовидным предлогом.
11.20 «ПАПИНЫ ДЕТКИ». (16+)
16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
00.45 Даешь молодежь! (16+)
02.00 «РАНЕТКИ». (16+)
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)



10.00, 18.00, 02.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)
11 серия. Сериял. Детектив, Россия, 2006 г.
10.55, 18.55, 02.55 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ. УБИТЬ ЛЕГКО?» (18+)
Сериял. Детектив, криминальная комедия, Франция, Швейцария, 2009 г.
12.35, 20.35, 04.35 «ОГРЯБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ» (субтитры). (16+)
Триллер, драма, Великобритания, США, Австралия, 2008 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ЛЮБОВЬ В КВАДРАТЕ». (16+)
Драма, комедия, Франция, Бельгия, 2013 г.
16.15, 00.15, 08.15 «СТАРЛЕТКА». (18+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ



05.00 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
10.00 Новости
10.10 Белорусский стандарт. (12+)
10.20 «ЭКСПРОПРИАТОР». (16+)
11.20 «ЖЕНИТЬБА БАЛЪЗАМИНОВА». (6+)
13.00 Новости
13.15, 17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.05 Мировое соглашение. (16+)
18.30 Новости
18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)
20.50 Слабое звено. (12+)
21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)
22.40 «КУЛИНАР». (16+)
01.15 Наше кино. История большой любви. (12+)
01.40 «ПЕРВАЯ ПЕРЧАТКА». (0+)
03.00 «РАЗВОД». (16+)



04.50 «Путь к Победе». (16+)
05.50 «КЛЯТВА». (12+)
08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)
13.40 «ОПЕРАЦИЯ «МУХАБАТ». (16+)
1984 год, разгорается афганская война. В СССР перестройка, «холодная война» в самом разгаре. На этом фоне развивается история двух влюбленных - Мити и Ани, которые оказались разлучены. Родители Ани-диссиденты - вынуждены были вместе с дочерью эмигрировать в Америку. Митя остается в СССР. Его отец - генерал разведки, советник генсека, активно выступает за вывод войск из Афганистана. США хотят продолжения войны и развала СССР, потому они намерены дискредитировать генерала.
23.59 «Путь к Победе». (16+)
01.00 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)
02.30 «ЛЕЙТЕНАНТ». (12+)
03.50 «РОДИНА ИЛИ СМЕРТЬ». (16+)



05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-5. Дети. Торт «Ну погоди» для Ани Хилькевич (субтитры). (16+)
06.40 Кондитер-5. Торт «Сфинкс» для Надежды Ангарской (субтитры). (16+)
07.50, 09.00 На ножах (субтитры). (16+)
10.00, 12.20 Битва шефов (субтитры). (16+)
Повара со всей России готовы сразиться за звание лучшего в «Битве шефов»!
14.10, 16.30, 18.40, 20.50 Битва шефов-2 (субтитры). (16+)
23.10 «МАЛЬЧИШНИК: ЧАСТЬ III». (16+)
США, 2013 г. В ролях: Брэдли Купер, Эд Хелмс, Зак Галифианакис, Кен Жонг, Джон Гудман
01.10 Пятница News. (16+)
01.30, 02.10, 02.50 «ДРЕВНИЕ». (18+)
4 сезон. Сериял. США, 2017 г.
03.30 Пятница News. (16+)
04.00 Зов крови. Денис и Яна. (16+)



05.00 Профилактика на канале с 05.00 до 10.00
10.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
12.00 «НЕВЕРНЫЙ!». (16+)
14.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
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 большого от прибытия в клинику до обследований и операций. Из злобных своих тела пациенты проекта превратятся в уверенных людей, не стесняющихся самих себя.
20.00 «НЕВЕРНЫЙ!». (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.55 Измены (субтитры). (18+)
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ



00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)
01.30, 05.50 Монастырские стены. (6+)
01.55, 04.40, 16.10 Историограф. (12+)
02.40 Иностранцы в России. (6+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15 Истриода. (12+)
04.10, 07.10 Библиотеки России. (6+)
07.45, 16.55 История одной фотографии. (6+)
08.00, 08.45, 09.30, 10.20 «КРАСНЫЕ ГОРЬ». (16+)
11.10 Перед вечностью... (12+)
12.00, 12.55 «ВИКТОР ГЮГО. ВРАГ ГОСУДАРСТВА». (16+)
13.45 Красиво цветёт волчеягодник. (12+)
14.15 Бычковые. Два портрета. (12+)
14.40 Гвардии Камчатка. (12+)
15.30 Кижич. Храмовое деревянное зодчество. (12+)
16.00 История образования в России. (12+)
17.10 Россия. Связь времен. (12+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.45 Музейный феникс. (12+)
18.15 Список Киселева. Никогда больше. (12+)
19.15 Освободители. (12+)
20.00 Первая мировая. (12+)
20.55 Обыкновенная история. (6+)
21.05 Секреты замка Шамбор. (12+)
22.00, 22.55 Великие живописцы. (12+)



06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25, 07.25 Война асов. (12+)
08.20, 09.10 Музейные тайны. (12+)
10.00, 10.50 Расшифрованные сокровища. (12+)
11.45 Время великанов. (12+)
12.40 Настоящий неандерталец. (12+)
13.40, 14.30 Очень странные экспонаты. (12+)
15.20, 16.15 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
17.05 Расшифрованные сокровища: Поиск священного Грааля. (12+)
17.55 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
18.50, 19.35 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
20.30 Запретная история: Загадка пропавших сокровищ Японии. (12+)
21.20 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
22.15 Ирано-иракская война: Атака и контратака. (16+)
23.10 Ирано-иракская война: Повышение ставок. (16+)
00.10, 01.00 Королева Виктория и ее девять детей. (16+)
01.45, 02.35 Расшифрованные сокровища. (12+)
03.20, 04.05 Очень странные экспонаты. (12+)
04.50 Расшифрованные сокровища. (12+)
05.35 Невероятные изобретения. (12+)



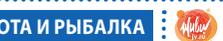
06.00, 11.50, 18.25, 23.45 0 самое главное. Синдром газовой боли. (12+)
06.50 На приеме у психолога. Гнев. (12+)
07.20 Психология. Алкоголизм. (12+)
07.50, 13.45, 01.10 Мозг на прокачку. Сделайте меня умнее. (12+)
08.50 0 самое главное. Продукты-обманщики. (12+)
09.45 Добавки. Мармеладный рай. (12+)
10.15 Медицинский квест. Стресс. (12+)
11.05, 17.35 Я, человек. (12+)
12.45, 13.15 10 решений доктора Карташевой. (12+)
14.45 Скажите, доктор! Болезни почек. (12+)
15.15, 04.40 На приеме у косметолога. Профиль молодости. (12+)
15.40 0 самое главное. Почему скачет давление? (12+)
16.40 На приеме у Кирилла Лыско. (12+)
17.05 Это лечится. (12+)
19.20, 05.00 Теледоктор. (12+)
20.15, 03.00 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 1. (12+)
21.05 0 самое главное. Как не переплачивать за таблетки? (12+)
22.00 Шифры нашего тела. Незвестные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)
22.45, 23.15, 03.45, 04.10 Большой скачок. (12+)
00.40 Скажите, доктор! Маммология. (12+)
02.05 Теледоктор. Вес и возраст. (12+)



06.00 Декоративный огород. (12+)
06.30 Муж на час. (12+)
06.55 Чужеземцы. (12+)
07.10 Мегабанщики. (12+)
07.40 Сад с нуля. (12+)
07.55 Домашняя косметика! (12+)
08.15 Пустите строителей в дом. (12+)
09.00 Дачные радости. (12+)
09.30 В погоне за прибылью. (16+)
10.20 Искатели приключений. (12+)
10.50 Под знаком «Гавриш». (12+)
11.05 Лучки&Пучки. (12+)
11.25, 17.30, 23.30 Стройплощадка. (12+)
11.55, 18.00, 00.00 Дачные радости с Мариной Рыкалюной. (12+)
12.30, 19.45, 01.40, 01.55 Огород круглый год. (12+)
12.55 Бanya - женского рода. (12+)
13.15 Дачных дел мастер. (12+)
13.45 Мастер-садовод. (12+)
13.55 Кухня народов СССР. (12+)
14.15 Красивая выпечка с Джульет. (12+)
15.05, 21.05 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
15.35, 21.35 Идеальный сад. (12+)
16.05 Народные умельцы. (12+)
16.35, 22.40 Деревня года. (12+)
18.30, 00.30 ЗаСада. (12+)
18.55, 01.00 Мультиварка. (12+)
19.15, 01.15 Как поживаете? (12+)
20.15, 02.10 Органическое земледелие. (0+)
20.45, 02.55 Календарь дачника. (12+)
22.05 Праздник в дом. (12+)
02.40 Доктор Смузи. (12+)



07.00 Научи меня рыбачить. (12+)
07.30, 15.30, 19.30 На зарубежных водоемах. (16+)
08.00, 16.00 Охотничьи собаки. (16+)
08.30 Донка против фидера. (16+)
09.00 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
09.30 Егерский кордон. (16+)
10.00 Карпфишеры. (16+)
10.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
11.00 Весенняя рыбалка. (16+)
11.30, 23.30 Мир рыболова. (12+)
12.00, 00.00 Мир охотника. (12+)
12.30 Фишермания. (16+)
13.00 Охота в Приволжье. (16+)
13.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
14.00 Рыбалка в России. (16+)
14.30 Крылатые охотники. (16+)
14.45 Красивая Россия. (12+)
15.00 Поестивалим! (16+)
16.30 Кухня народов СССР. (12+)
17.00 Территория льда. (16+)
17.30 Практическая школа нахлыста. (12+)
18.00 Рыбалка сегодня XL. (16+)
18.30 Зов предков. (16+)
19.00 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)
20.00 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
20.30 Нахлыст в Башкортостане. (16+)
21.00 Охота с луком. (16+)
21.35, 21.50 Нож-помощник. (16+)
22.05 Сам себе охотник. (16+)
22.35 Рыболовные путешествия. (16+)
23.00 Рыболовная школа для взрослых. (12+)



00.00, 16.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
01.00 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
02.00, 18.00 Пилатес изнутри. (6+)
03.00 Street Fight. (12+)
04.00, 08.00, 12.00 YogaУтро. (6+)
В рамках авторской программы Елены Чистяковой особое внимание будет уделено вопросам женского здоровья и сексуальности.
04.30, 12.30 «Утренний заряд» с Димой Брагинным. (12+)
05.00, 09.00, 13.00 Здоровые завтраки. (12+)
06.00, 10.00, 01.00 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
06.30, 14.30, 21.00 Фитнес с резинками. (12+)
07.00, 11.00, 15.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
07.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
09.30, 13.30 Йога. Женские практики. (12+)
10.30, 00.30 Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркули. (12+)
17.00 Здоровые обеды. (12+)
Телеканал «ЖИВИ!» и шеф-повар Григорий Мосин представляют здоровое меню на целый день.
19.00 Табата-лайт. (12+)
20.00 Здоровые ужины. (12+)
22.00 Экспресс-йога. (12+)
23.00 Shuffle Dance. (12+)
02.00 Уроки чувственности. (16+)

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Профилактика на канале с 06.00 до 10.00
 - 10.00, 13.00, 15.55 Новости
 - 10.05 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
 - 10.30 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Пари НН» (Нижний Новгород) - «ПАРМА-ПЛАРИ» (Пермский край). (0+)
 - 12.20 Пара на дистанции. Дмитрий и Татьяна Волковы. (12+)
 - 12.35 Первые леди. (6+)
 - 13.05 Гандбол. СЕНА-Газпром Лига. «Зенит» (Россия) - «Мешков Брест» (Белоруссия). (0+)
 - 14.25 Сергей Белов. Огненная Легенда. Специальный репортаж. (12+)
 - 14.40 Зимняя атлетика. Специальный репортаж. (12+)
 - 15.00 Неделя КХЛ. (12+)
 - 16.00 Специальный репортаж. (12+)
 - 16.20 Автоспорт. «Рождественская гонка чемпионов 2023». Трансляция из Тольятти. (0+)
 - 18.55 Громко. (12+)
- МУЛТ**
- 20.00 Биатлон. Парг Чемпионат России. Суперспринт. Мужчины. Трансляция из Рыбинска. (0+)
 - 20.55 Биатлон. Парг Чемпионат России. Суперспринт. Женщины. Трансляция из Рыбинска. (0+)
 - 21.45 Биатлон. Парг Чемпионат России. Суперспринт. Мужчины. Финал. Трансляция из Рыбинска. (0+)
 - 22.40 Биатлон. Парг Чемпионат России. Суперспринт. Женщины. Финал. Трансляция из Рыбинска. (0+)
 - 23.45 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
- СПАС**
- 01.30 Специальный репортаж. (12+)
 - 01.50 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Финал. Трансляция из Москвы. (0+)
 - 03.55 Неделя КХЛ. (12+)
 - 04.45 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
 - 05.10 Рождённые побеждать. Всеволод Бобров. (6+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
 - 05.00 Профилактика на канале с 05.00 до 10.00
 - 10.00 Чёс на износ: ужасы гастроной жизни. (16+)
 - 11.00 ЯНАМУЗТВ. (16+)
 - 12.00 Прогноз по году. (16+)
 - 13.00 Моя волна. (16+)
 - 14.00 Русский чарт. (16+)
 - 15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
 - 15.35 Лига свежих клипов. (16+)
 - 16.00 Top-15 Like FM. (16+)
 - 17.00 Ждите ответа. (16+)
 - 18.00 PRO-новости. (16+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 13.05, 18.00, 01.05 «Фиксики». (6+)
 - 06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Роботы-поезда». (6+)
 - 07.05, 12.35, 19.05, 00.40 «Смешарики». (6+)
 - 07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
 - 07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Октонавты». (0+)
 - 08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)
 - 09.10, 16.40, 21.10 «Консуни». (6+)
 - 09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
 - 10.00, 17.30 «Чуч-Мяуч». (0+)
 - 10.30, 22.30 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)
 - 11.45, 15.40, 23.45 «Енотки». (0+)
 - 14.30, 02.30 «Три богатыря на дальних берегах». (12+)
 - 22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
 - 22.10 «Granny's Fairytales». (12+)
 - 22.20 «Богатырята». (12+)
- СОЛНЦЕ**
- 05.00 Профилактика с 05.00 до 10.00
 - 10.00 «Буба». (0+)
 - 10.35 «Простоквашино». (0+)
 - 11.30 «Закладованная деревня Пинокио». (6+)
 - 12.35 «Робин Гуд: Проказник из Шервуда». (6+)
 - 14.00 «Ералаш». (6+)
 - 15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)
 - 16.25 «Фиксики». (0+)
 - 18.00 «Простоквашино». (0+)
 - 19.30 «Индюки: Назад в будущее». (6+)
 - Индюк Реджи вырос на обычной ферме, его жизнь была скучной и однообразной, как и у других птиц. Однако он отличался от сородичей тем, что умел пользоваться смекалкой и понимал, зачем его кормят.
 - 21.20 «РОДИТЕЛИ». (12+)
 - Сериал. Россия, 2015 г.
 - 00.00 «Ералаш». (6+)
 - 04.00 «Буба». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛТ**
- 06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 08.00, 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
 - 08.30, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 09.00 «Турбозавры». (0+)
 - 09.20, 18.30 «Простоквашино». (0+)
 - 09.50 «Морики Дорики». (0+)
 - 10.00, 17.20, 22.00 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - 11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 14.00 «Фиксики. Дай пять!» (0+)
 - 15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)
 - 15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)
 - 17.00 «Сказки о маленьком Лисенке». (0+)
 - 17.55 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
 - 18.00 «ДиноСити». (0+)
 - 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Мир за минутку». (0+)
 - 05.05 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 06.00 «Элла, Оскар и Шу». (0+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05 «Три кота». (0+)
 - 09.00 «Медвежонок Помпон». (0+)
 - 10.00 «ТриО!» (0+)
 - 10.20 «Фиксики». (0+)
 - 12.20, 00.10 «Турбозавры». (0+)
 - 14.00 «Супер МЯУ». (0+)
 - 15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
 - 15.55 «Мой музей». (0+)
 - 16.00 «Динозавры». (0+)
 - 16.05, 00.05 «Зелёный проект». (0+)
 - 16.10 «Три кота». (0+)
 - 18.30 «Отель у овец». (0+)
 - 19.00 «Фиксики». (0+)
 - 21.00 «Команда Флоры». (0+)
 - 22.50 «Мир за минутку». (0+)
 - 22.55 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
 - 23.55 «Мой музей». (0+)
 - 00.00 «Динозавры». (0+)
 - 01.50 «Студия Каляки-Маяки». (0+)
 - 02.10 «Смешарики». (0+)
 - 04.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 Ранние птицы. «Долина Мумитроллей». (0+)
 - Мультипликация по любимым сказкам Туве Янссон о Мумитроллях.
 - 06.55 «Чик-зарядка». (0+)
 - 07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 - Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
 - 07.30 «Чик-зарядка». (0+)
 - 07.35 «Петроникс». (0+)
 - 08.00 «Супер МЯУ». (0+)
 - Пятеро котят с необычными способностями попадают в школу для супергероев. Каждый из них обладает суперсилой, но пока еще не умеет ею пользоваться.
 - 10.40 «Дракошия». (0+)
 - 10.45 «Сказочный патруль». (0+)
 - 13.20 «Дикие скричеры!» (6+)
 - 13.45 «Инфинити Надю». (6+)
 - 14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
 - 14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 16.35 «Турбозавры». (0+)
 - Удивительные истории, в которых динозавры превращаются в машины!
 - 18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
 - 18.35 «Волшебная кухня». (0+)
 - Малышка Майя приглашает вас на Волшебную кухню!
 - 20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
 - 20.45 «Барбоскины». (0+)
 - 22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)
 - 22.40 «Винтик и Шпунтик. Весёлые мастера». (0+)
 - 22.55 «Живая игрушка». (0+)
 - 23.05 «Горшочек каши». (0+)
 - 23.15 «Гуси-лебеди». (0+)
 - 23.40 «Четверо в кубе». (0+)
 - Четыре весёлых кубика стартовали с кубической планеты для исследования космоса. Чёрная дыра переборсила Красного, Желтого, Зеленого и Синего на планету Земля, где их корабль потерпел аварию...
 - 01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)
 - 02.50 «Котики, вперед!» (0+)
 - 03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
 - 04.35 «Еда на ура!» (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
 - 06.50 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30 Завет. (6+)
 - 11.35 Святые России. (6+)
 - 12.40 Простые чудеса. (12+)
 - 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 Истоки. (0+)
 - 15.25 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (0+)
 - 17.20 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО». (0+)
 - 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 5 серия. (16+)
- СПАС**
- 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
 - 22.00 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)
 - 22.35 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)
 - 23.05 Прямая линия жизни. (16+)
 - 00.05 День Патриарха. (0+)
 - 00.20 Иаков Зеведеев. Иаков брат Господень. Иаков Алфеев. Цикл: Апостолы. (0+)
 - 00.50 Апокалипсис. Глава 11. (18+)
 - 01.45 Завет. (6+)
 - 02.40 Щипков. (12+)
 - 03.10 Встреча. (12+)
 - 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

16 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Предпразднство Богоявления.
Прор. Малахии.



Мч. Гордия. Прп. Женевьевы (Генковфы) Парижской. Сщмч. Василия пресвитера.
Поста нет.

«Искренно любящий Бога молится без всякого развлечения, равно и молящийся без всякого развлечения любит Бога искренно. Но не может молиться без развлечения тот, чей ум пригвожден к чему-либо земному. Итак, не любит Бога тот, чей ум привязан к чему-либо земному».

Прп. Максим Исповедник

СТРАНА СОВЕТОВ

После многочисленных новогодних посиделок за столом с родными, друзьями и любимыми соседями холодильник за неделю превращается в скопление разноцветных контейнеров, баночек и кастрюлек с неизвестным содержимым...

А так хочется, чтобы все продукты были свежие, полезные и вкусные! Для этого важно вовремя провести ревизию. Об этом и поговорим.

Основные этапы

- ЭТАП 1. Размах проблемы**
Первым делом нужно выложить все содержимое холодильника на стол: все пакеты, банки, контейнеры. Это поможет вам оценить объем работы. Если у вас появились хоть малейшие сомнения в свежести содержимого, безжалостно расставайтесь с этими продуктами. Продукт кажется вам неприглядным, плохо пахнущим или заветренным? Выбрасывайте его, не жалея, здоровье дороже!
- ЭТАП 2. Возвращение свежести**
Возвращать оставшиеся продукты в холодильник лучше на чистые полочки и в помытые ящики. Так что вооружаемся тряпкой, неабразивным моющим средством и наводим порядок внутри холодильника.
- ЭТАП 3. Обратно на полки**
После того, как холодильник стал чистым, а сухие полочки заняли свое место внутри, приступаем к его наполнению. Чтобы продукты дольше сохранялись свежими, важно правильно распределять их между собой в холодильнике. Правильное соседство – важное требование не только для холодильников кафе и ресторанов, но и для домашнего агрегата.

Холодильник: жизнь после праздников



«Хочу чай!» - сказала женщина и почему-то открыла холодильник.

Контейнеры на все случаи

Использовать контейнеры для хранения готовой еды очень удобно. Во-первых, это позволит освободить кастрюли для дальнейшего приготовления новых блюд. Во-вторых, прозрачные контейнеры всегда демонстрируют свое содержание. Это избавит вас от необходимости доставать объемные кастрюли, чтобы вспомнить, что внутри. Кроме того, можно выбрать контейнер необходимого объема, чтобы оставшиеся две ложки гречки на дне 2-литровой кастрюли не занимали половину полки холодильника.

Маркировка для морковки

Если вам все-таки удобнее использовать для хранения тарелки, пиалы и кастрюли, позаботьтесь о том, чтобы они долго не застаивались. Для этого можно написать на магнитной доске дату приготовления блюда и повесить ее на холодильник или приклеить на каждую кастрюлю наклейку с датой. Маркировка важна и для продуктов без производственной упаковки. Это чаще относится к покупкам на рынке.

КСТАТИ
В морозильной камере мясо, овощи, рыбу и ягоды следует раскладывать по разным ящикам!

СОВЕТ
Остатки – в дело
А чтобы в холодильнике ничто не мешало циркулировать, раз в неделю просматривайте его содержимое и пускайте в дело продукты, которые больше не могут ждать. Пожарьте остатки макарон, добавьте давнишний, но еще съедобный кусочек колбасы, посыпьте сыром, который начал заветриваться. Вот вам и завтрак, и ликвидация остатков – вкусно и экономно.

Светлана СИДОРЧУК

1 ПЕРВЫЙ



09.55 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
21.45 «**НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ**». (16+)
Вспышка ВИЧ в детской больнице Элисты подтверждается. Дмитрий Гончаров рвется сообщить об этом в Минздрав, но его отец, влиятельный чиновник, пытается спустить ситуацию на тормозах.
22.40 «Большая игра». (16+)
00.00 «**КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ**». (18+)
01.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
03.00 Новости
03.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «**КРИМИНАЛЬНОЕ НАСЛЕДСТВО**». (16+)
06.55 «**ТИХАЯ ОХОТА**». (16+)
Россия, 2014 г. Детектив. В ролях: Максим Дрозд, Павел Баршак, Владимир Стержаков, Павел Трубинер, Анна Зайцева.
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «**ТИХАЯ ОХОТА**». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «**ГЛУХАРЬ**». (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 «**ГЛУХАРЬ**». (16+)
19.55 «**СЛЕД**». (16+)
22.20 «**ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5**». (16+)
23.10 «**ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2**». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 «**СЛЕД**». (16+)
03.20 «**ДЕТЕКТИВЫ**». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести.
Местное время
21.20 «**СКЛИФОВСКИЙ**». (16+)
Брагин уходит из «Склифа» и устраивается на работу в обычную районную поликлинику. Главврач поликлиники Тамара Сперанская берёт знаменитого хирурга в штат, хотя сомневается в серьёзности его намерений. У Успенской первый рабочий день в «Склифе». Ирине с большим трудом даются её новые обязанности.
23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «**КАМЕНСКАЯ**». (12+)
Аквалангисты достают тело журналиста. В машине обнаружена бутылка коньяка, этикетка которой разрисована так, как любит это делать отец Каменской. Настя подозревает отца.
03.55 «**ЛИЧНОЕ ДЕЛО**». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.15 14.00 15.05 16.05 03.45 «**ПОЗЫВНОЙ СТАЯ**». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
09.15 00.55 «**ЛЮБОВЬ ЗЕМНАЯ**». (16+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.55 «Восточный фронт». (16+)
19.40 «Улика из прошлого». (16+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.20 «**ЖДИТЕ СВЯЗНОГО**». (12+)
02.30 «**ЛИХА БЕДА НАЧАЛО**». (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «**НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ**». (12+)
10.40 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (12+)
11.30 События
11.50 03.15 «**АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2**». (16+)
По приказу полиции Санкт-Петербурга задержан дядя Анны Петр Миронов. Его обвиняют в тяжком преступлении, совершенном год назад.
«Мой герой». (12+)
13.40 События
14.30 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.15 «**СВОИ**». (16+)
17.00 «Дамские негодники». (16+)
17.50 События
18.10 «Петровка, 38». (16+)
18.20 «**СИНИЧКА-2**». (16+)
22.00 События
22.40 «Закон и порядок». (16+)
23.10 «Ласточки КГБ». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. С Новой Россией!» (16+)
01.25 «Советские мафии». (16+)
02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 «Виктор Проскурин. Бей первым!» (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

06.00 «Очень личное». (12+)
06.40 10.10 18.00 «**СВОЯ ЗЕМЛЯ**». (16+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 13.10 19.20 ОТражение
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.30 «**БАКЕНБАРДЫ**». (16+)
15.10 23.25 «**ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ**». (16+)
16.00 00.15 «Испанская кровь». (12+)
17.00 «Ректорат». (12+)
17.45 «Конструкторы будущего». (12+)
21.00 «**КАК Я СТАЛ...**» (16+)
22.45 «За дело!» (12+)
01.05 «Большая страна: открытие». (12+)
01.30 ОТражение. Главное. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

05.20 «**ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ**». (12+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «**ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ**». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «**ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ**». (16+)
После расставания с московским женихом Ильхамом в Ольховку приезжает погостить красавица Катя Королева. Отец Ильхама нашел для сына богатую невесту из азербайджанской диаспоры.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «**БЕЗСОНОВ**». (16+)
Безсонов, которому поручают расследовать мелкие бытовые преступления, мечтает о настоящем деле. Но начальник участка Троекуров боится, что с князем что-нибудь случится и ему придется отвечать. Дочь главаря шайки нищих Ивана крадет кошелек у сына золотопромышленника Федора Пятова.
22.00 «**ЧУЖАЯ СТАЯ**». (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 «**ЧУЖАЯ СТАЯ**». (16+)
00.20 «**ЧУМА**». (16+)
02.35 «**БОМБИЛА**». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 05.15 «Рейд 112». (18+)
00.10 03.10 «Ночная смена». (18+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



20.05 «Правила жизни»

06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.05 Легенды мирового кино
07.35 «Купола под водой»
08.25 16.35 «**РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ**»
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
11.50 «Роман в камне»
12.20 22.15 «**МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ**»
СССР, 1984 г.
Исторический фильм.
13.35 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.15 00.30 «Алексей Ляпунов. Лицо дворянского происхождения»
15.05 Новости. Подробно. Книги
15.20 «Эрмитаж»
15.50 «Сати. Нескучная классика...»
18.10 01.10 Мастера мировой концертной сцены. Анне-Софи Муттер, Риккардо Мути
19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 Искусственный отбор
21.30 «Белая студия»
02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 09.59

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «МузейОн». (12+)
05.30 «Новости МО»
07.30 «Новости 360 (каждый час)»
07.35 «Интервью 360». (12+)
08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
08.25 «Личное дело». (12+)
11.00 «ЧП 360». (16+)
12.30 «Вкусно, как в кино»
13.00 14.40 16.40 «Внимание! Еда!» (12+)
14.10 23.40 «Атмосферная история». (12+)
15.10 «Открытие Китая». (12+)
16.10 «Поездка со вкусом»
17.10 «Простая медицина»
17.40 «Формула успеха». (12+)
18.10 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
20.10 «Невероятная наука»
22.10 «Зима в Подмоскovie». (12+)

СТС СТС



00.55 «ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО». (18+)

06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 «**ЖЕНА ОЛИГАРХА**». (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.10 «**ВОРОНИНЫ**». (16+)
11.45 «**ШЕСТОЙ ДЕНЬ**». (16+)
США, 2000 г. Фантастический боевик. В ролях: Арнольд Шварценеггер, Майкл Рапапорт, Тони Голдуин.
В начале третьего тысячелетия самым суровым законом стал «Закон Шестого дня».
14.10 «**РОДКОМ**». (16+)
18.30 «**ЖЕНА ОЛИГАРХА**». (16+)
20.00 «**ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН. РЕВОЛЮЦИЯ**». (16+)
22.30 «**ДВАДЦАТЬ ОДНО**». (16+)
США, 2008 г. Триллер.
В ролях: Джим Стёрджесс, Кевин Спейси, Кейт Босворт.
Бен Кэмпбелл был одним из самых талантливых студентов всемирно известного университета, но были задачи, которые даже он не мог решить. Например, где взять 300 тысяч долларов на обучение.
00.55 «**ЕГО СОБАЧЬЕ ДЕЛО**». (18+)
02.25 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.10 11.20 15.45 00.35 02.40 03.55 Мой район. Энциклопедия. (12+)
06.30 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
07.15 10.30 «Тайны кино»
08.00 09.50 19.50 22.35 00.25 02.30 «Мой район. Навигатор». (16+)
08.10 16.00 «**ДЕНЬГИ**». (16+)
10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
11.30 20.00 «**СУДЬБА РЕЗИДЕНТА**». (12+)
14.10 «**НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ**». (12+)
17.40 Звезды советского экрана. (12+)
18.10 «**ЭЙ, УБИЙСТВО!**» (16+)
22.45 «**ИГРА БЕЗ НИЧЬЕЙ**». (12+)
01.00 «**САМОЕ ГЛУПОЕ УБИЙСТВО**». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (16+)	 13.30 «САШАТАНЯ». (16+)	 19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)	 10.00 «+100500». (16+)	 07.05 Все на Матч!	 14.40 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (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 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.05 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ОВЕРЛОРД». (18+)	07.00 «Однажды в России». (16+) 08.30 «Модные игры». (16+) 09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 17.00 «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+) 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) 21.00 «СТРИМ». (16+) 22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+) 23.00 «БОТАН И СУПЕРБАБА». (16+) Россия, 2022. Комедия. В ролях: София Каштанова, Роман Попов, Андрей Астраханцев. Стеснительный ботаник Иван для встречи выпускников крадет девушку-андроида из научного центра. 00.30 «Импровизация». (16+) 03.10 «Comedy Баттл». (16+) 04.40 «Открытый микрофон». (16+) 06.20 «Однажды в России». (16+)	06.00 Святочные гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 09.15 Святочные гадания. (16+) 09.30 «Слепая». (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Мистические истории. (16+) 13.30 Гадалка. (16+) 17.20 «Слепая». (16+) Родион Колесников всегда мечтал сделать головокружительную карьеру... 19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+) Двое американских солдат бесследно исчезают в Афганистане во время перестрелки с талибами. Латиман отправляется в Афганистан... 23.00 «ПОСТУЧИТЬСЯ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+) 01.45 «ПОЛ: СЕКРЕТНЫЙ МАТЕРИАЛЬЧИК». (16+) 03.15 «СНЫ». (16+) 05.45 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+) 06.20 Идеальный ужин. (16+) 08.00 Утилизатор. (12+) 10.00 «+100500». (16+) 11.30 Улётное видео. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший анти-депрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искрометным юмором. 14.00 Охотники. (16+) 16.00 Решала. (16+) 19.00 Охотники. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! 02.45 Улётное видео. (16+)	06.00 «Валерий Харламов. На высокой скорости». (12+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 21.55, 03.30 Новости 07.05, 14.25, 18.15, 22.00, 01.00 Все на Матч! 10.05, 13.00, 01.45 Специальный репортаж. (12+) 10.25 Смешанные единоборства. UFC. (16+) «Есть тема!» 11.30 Что по спорту? (12+) 13.20, 03.35 «Ты в бане!» (12+) 15.55 Хоккей. «Толпар» (Уфа) - «Тюменский Легион» (Тюмень). OLIMPBET Чемпионат МХЛ. Пр. тр. 19.00 Хоккей. ЦСКА - СКА (Санкт-Петербург). Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр. тр. 22.55 Футбол. Кубок Испании. Пр. тр. 02.00 Гандбол. (0+) 04.05 «Голевая неделя». (0+) 04.35 «Неизведанная хоккейная Россия». (12+)	06.30 05.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 08.40 Давай разведёмся! (16+) 09.40 Тест на отцовство. (16+) 11.50 «Понять. Простить». (16+) 13.05 «Порча». (16+) 13.35 «Знахарка». (16+) 14.10 «Верну любимого». (16+) 14.40 «СЛАБОЕ ЗВЕНО». (16+) 19.00 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (16+) 22.55 «Порча». (16+) 23.30 «Знахарка». (16+) 00.05 «Верну любимого». (16+) 00.35 «Понять. Простить». (16+) 01.35 Тест на отцовство. (16+) 03.15 Давай разведёмся! (16+) 04.05 «6 кадров». (16+) 04.40 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

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

Важно знать: что делать в экстренной ситуации

Порядок действий в случае смерти человека:

1. Вызовите сотрудника специализированной службы по вопросам похоронного дела после подтверждения факта смерти экстренными службами. **Круглосуточный телефон ГСС «Ритуал-Сервис»: 8 (495) 300-3-300.**
2. Запишите табельный номер сотрудника ГСС.
3. Приготовьте паспорт и медицинский полис покойного.

Важно!

Убедитесь, что к вам приехал вызванный вами сотрудник ритуальной службы: проверьте его паспортные данные и номер служебного удостоверения. Так вы будете уверены, что перед вами не мошенник, получивший информацию от неизвестных источников.

Всю организацию траурного мероприятия мы берем на себя:

1. Круглосуточная бесплатная консультация по телефону **8 (495) 300-3-300.**
2. Получение бесплатного участка для захоронения*.
3. Подтверждение прав на имеющийся участок на кладбище в соответствии с новыми правилами (электронный паспорт 2022 г.)*.
4. Обеспечение бесплатной перевозки покойного в морг и взаимодействие с моргом по всем вопросам.
5. Оформление полного пакета документов, необходимого для организации прощания по гражданским и религиозным обрядам.
6. Содействие в получении положенных государством льгот и компенсаций в полном объеме.

*При получении нотариально заверенных полномочий

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

КИНО И СЕРИАЛЫ



07.25 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
08.20, 08.25 «Веселая карусель». Мультсериал. (0+)
08.35 «Золушка». Мультфильм. (0+)



05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
06.25 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
08.00 «Буба». Мультсериал. (6+)



05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.15 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.10 «Три кота». Мультсериал. (6+)



06.40 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)
08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-4». Мультфильм. (6+)
09.35 «Бука. Моё любимое чудовище». Мультфильм. (6+)



01.50 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
03.25 «НОВЫЙ ПАРЕНЬ МОЕЙ МАМЫ». (16+)
05.00 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)



06.15 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
08.15 «БАТЯ». (16+)
09.40 «НА РАЙОНЕ». (16+)



01.10 «ЗАВИСНУТЬ В ПАЛМ-СПРИНГС». (18+)
02.45 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)



00.20 «СЕСТРЫ». (16+)
01.55, 03.10 «СТАРШИЙ СЫН». (12+)



08.40 «МЕТЕЛЬ». (12+)
11.50 «ЛЮБИМЫЕ ЖЕНЩИНЫ КАЗАНОВЫ». (12+)
14.55 «ПАПА ДЛЯ СОФИИ». (12+)



06.15 «ВАСАБИ». (16+)
07.45 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
09.50 «БАНДИТКИ». (12+)



06.00, 09.15, 18.10 Проект Подиум. (16+)
06.50, 13.25, 19.00 Правила моей кухни. (16+)



06.00, 17.10, 02.35 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)
07.25 «МОГИЛА ЛЬВА». (12+)



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



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



06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)



10.00, 18.00, 02.00 «СЕКРЕТНАЯ СЛУЖБА ЕГО ВЕЛИЧЕСТВА». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ



05.00 «РАЗВОД». (16+)
06.00 Мультфильмы. (6+)
08.30 Наше кино. История большой любви. (12+)



05.20 «Путь к Победе». (16+)
06.20 «72 ЧАСА». (16+)
08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)



05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-5. Торт «Снеговик Олаф» для Михаила Башкатова (субтитры). (16+)



05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.05 Папа попал. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ



06.15 Историю. (12+)
07.10, 17.10 Книжные аллеи. (12+)
07.45, 16.55 История одной фотографии. (6+)



06.00 Невероятные изобретения. (12+)
06.25, 07.20 Ирано-иракская война. (16+)



06.00, 11.50, 18.15, 23.40 О самом главном. Печень трески. Уникальные свойства. (12+)



06.30 В погоне за прибылью. (16+)
07.15 Искатели приключений. (12+)



09.00 Охота в Приволжье. (16+)
09.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)



04.00, 17.00, 22.30 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

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

1 ПЕРВЫЙ



22.40 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 09.55 «Жить здорово!» (16+)
- 10.45 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Информационный канал. (16+)
- 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
- 16.50 Информационный канал. (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.20 Информационный канал. (16+)
- 21.00 «Время»
- 21.45 **«НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ»**. (16+)
Дмитрий Гончаров докладывает о вспышке ВИЧ Горбачеву на совещании Политбюро, генсек требует взять ситуацию под особый контроль.
- 22.40 «Большая игра». (16+)
- 00.00 **«КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ»**. (18+)
- 01.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.25 **«ТИХАЯ ОХОТА»**. (16+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 **«ТИХАЯ ОХОТА»**. (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 **«ГЛУХАРЬ»**. (16+)
- 17.30 «Известия». (16+)
- 18.00 **«ГЛУХАРЬ»**. (16+)
- 19.55 **«СЛЕД»**. (16+)
Георгий Симонов стал экспертом по добинской ОПГ, одной из самых кровавых и безжалостных преступных группировок.
- 22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5»**. (16+)
- 23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2»**. (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 00.30 **«СЛЕД»**. (16+)
- 03.15 **«ДЕТЕКТИВЫ»**. (16+)
- 04.30 **«ТИХАЯ ОХОТА»**. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
- 09.00 Вести. Местное время
- 09.30 Утро России
- 09.55 О самом главном. (12+)
- 11.00 Вести
- 11.30 «60 минут». (12+)
- 14.00 Вести
- 14.30 Вести. Местное время
- 14.55 «Кто против?» (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести. Местное время
- 21.05 Вести. Местное время
- 21.20 **«СКЛИФОВСКИЙ»**. (16+)
Марина начинает работать в Бурденко. Мартынов даёт ей понять, что рассчитывает на нечто большее, чем просто отношения между коллегами. Вместе с Мариной в Бурденко уходит и её ассистентка Василиса. Брагин отпрашивается у Сперанской на суд к Куликову. Сегодня его другу будет вынесен окончательный приговор, и Брагин должен быть там.
- 23.25 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «Иван Зубков. Спаситель Ленинграда». (12+)
- 02.55 **«КАМЕНСКАЯ»**. (12+)
В лаборатории доктора Бороданкова проводятся секретные эксперименты над людьми.

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.20 **«ПОЗЫВНОЙ «СТЯ»**. (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
- 09.15 **01.00 «СУДЬБА»**. (16+)
- 11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
- 13.20 «Москва - фронту». (16+)
- 13.50 **15.05 15.55 03.35 «ПОЗЫВНОЙ «СТЯ»-2»**. (16+)
- 18.20 «Специальный репортаж». (16+)
- 18.55 «Восточный фронт». (16+)
- 19.40 «Секретные материалы». (16+)
- 22.55 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
- 23.20 **«ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...»** (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.45 **«НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2»**. (12+)
- 10.40 «Люсьена Овчинникова. Улыбка сквозь слёзы». (12+)
- 11.30 События
- 11.50 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2»**. (16+)
В витрине кондитерской обнаружен мертвым молодой нищий по прозвищу Лука-хромоножка. Спустя несколько часов в городе случается еще одно несчастье.
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.05 «Петровка, 38». (16+)
- 15.15 **«СВОИ»**. (16+)
- 17.00 «БС в ребро». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 **«СИНИЧКА-3»**. (12+)
- 22.00 События
- 22.40 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.10 Прощание. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Музыкальные приключения итальянцев в России». (12+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)
- 02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
- 03.10 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2»**. (16+)
- 04.40 «Люсьена Овчинникова. Улыбка сквозь слёзы». (12+)
- 05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 17.00 «За дело!» (12+)
- 06.40 **10.10 18.00 «СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
- 07.30 11.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 13.10 19.20 ОТражение
- 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
- 11.30 **«КАК Я СТАЛ...»** (16+)
- 15.10 **23.30 «ПРОЦАЙ, ЛЮБИМАЯ»**. (16+)
- 16.00 00.20 «Преступление Бориса Пастернака». (16+)
- 17.45 «Отчий дом». (12+)
- 21.00 «Ленинград. Блокада. Жизнь». (12+)
- 21.15 **«ТАБОР УХОДИТ В НЕБО»**. (12+)
- 22.50 «На приеме у главного врача». (12+)
- 01.30 ОТражение. Главное. (12+)

НТВ НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 05.25 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ»**. (12+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
В Ивановку из города приезжают трое охотников: Каданов, Петров и Тюриков. Поскольку Сивый сильно простужен, вместо себя он рекомендует егеря Чувиллина. Охотники недовольны, но все же уходят в лес. Вскоре Зубов, совершая обход, обнаруживает их трупы. Чувиллин бесследно исчез.
- 13.00 «Сегодня»
- 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
- 14.00 «Место встречи»
- 16.00 «Сегодня»
- 16.45 «За гранью». (16+)
- 17.50 «ДНК». (16+)
- 19.00 «Сегодня»
- 20.00 **«БЕЗСОНОВЪ»**. (16+)
Убит владетель синематографа Лютаев. Сыщиков Безсонова и Щукина встречает его камердинер Нырков и рассказывает, что Лютаева часто навещала «актрисулька» Антонина Кулакова. Безсонов решает ее допросить, но Кулакова убегает.
- 22.00 **«ЧУЖАЯ СТАЯ»**. (16+)
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 **«ЧУЖАЯ СТАЯ»**. (16+)
- 00.25 **«ЧУМА»**. (16+)
- 02.35 **«БОМБИЛА»**. (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
- 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
- 21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
- 23.15 02.15 05.15 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 03.10 «Ночная смена». (18+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



16.35 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

- 10.00 15.00 19.30 23.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 23.50 ХХ век
- 11.50 «Роман в камне»
- 12.20 **22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»**
СССР, 1984 г. Исторический фильм. В ролях: Игорь Волков, Сос Сарксян, Алексей Жарков, Олег Меньшиков. О детстве и отрочестве будущего великого ученого. Михайло становится учеником Московских Спасских школ.
- 13.35 Искусственный отбор
- 14.20 00.30 «Борис Раушенбах. Логическое и непостижимое»
- 15.05 Новости. Подробно. Кино
- 15.20 «Библейский сюжет»
- 15.50 «Белая студия»
- 16.35 **«РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»**
- 18.00 01.10 Мастера мировой концертной сцены. Рено Капюсон, Андраш Шифф
- 19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Правила жизни»
- 20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
- 20.45 Абсолютный слух
- 21.30 Власть факта
- 02.10 «Новые люди Переславля и окрестностей»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
- 05.30 «Новости МО»
- 07.30 «Новости 360 (каждый час)»
- 07.35 «Интервью 360». (12+)
- 08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
- 08.25 «Личное дело». (12+)
- 11.00 «ЧП 360». (16+)
- 12.30 «Вкусно, как в кино»
- 13.00 14.40 16.40 «Внимание! Еда!» (12+)
- 14.10 23.40 «Атмосферная история». (12+)
- 15.10 22.10 «Открытие Китая». (12+)
- 16.10 00.40 «Поездка со вкусом». (12+)
- 17.10 «Простая медицина»
- 17.40 «Формула успеха». (12+)
- 18.10 «Семь веков Сергия Радонежского». (12+)
- 20.10 «Невероятная наука»

СТС СТС



01.00 «ДЖЕК РАЙАН. ТЕОРИЯ ХАОСА». (12+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 07.00 «Лунтик». (0+)
- 08.00 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА»**. (16+)
- 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
- 10.05 Уральские пельмени. (16+)
- 10.10 **«ВОРОНИНЫ»**. (16+)
- 11.45 **«ДВАДЦАТЬ ОДНО»**. (16+)
США, 2008 г. Триллер. В ролях: Джим Стёрджесс, Кевин Спейси. Бен Кэмпбелл был одним из самых талантливых студентов всемирно известного университета, но были задачи, которые даже он не мог решить. Например, где взять 300 тысяч долларов на обучение.
- 14.10 **«РОДКОМ»**. (16+)
- 18.30 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА»**. (16+)
- 20.00 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН. ВОЙНА»**. (16+)
- 22.45 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН»**. (12+)
США, 2001 г. Фантастический триллер. В ролях: Марк Уолберг, Тим Рот, Хелена Бонем Картер. 2029 год. На гигантской космической станции Оберон астронавт Лео Дэвидсон обучает обезьян управлять летательными аппаратами.
- 01.00 **«ДЖЕК РАЙАН. ТЕОРИЯ ХАОСА»**. (12+)
- 02.35 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.05 06.25 11.25 15.45 00.20 02.20 03.35 04.00 04.20 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 06.35 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
- 07.20 10.35 02.45 «Тайны кино». (12+)
- 08.05 09.55 19.50 22.15 00.10 02.10 «Мой район. Навигатор». (16+)
- 08.15 **16.00 «ДЕНЬГИ»**. (12+)
- 10.05 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 11.35 **20.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА»**. (12+)
- 14.00 **22.25 «ДЕЛО «ПЁСТРЫХ»**. (12+)
- 17.40 Звезды советского экрана. (12+)
- 18.10 **00.40 «УБИЙСТВО ПО АЛФАВИТУ»**. (16+)

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

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

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 <p>20.00 «ТРИ ИКСА». (16+)</p>	 <p>09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p>	 <p>23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p>	 <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p>	 <p>11.30 «Есть тема!» (16+)</p>	 <p>09.10 Давай разведёмся! (16+)</p>
<p>05.00 18.00 02.25 «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 15.00 «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>17.00 03.15 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ТРИ ИКСА». (16+) США, 2002 г. Боевик.</p> <p>22.15 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «S.W.A.T.: СПЕЦНАЗ ГОРОДА АНГЕЛОВ». (16+)</p>	<p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p> <p>13.30 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>17.00 «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)</p> <p>20.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>21.00 «СТРИМ». (16+)</p> <p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (16+)</p> <p>Россия, 2021. Комедия. В ролях: Николай Наумов, Максим Лагашкин, Юрий Стоянов. В детстве все хотят - «когда вырастут» - стать звездами или чемпионами мира, генералами или моделями, богатыми бездельниками или простыми космонавтами.</p> <p>00.45 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.15 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>04.50 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.25 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>06.00 Святочные гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.15 Святочные гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+) Отец Леонида собирался жениться. Леониду категорически не нравился выбор отца.</p> <p>19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+) К Лайтману обращается ирландский террорист, чтобы выяснить, кто убил его жену и дочь семь лет назад. Раскрываются секреты в отношениях Лайтмана и Фостер...</p> <p>23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>01.45 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)</p> <p>03.15 «СНЫ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>08.00 Утилизатор. (16+) «Утилизатор» отправляется в тур по городам России. Профессиональный борец с автохламом уже очистил столичные улицы от «ведер с гайками», настало время навести порядок во всей стране! На запланированном маршруте Юрия Сидоренко города Золотого кольца и Поволжья</p> <p>10.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ.</p> <p>11.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>16.00 Решала. (16+)</p> <p>19.00 Охотники. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Улётное видео. (16+)</p>	<p>06.00, 11.30 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.20, 21.55, 03.30 Новости на Матч!</p> <p>07.05, 14.25, 22.00, 01.00 Все на Матч!</p> <p>10.05, 13.00 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.25 Смешанные единоборства. One FC. (16+)</p> <p>13.20, 03.35 «Вид сверху». (12+)</p> <p>13.50 География спорта. (12+)</p> <p>15.55 Что по спорту? (12+)</p> <p>16.25 Хоккей. «Авангард» - «Металлург». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр. тр.</p> <p>18.45 Хоккей. «Ак Барс» - «Салават Юлаев». Фонбет Чемпионат КХЛ. Пр. тр.</p> <p>21.25 «Ты в бане!» (12+)</p> <p>22.55 Футбол. Кубок Испании. Пр. тр.</p> <p>01.45 Волейбол. «Зенит-Казань» - «Динамо» (Москва). (0+)</p> <p>04.05 «Всё о главном». (12+)</p>	<p>06.30 05.20 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>09.10 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>10.10 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.15 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.30 «Порча». (16+)</p> <p>14.00 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.35 «Верну любимого». (16+)</p> <p>15.05 «ПЕРВОКУРСНИЦА». (16+)</p> <p>19.00 «ХРУСТАЛЬНАЯ МЕЧТА». (16+)</p> <p>23.20 «Порча». (16+)</p> <p>23.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>01.00 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.55 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.35 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.25 «6 кадров». (16+)</p> <p>04.30 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p>

360 СУСТАВОВ В ТЕЛЕ ЧЕЛОВЕКА



Миллионы людей хотят сохранить свои суставы здоровыми до глубокой старости. Помните о том, что чем старше вы становитесь, тем больше и сбалансированнее необходимо поддерживать каждый из 360 ваших суставов.

Коллоидное средство «МолекАРТ-РА» содержит в себе 11 активных фитонутриентов, которые могут способствовать защите хрящевой ткани, устранению неприятных ощущений.

«МолекАРТ-РА» сбалансированный коллоидный фито-комплекс способный поддерживать все ваши 360 суставов в активном состоянии, из которых 147 суставов приходятся на позвоночник.

Начните применять «МолекАРТ-РА» сейчас и ощутите разницу в подвижности каждого вашего сустава. Коллоидная форма в виде жидкого раствора с ГИАЛУРОНОВОЙ КИСЛОТОЙ позволяет беспрепятственно и быстро усваиваться в организме, может обеспечить интенсивное и необходимое питание всей хрящевой системе, тем самым способствуя улучшению подвижности и эластичности суставов, особенно когда они в этом нуждаются и подвергаются нагрузке.

Попробуйте и вы не разочаруетесь!

ВСЯ ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

звонок по России бесплатный: **8 (800) 333-47-79** г. Москва **8 (495) 966-20-67**

ООО «Макробиолайн», ОГРН 1177746679434. 109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 1 корп. 2. Реклама. БАД.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Старость в радость!

Заклучите договор пожизненной ренты и получите до **5 000 000 рублей** единовременно!

И до **50 000 тысяч рублей** – ежемесячно!

+ оплата коммунальных платежей и помощь по хозяйству



Звоните! Тел.: 8 (495) 727-28-28

Договор ренты заключается с ООО «Старость в радость», без посредников!

Московская меховая фабрика Мех-экспо

Производство и продажа с территории фабрики по цене производителя огромного ассортимента меховой продукции
ЖЕНСКИЕ ШУБЫ ИЗ МЕХА НОРКИ, МУТОНА, КАРАКУЛЯ И КРОЛИКА
ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

АКЦИЯ!

ДАВАЙТЕ МЕНЯТЬСЯ К ЛУЧШЕМУ
СДАЙТЕ СТАРУЮ ШУБУ ИЛИ ДУБЛЕНКУ И ПОЛУЧИТЕ ВЫГОДУ ПРИ ПОКУПКЕ НОВОЙ ШУБЫ!
АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ И НА ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ ИЗ МЕХА

ПЕНСИОНЕРАМ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ СКИДКА

Время работы: пoned. – субб. с 10:00 до 17.00, вых. – воскр.

Проезд от ст. м. «Преображенская площадь», посл. вагон из центра,

авт. 86, 171 до остановки «2-й Электровзводский переулоч»,

ул. Электровзводская, 21, проходная № 4.

При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

8 (495) 971-55-55,

8 (926) 843-95-55

Внутренний телефон 43-53

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 31 ЯНВАРЯ

Презентуйте купон
скидка на шубы
3000
рублей

КИНО И СЕРИАЛЫ

<p>МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ</p> <p>06.00 В связи с профилактическими работами перерыв в вещании с 02.00 до 10.00</p> <p>10.10 «ЛЕНИНГРАДСКАЯ СИМФОНИЯ». (16+)</p> <p>11.55 «СТАЛИНГРАД». (16+)</p> <p>12.25 «ЖЕСТОКИЙ РОМАНС». (12+)</p> <p>18.00 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)</p> <p>19.50 «ДЕВЧАТА». (12+)</p> <p>21.30 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)</p> <p>23.15 «ГДЕ НАХОДИТСЯ НООБЛЕТ». (12+)</p> <p>04.45 «ФОРМУЛА ЛЮБВИ». (12+)</p> <p>02.15 «СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА». (12+)</p> <p>03.45 «ИСПЫТАНИЕ ВЕРНОСТИ». (12+)</p> <p>05.35 «ПАРАД ПЛАНЕТ». (12+)</p>	<p>TV1000</p> <p>05.30 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)</p> <p>06.10 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)</p> <p>07.45 «Буба». Мультсериал. (6+)</p> <p>08.20 «ИНТЕРВЬЮ С ВАМПИРОМ». (16+)</p> <p>10.25 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК». (12+)</p> <p>12.35 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-2». (12+)</p> <p>14.55 «ЧЕЛОВЕК-ПАУК-3». (12+)</p> <p>17.20, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)</p> <p>19.00 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)</p> <p>20.55 «ДЕВЯТЬ ЖИЗНЕЙ». (6+)</p> <p>22.30 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОНЫ». (12+)</p> <p>00.30 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)</p> <p>03.05 «АНГЕЛЫ И ДЕМОНЫ». (16+)</p>	<p>TV1000 РУССКОЕ КИНО</p> <p>05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)</p> <p>06.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)</p> <p>08.05 «Три кота». Мультсериал. (6+)</p> <p>09.00 «ЛЕТЧИК». (12+)</p> <p>10.55 «НЕБО». (12+)</p> <p>13.10 «КРЫМ». (16+)</p> <p>15.00 «АДМИРАЛЪ». (16+)</p> <p>17.05, 18.05 «ЖЕЛТЫЙ ГЛАЗ ТИГРА». (16+)</p> <p>19.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)</p> <p>20.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)</p> <p>21.45 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ». (12+)</p> <p>Россия, 2018 г. В ролях: Алексей Демидов, Катерина Шпица, Артём Каченко</p> <p>23.30 «ПРИТЯЖЕНИЕ». (12+)</p> <p>01.30 «СПУТНИК». (16+)</p> <p>03.20 «АДМИРАЛЪ». (16+)</p>	<p>ДОМ КИНО</p> <p>06.40 «Пинокио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)</p> <p>08.20 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)</p> <p>09.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)</p> <p>11.00 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)</p> <p>12.30 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)</p> <p>14.10 «Конь Олий и большие скачки». Мультфильм. (6+)</p> <p>15.35 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)</p> <p>16.50 «СВАТЫ». (16+)</p> <p>23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)</p> <p>03.00 «МАРШ-БРОСОК». (16+)</p> <p>04.50 «ВОДИТЕЛЬ ДЛЯ ВЕРЫ». (16+)</p>
---	--	--	--

<p>ИЛЛЮЗИОН+</p> <p>00.05 «ЦИФРОВАЯ РАДИОСТАНЦИЯ». (18+)</p> <p>01.30 «ЛУЛУ И БРИГГС». (12+)</p> <p>03.05 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)</p> <p>04.55 «КРОВЬЮ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)</p> <p>07.00 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)</p> <p>08.25 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)</p> <p>10.10 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)</p> <p>12.00 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)</p> <p>13.45 «НОВЫЙ ПАРЕНЬ МОЕЙ МАМЫ». (16+)</p> <p>15.15 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)</p> <p>17.10 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)</p> <p>18.45 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)</p> <p>20.30 «ДОВЕРИЕ». (16+)</p> <p>21.55 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)</p> <p>23.45 «БЫЛЫЕ ПРИВЫЧКИ». (16+)</p>	<p>РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН</p> <p>06.25 «РУСАЛКА». (16+)</p> <p>08.10 «О ЧЕМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)</p> <p>09.40 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)</p> <p>12.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)</p> <p>13.45 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)</p> <p>15.35 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)</p> <p>17.30 «ТОЛЬКО НЕ СЕЙЧАС». (16+)</p> <p>19.00 «ПАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)</p> <p>21.05 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)</p> <p>22.45 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)</p> <p>Мелодрама, Россия, 2010 г.</p> <p>00.25 «НА РАЙОНЕ». (16+)</p> <p>02.05 «РУСАЛКА». (16+)</p> <p>03.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)</p> <p>05.55 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)</p>	<p>КИНОКОМЕДИЯ</p> <p>01.10 «КРЫСИНЫЕ БЕГА». (12+)</p> <p>03.55 «ЁЛКИ НОВЫЕ». (6+)</p> <p>05.25 «МИЛЛИАРД». (12+)</p> <p>07.20 «ЕВРОТУР». (16+)</p> <p>08.55 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ». (6+)</p> <p>10.45 «ЗНАКОМСТВО С РОДИТЕЛЯМИ». (12+)</p> <p>12.45 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)</p> <p>14.25 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)</p> <p>16.00 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)</p> <p>17.40 «МОШЕННИКИ». (16+)</p> <p>19.30 «КРАСОТКИ». (16+)</p> <p>21.15 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)</p> <p>23.05 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)</p>	<p>РОДНОЕ КИНО</p> <p>00.15 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)</p> <p>01.50 «ЧИНГАЧГУК. БОЛЬШОЙ ЗМЕЙ». (12+)</p> <p>03.45 «ЛОВУШКА ДЛЯ ОДИНОКОГО МУЖЧИНЫ». (16+)</p> <p>05.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)</p> <p>08.05 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)</p> <p>09.55 «КОМЕДИЯ СТРОГО РЕЖИМА». (12+)</p> <p>11.25 «ТРИ ТОПОЛА НА ПЛЮЩИХ». (6+)</p> <p>12.55 «ВОР». (16+)</p> <p>14.50 «СЫН ЗА ОЦА». (0+)</p> <p>16.25, 17.45 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+)</p> <p>19.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+)</p> <p>20.50 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)</p> <p>Военный фильм, комедия, СССР, 1979 г.</p> <p>22.20 «ВОЛКОДАВ». (16+)</p>
--	--	--	--

<p>РУССКИЙ РОМАН</p> <p>10.00 «ВЫСТРЕЛ В СПИНУ». (12+)</p> <p>11.40 «ВЕРА». (12+)</p> <p>15.00 «РАЗБИТЫЕ СЕРДЦА». (12+)</p> <p>18.00 «ЧЕГО ХОТЯТ МУЖЧИНЫ?». (18+)</p> <p>2013 г. В ролях: Полина Стрельникова, Павел Южаков-Харланчук, Станислав Бондаренко</p> <p>19.45 «КАСАВЕЦ И ЧУДОВИЩЕ». (12+)</p> <p>2014 г. В ролях: Алексей Анищенко, Вероника Плешкевич</p> <p>21.45 «РАСПЛАТА ЗА СЧАСТЬЕ». (12+)</p> <p>2016 г. В ролях: Дарья Повеернова, Святослав Астремович, Евгения Осипова</p> <p>01.25 «ПАПА ДЛЯ СОФИИ». (12+)</p> <p>04.10 «ВЕРА». (12+)</p>	<p>СИНЕМА</p> <p>10.05 «ИСХОДНЫЙ КОД». (16+)</p> <p>11.40 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)</p> <p>13.10 «СЛУЧАЙНЫЙ ШПИОН». (16+)</p> <p>14.45 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (18+)</p> <p>16.30 «ЯМАКАСИ». (16+)</p> <p>18.05 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)</p> <p>20.00 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ». (16+)</p> <p>США, 2005 г. В ролях: Пол Уокер, Джессика Альба, Скотт Кэан, Эшли Скотт, Джоз Бролин</p> <p>21.55 «СТРЕЛОК». (16+)</p> <p>00.05 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)</p> <p>02.10 «СВЯТЫМ ТУТ НЕ МЕСТО». (18+)</p> <p>03.45 «ЧТО МОГЛО БЫТЬ ХУЖЕ?» (12+)</p> <p>05.20 «ЛИВЕНЬ». (16+)</p>	<p>red .RED</p> <p>06.00, 09.15, 18.10 Проект Подиум. (16+)</p> <p>06.45, 13.20, 19.00 Правила моей кухни. (16+)</p> <p>07.45, 08.35 «КАРТЕР». (16+)</p> <p>10.05, 10.55, 11.45, 12.35, 20.00, 20.50, 01.05, 01.50 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>14.20 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)</p> <p>США, 2013 г. В ролях: Эд Харрис, Аннетт Бенинг</p> <p>15.50 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+)</p> <p>США, Великобритания, 1995 г. В ролях: Эмма Томпсон, Кейт Уинслет, Алан Рикман, Грег Уайз, Хью Грант</p> <p>21.40, 22.25, 02.35, 03.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)</p> <p>23.10, 00.05 «РАСКАЗ СЛУЖАНКИ». (18+)</p> <p>04.00 «У ЗЕРКАЛА ДВА ЛИЦА». (16+)</p>	<p>РЕТРО</p> <p>06.00 «ОБЛАКА». (12+)</p> <p>07.20 «Я, ФРАНЦИСК СКОРИНА». (12+)</p> <p>09.05 «СЕМЕЙНЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА». (12+)</p> <p>10.35, 23.25 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)</p> <p>12.10 «МИЛЛИОНЕР». (12+)</p> <p>14.00 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)</p> <p>15.25 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)</p> <p>17.15 «ОБЛАКА». (12+)</p> <p>18.45, 03.50 «ПРО ДРАКОНА НА БАЛКОНЕ, ПРО РЕБЯТ И САМОКАТ». (12+)</p> <p>19.50 «ПОД ЗНАКОМ КОЗЕРОГА». (16+)</p> <p>22.00 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)</p> <p>00.55 «ДИЛИЖАНС». (16+)</p> <p>02.35 «ОБЛАКА». (12+)</p> <p>04.55 «ДЕЛО ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (0+)</p>
--	--	---	---

<p>суббота!</p> <p>05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)</p> <p>16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)</p> <p>19.20, 20.10, 21.00, 21.50, 22.30 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)</p> <p>23.25 Суббота News 2023. (16+)</p> <p>23.30, 00.40 Богиня шопинга. (16+)</p> <p>01.40, 02.10 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)</p> <p>02.50 Барышня-крестьянка. (16+)</p> <p>03.40 «Смешарики», «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)</p>	<p>ФЕНИКС ПЛЮС КИНО</p> <p>08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)</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 «УЛЫБКА ПЕРЕСЕЛЕННИКА». (16+)</p> <p>Сериал. Мелодрама, Россия, 2009 г. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова</p> <p>Новым подчиненным Костя становится Сан Санч. Бывший начальник ведёт себя как начальник, и Косте это не нравится...</p> <p>22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)</p> <p>00.45 Даёшь молодёжь! (16+)</p> <p>02.00 «РАНЕТКИ». (16+)</p> <p>04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)</p> <p>04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)</p> <p>05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)</p>	<p>CTC LOVE</p> <p>06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)</p> <p>08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)</p> <p>11.20 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)</p> <p>16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)</p> <p>Сериал. Комедия, Россия, 2009 г. В ролях: Георгий Дронов, Екатерина Волкова</p> <p>Новым подчиненным Костя становится Сан Санч. Бывший начальник ведёт себя как начальник, и Косте это не нравится...</p> <p>22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)</p> <p>00.45 Даёшь молодёжь! (16+)</p> <p>02.00 «РАНЕТКИ». (16+)</p> <p>04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)</p> <p>04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)</p> <p>05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)</p>	<p>TV 21 ВЕК</p> <p>10.00, 18.00, 02.00 «НАУЧИ МЕНЯ ЖИТЬ». (16+)</p> <p>1 серия. Сериал. Детектив, Россия, 2016 г.</p> <p>10.55, 18.55, 02.55 «ЗАГАДОЧНЫЕ УБИЙСТВА АГАТЫ КРИСТИ. ПОЧЕМУ НЕ МАРТЕН?» (18+)</p> <p>Сериал. Детектив, криминальная комедия, Франция, Швейцария, 2009 г.</p> <p>12.35, 20.35, 04.35 «ЖУТКАЯ СЕМЕЙКА». (16+)</p> <p>Комедия, Италия, 2021 г.</p> <p>14.15, 22.15, 06.15 «ОТЕЛЬ МУМБАИ: ПРОТИВОСТОЯНИЕ» (субтитры). (18+)</p> <p>Триллер, историческая драма, США, Австралия, 2018 г.</p> <p>16.20, 00.20, 08.20 «ЛЮБОВНИЦА ДЬЯВОЛА». (16+)</p> <p>1 серия. Драма, приключения, Великобритания, ЮАР, 2008 г.</p>
---	--	--	--

<p>МИР</p> <p>05.00 «РАЗВОД». (16+)</p> <p>05.55 Мультфильмы. (6+)</p> <p>08.20, 00.30 Наше кино. История большой любви. (12+)</p> <p>10.00 Новости</p> <p>10.10 «ЛАДОГА». (12+)</p> <p>13.00 Новости</p> <p>13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</p> <p>14.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</p> <p>15.10 Дела судебные. Новые истории. (16+)</p> <p>16.00 Новости</p> <p>16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)</p> <p>17.05 Мировое соглашение. (16+)</p> <p>17.55 Дела судебные. Деньги верните! (16+)</p> <p>18.30 Новости</p> <p>18.50, 19.25, 20.10 Телеигра «Игра в кино». (12+)</p> <p>20.50 Слабое звено. (12+)</p> <p>21.45 Шоу «Назад в будущее». (16+)</p> <p>22.40 «КУЛИНАР». (16+)</p> <p>00.55 «МУЗЫКАЛЬНАЯ ИСТОРИЯ». (0+)</p> <p>02.15 «РАЗВОД». (16+)</p>	<p>ПОБЕДА</p> <p>05.20 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>06.20 «28 ПАНИЛОВЦЕВ». (12+)</p> <p>08.00 «ОТЧИЙ БЕРЕГ». (16+)</p> <p>12.50 «БОЛЬШОЕ НЕБО». (12+)</p> <p>История о непростой жизни и судьбе двух друзей-летчиков из Сибири. Виктор Чертков - опытный пилот, любимец отряда, но при этом - казанова и весельчак, оказывающий знаки внимания всем симпатичным женщинам, кроме собственной жены. Сергей Ющенко - молодой, интеллигентный, подающий надежды пилот, поступивший в отряд к Виктору. Вместе им предстоит пройти множество испытаний в небе и на земле, а также узнать цену настоящей дружбы и любви. Однако, как говорится, первым делом - самолеты...</p> <p>23.59 «Путь к Победе». (16+)</p> <p>01.00 «БРЕСТСКАЯ КРЕПОСТЬ». (18+)</p> <p>03.10 «ПОСЛЕДНИЙ БРОНЕПОЕЗД». (16+)</p>	<p>ПЯТНИЦА</p> <p>05.00 Пятница News. (16+)</p> <p>05.20 Кондитер-3. Москва. (16+)</p> <p>06.20 Кондитер-3. Приволжье. (16+)</p> <p>07.30, 08.40, 09.40 На ножах (субтитры). (16+)</p> <p>10.40 На ножах. (16+)</p> <p>11.40, 12.50, 13.50, 14.50, 15.50, 16.50, 18.00 На ножах (субтитры). (16+)</p> <p>19.00 На ножах. (16+)</p> <p>20.00 На ножах (субтитры). (16+)</p> <p>21.10 На ножах. (16+)</p> <p>22.10, 23.20 На ножах (субтитры). (16+)</p> <p>00.20 «СКВОЗЬ СНЕГ». (18+)</p> <p>Южная Корея, 2013 г. В ролях: Крис Эванс, Сон Кан-хо, Тильда Суинтон, Джейми Белл, Октавия Спенсер</p> <p>02.30 Пятница News. (16+)</p> <p>03.00, 03.40 «ДРЕВНИЕ». (18+)</p> <p>4 сезон. Сериал. США, 2017 г.</p> <p>04.40, 04.45, 04.55 «Ну, погоди! Каникулы». Мультсериал. (0+)</p>	<p>Ю</p> <p>05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)</p> <p>09.05 Папа попал. (16+)</p> <p>Каждая программа - это история одной семьи, где есть отец, мама и дети. В нашем проекте не будет актеров, фальши и обмана. Все настоящее: герои, чувства, эмоции. Хватит ли сил у папы справиться с детьми и домашними обязанностями, пока мама пребывает в обществе стилистов, косметологов, психологов и фитнес-тренеров?</p> <p>11.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</p> <p>13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)</p> <p>16.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)</p> <p>20.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)</p> <p>Сериал. Турция, 2020 г.</p> <p>22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)</p> <p>00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)</p> <p>01.55 Измены (субтитры). (18+)</p> <p>03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)</p>
--	--	---	---

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

<p>365 ДНЕЙ ТВ</p> <p>00.00 Час истины. (12+)</p> <p>01.00 Личность в истории. (12+)</p> <p>01.30 Монастырские стены. (6+)</p> <p>02.00 Профилактика на канале с 02.00 до 10.00</p> <p>10.00 Список Киселева. Никогда больше. (12+)</p> <p>11.00 Освободители. (12+)</p> <p>11.40 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>12.05 Первая мировая. (12+)</p> <p>13.00 Обыкновенная история. (6+)</p> <p>13.10 Секреты замка Шамбор. (12+)</p> <p>14.05, 15.00 Великие живописцы. (12+)</p> <p>16.00 История образования в России. (12+)</p> <p>16.10 Историограф. (12+)</p> <p>16.55 История одной фотографии. (6+)</p> <p>17.10 Книжные аллеи. (12+)</p> <p>17.40 Семь дней истории. (12+)</p> <p>17.50 Крымская победа Василия Долгорукова. (12+)</p> <p>18.45 Морской узел. (12+)</p> <p>19.10 Россия научная. Великие имена. (12+)</p> <p>19.30 Сыны России. (12+)</p> <p>20.00 Ступени Победы. (12+)</p> <p>20.40 Самое главное в жизни. (12+)</p> <p>21.20 История одной фотографии. (6+)</p> <p>21.35 Карл V. Пути императора. (16+)</p> <p>22.15 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+)</p> <p>23.05 Исторические города Британии. (12+)</p>	<p>VIASAT HISTORY</p> <p>06.00 Невероятные изобретения. (12+)</p> <p>06.25, 07.20 Ирано-иракская война. (16+)</p> <p>08.15, 09.00 Музейные тайны. (12+)</p> <p>09.45, 10.35 Империя с Майклом Портилло. (12+)</p> <p>11.30 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)</p> <p>12.25 Тайны мумий животных. (12+)</p> <p>13.25 Запретная история: В поисках Ноэя ковчега. (12+)</p> <p>14.15 Запретная история: Загадка хрустальных черепов. (12+)</p> <p>15.05, 16.05 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)</p> <p>17.00 Империя с Майклом Портилло: Южная Африка. (12+)</p> <p>17.50 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)</p> <p>18.45, 19.35 5000 лет истории Нила. (12+)</p> <p>20.30 Запретная история: Тайны пирамид. (12+)</p> <p>21.20 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)</p> <p>22.15, 23.15 Война в Корее. (12+)</p> <p>00.15, 01.10 Николай и Александра: последние монархи России. (12+)</p> <p>02.00, 02.50 Империя с Майклом Портилло. (12+)</p> <p>03.35, 04.20 Запретная история. (12+)</p> <p>05.05 Империя с Майклом Портилло: Ямайка. (12+)</p>	<p>ДОКТОР</p> <p>10.00 На приеме у психолога. (Нев. 12+)</p> <p>10.30 Психология. Алкоголизм. (12+)</p> <p>11.00, 17.35 Шифры нашего тела. Известные органы. (12+)</p> <p>11.45, 18.20, 23.40 О самом главном. Рак щитовидной железы. Группы риска. (12+)</p> <p>12.45 На приеме у косметолога. (12+)</p> <p>13.15 Метод исследования. (12+)</p> <p>13.45, 01.00 Мозг на прокачку. (12+)</p> <p>14.45 Скажите, доктор! Грибковые заболевания. (12+)</p> <p>15.15, 04.25, 04.50 10 решений доктора Карташевой. (12+)</p> <p>15.45 О самом главном. Сыр: коровий и козий. (12+)</p> <p>16.40 Медицинский репортаж. (12+)</p> <p>17.10 Клинический случай. Спасти Булгакова. (12+)</p> <p>19.20, 05.15 Медицинский квест. Запоры. (12+)</p> <p>20.05, 02.45 Большой скачок. Игра в бога. (12+)</p> <p>20.35, 03.10 Большой скачок. Канцерогены. (12+)</p> <p>21.05 О самом главном. Рак шейки матки. (12+)</p> <p>22.00 Шифры нашего тела. Печень. (12+)</p> <p>22.45, 03.35 Правила жизни 100-летнего человека. Средняя полоса России. (12+)</p> <p>00.35 Скажите, доктор! Маточные патологии. (12+)</p> <p>02.00 Медицинский квест. Стресс. (12+)</p>
---	--	---

<p>УСАДЬБА</p> <p>06.00, 12.00, 21.10 Дачные радости с Мариной Рыкалиной. (12+)</p> <p>06.30 Декоративный огород. (12+)</p> <p>06.55 Баня - женского рода. (12+)</p> <p>07.10 Дачные дел мастера. (12+)</p> <p>07.40 Мастер-садовод. (12+)</p> <p>07.50 Кухня народов СССР. (12+)</p> <p>08.10 Красивая выпечка с Джульет. (12+)</p> <p>09.00 Дачные радости с Виталием Декабровым. (12+)</p> <p>09.30 Идеальный сад. (12+)</p> <p>10.00 Народные умельцы. (12+)</p> <p>10.35 Деревня года. (12+)</p> <p>11.25, 20.40, 02.30 Стройплощадка. (12+)</p> <p>12.25 ЗаСаДа. (12+)</p> <p>12.55 Мультиварка. (12+)</p> <p>13.15 Как поживаете? (12+)</p> <p>13.45 Огород круглый год. (12+)</p> <p>14.15 Органическое земледелие. (0+)</p> <p>14.45 Огород с Блокным-Мечталыным. (12+)</p> <p>15.20, 21.40 Муж на час. (12+)</p> <p>15.50, 22.10 Куземцы. (12+)</p> <p>16.10, 22.25 Мегабанщики. (12+)</p> <p>16.40 Сад с нуля. (12+)</p> <p>17.15, 23.15 Пустите строителей в дом. (12+)</p> <p>18.00, 00.05 Дачные радости. (12+)</p> <p>18.30, 00.35 В погоне за прибылью. (16+)</p> <p>19.20, 01.20 Искатели приключений. (12+)</p> <p>19.50, 01.45</p>

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
 - 07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
 - 07.55, 03.40 Чемпионы пещеры. (12+)
 - 08.25, 18.55 Страна спортивная. Русская игра с мячом. (12+)
 - 08.45 Тот самый бой. Денис Лебедев. (12+)
 - 09.15 Большая вода. (12+)
 - 09.30 бхб. Волейбольное обозрение. (0+)
 - 10.05 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. Мужчины. (0+)
 - 12.00 Автоспорт. «Yuka Fest Ледовая миля». Трансляция из Вельска. (0+)
 - 13.05 Гандбол. SEHA-Газпром Лига. (0+)
 - 14.25 Биатлон. Риги Чемпионат России. Суперспринт. Женщины. Финал. (0+)
 - 15.05 Десятка! Легенд мирового хоккея. (12+)
 - 15.20, 21.25 Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)
- МУЛЬТ**
- 15.35, 22.40 Специальный репортаж. (12+)
 - 16.00, 21.40 Вид сверху. (12+)
 - 16.25, 22.10 Что по спорту? Махачкала. (12+)
 - 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Риги Суперлига. Мужчины. «Факел» (Новый Уренгой) - АСК (Нижний Новгород). Прямая трансляция
 - 19.10 Сергей Белов. Огненная Легенда. Специальный репортаж. (12+)
 - 19.25 Волейбол. Чемпионат России. Риги Суперлига. Мужчины. «Зенит-Казань» - Динамо (Москва). Прямая трансляция
 - 23.00 Есть тема! (16+)
 - 00.15 Баскетбол. PARI Чемпионат России - Суперлига. Мужчины. «Химки» (Московская область) - «Динамо (Владивосток). (0+)
 - 02.00 Автоспорт. «Рождественская гонка чемпионов 2023». (0+)
 - 04.10 Волейбол. Чемпионат России. Риги Суперлига. Мужчины. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00 Муз'итив. (16+)
 - 06.00 Каждое утро. (16+)
 - 06.40 PRO-новости. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 08.15 Teen чарт. (16+)
 - 08.40 PRO-новости. (16+)
 - 09.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
 - 10.00 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
 - 11.00, 12.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
 - 13.00 Ждите ответа. (16+)
 - 14.00 Top-15 Like FM. (16+)
 - 15.00 PRO-новости. (16+)
 - 15.20 В десятку! (16+)
 - Нон-стоп из десяти самых топовых и модных российских и зарубежных музыкальных клипов дня.
 - 16.00 Лайкер. (16+)
 - 18.00 PRO-новости. (16+)
 - 18.20 Плейлист. Зима. (16+)
 - 20.00 Приехали! Северная Осетия - Алания. (16+)
 - 20.30 Top-30. Плейлист недели. (16+)
 - 22.40 PRO-новости. (16+)
 - 23.00 Плейлист. Зима. (16+)
 - 00.00 Муз'итив. (16+)
 - 01.30 Наше. (16+)
 - 03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00 Профилактика на канале до 10.00
 - 10.00 «Морики Дорики». (0+)
 - 10.05, 14.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)
 - 11.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
 - 11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
 - 13.00, 21.00 «Барbosкины». (0+)
 - 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
 - 14.30 «Смешарики». (0+)
 - 15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)
 - 15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)
 - 17.00 «Крошка енот», «Большой Ух». (0+)
 - 17.50 «Просто о важном. Про Миру и Гошу». (0+)
 - 18.00 «ДиноСити». (0+)
 - 18.30 «Простоквашино». (0+)
 - 19.00 «Сказочный патруль». (0+)
 - 19.25 «Кошечки-собачки». (0+)
 - 20.55 «Машины сказки». (0+)
 - 21.30 «Ник-изобретатель». (0+)
 - 22.00 «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл». (0+)
 - 22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00 «Мир за минутку». (0+)
 - 05.05 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 06.00 «Элла, Оскар и Шу». (0+)
 - 07.00 «Жужжалка». (0+)
 - 07.05 «Три кота». (0+)
 - 09.00 «Медвежонок Помпон». (0+)
 - 10.00 «ТриО!» (0+)
 - 10.20 «Фиксики». (0+)
 - 12.20, 00.10 «Турбозавры». (0+)
 - 14.00 «Снежная Королева: Хранители Чудес». (0+)
 - 15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
 - 15.55, 23.55 «Мой музей». (0+)
 - 16.00, 00.00 «Динозавры». (0+)
 - 16.05, 00.05 «Зелёный проект». (0+)
 - 16.10 «Три кота». (0+)
 - 18.30 «Отец и овечек». (0+)
 - 19.00 «Фиксики». (0+)
 - 21.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
 - 22.50 «Мир за минутку». (0+)
 - 22.55 «Зебра в клеточку». (0+)
 - 23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)
 - 01.50 «Студия Каляки-Маялки». (0+)
 - 02.10 «Смешарики». (0+)
 - 04.30 «Приключения Ам Няма». (0+)
- ДЕТСКИЙ МИР**
- 06.00, 13.05, 18.00, 01.05 «Фиксики». (6+)
 - 06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Роботы-поезда». (6+)
 - 07.05, 12.35, 19.05, 00.40 «Смешарики». (6+)
 - 07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
 - 07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Октонавты». (0+)
 - 08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)
 - 09.10, 16.40, 21.10 «Консуни». (6+)
 - 09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
 - 10.00, 17.30 «Чуч-Мяуч». (0+)
 - 10.30, 22.30 «Три богатыря и принцесса Египта». (12+)
 - 11.40, 15.50, 23.40 «Енотки». (0+)
 - 14.30, 02.30 «Три богатыря и Наследница престола». (12+)
 - 22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
 - 22.10 «Granny's Fairytales». (12+)
 - 22.20 «Богатырята». (12+)
- СОЛНЦЕ**
- 05.00 «Буба». (0+)
 - 07.00 «Ералаш». (6+)
 - 08.30 «Буба». (0+)
 - 10.35 «Простоквашино». (0+)
 - 11.30 «Заколдованная деревня Пиночки». (6+)
 - 12.35 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
 - 14.00 «Ералаш». (6+)
 - 15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)
 - Сериал. Россия, 2015 г.
 - 16.25 «Фиксики». (0+)
 - 18.00 «Простоквашино». (0+)
 - 19.30 «Ёжик Бобби: Колючие приключения». (6+)
 - Однажды ежик Бобби сильно ударился головой и совершенно забыл, что он за зверь!
 - 21.25 «РОДИТЕЛИ». (12+)
 - Сериал. Россия, 2015 г.
 - 00.05 «Ералаш». (6+)
 - 04.00 «Буба». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00 День Патриарха. (0+)
 - 05.10 В поисках Бога. (6+)
 - 05.40 «ЖИЛА-БЫЛА ДЕВУЧКА». (0+)
 - 07.00 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)
 - 11.05 Земля жизни. Фильм 6. (0+)
 - 12.10, 01.20 Расскажи мне о Боге. (6+)
 - 12.45 Щипков. (12+)
 - 13.15 Цикл: Дети Донбасса. Родители без границ... (16+)
 - 13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)
 - 16.40 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (0+)
 - 18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 6-7 серии. (16+)
 - 20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
 - 22.00 Лето Господне. (6+)
 - 23.20 Страна за священной рекой. Где крестился Христос? (0+)
 - 23.50 День Патриарха. (0+)
 - 00.05 Апокалипсис. Глава 13. (18+)
 - 01.50 Профессор Осипов. (0+)
 - 02.20 Прямая линия жизни. (16+)
 - 03.10 Встреча. (12+)
 - 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

Православный календарь

18 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник). Сщмч. Феопемпта, еп. Никомидийского, и мч. Феоны волхва.



Прп. Синклитики Александрийской. Прп. Симеона Псково-Печерского. Прор. Михея. Прп. Аполлинарии. Прп. Фотирия. Прп. Мины. Прп. Григория Акритского. Сщмч. Андрея пресвитера. Мч. Иосифа и с ним 37 мучеников. Мч. Евгении. Сщмч. Сергия пресвитера. Мч. Матфея.

Строгий пост.

« Во Иордане бывшее на Господа сошествие Духа было сошествием на нас, потому что носит Он на Себе наше тело. И было оно не к усовершению Слова, но для нашего ояля освящения, чтобы мы причастились Его помазания».

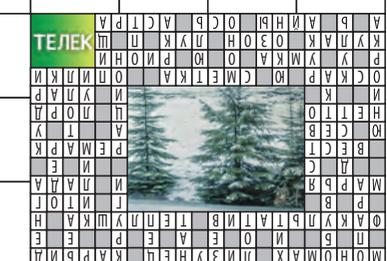
Прп. Афанасий Великий

Князь с тяжелой шапкой	Закваска в квашне	Ее сапожник чинит	Песня, бьющая в горячую десятку	Комок соли для лося	Вещь, что уходит с молотка	Цветок львиный ...	Имя сыщика Пинкертона	Орудие для обмолота зерна	Углерод плюс металл	От камешка расходятся по воде	Двухсторонний шерстяной ковер	Польское женское имя	Половина копейки в старину	
Необязательный семинар в вузе	Лакомая лосю озерная трава	Блюдо с царского пира					Товарный ж/д вагон (устар.)				Его подводят в финале		Река во Вроцлаве и Франкфурте	
Моревна из русских сказок	Курс для пловущих на запад	"Невод" на столе для пинг-понга									"Калина", "Приора", "Самара"			
Молодая спортсменка	Вложение зерен в пашню										Включить в свой ... свежие овощи	Автор романа "Три то-варича"	Остров, воздвигнутый полипами	"Вьющаяся шева-люра"
	Вес товара без учета тары	Рогожный мешок для муки	Просья ее, встанут на колени								Ученый ... Пастер	Дворянский титул в Англии	Обладатель клешней	
											Горная родня фазана			
											Заяц, с точки зрения волка			
Композитор ... Фельцман	Северное название белого медведя		Территория Канады возле Аляски	Научные начала начал	Житейская сообразительность	Звук из одной колонки	Ажур в салоне штор	Округлый дверной проем	Древесная "перинка" в банке хомьяка					
			Газ, появляющийся во время грозы			Сущность Чиполлино		Водная артерия Поти и Кутаиси		Большая партия товара				
"Сгруппированная пятёрка"	Древнейший народ Японии				... абсцисс		"Звездный" цветок осени							

Славянка ТУРЫ ПО РОССИИ 30 лет на рынке российского туризма

14.01	СВЯТКИ В УСАДЬБЕ «КРУТЕЦ»	11.02	МУЗЕЙ-УСАДЬБА «АБРАМЦЕВО»
15.01	СВЯТКИ В УСАДЬБЕ ДУМНОВА	18-19.02	ПЕТРОЗАВОДСК - ШЕЛТОЗЕРО - ЩЕЛЕЙКИ
21-22.01	ВСТРЕЧА НОВОГО ГОДА В «ЗОЛОТОМ ГОРОДЕ» - ЛЫТКАРИНО - ВЕНЁВ	18.02	ЧЕХОВСКОЕ МЕЛИХОВО С ОЧАРОВАТЕЛЬНОЙ ВЫСТАВКОЙ ЛИТЕРАТУРНЫХ ГЕРОЕВ ЧЕХОВА
21.01	УСАДЬБА «ГОРКИ»	19.02	ГЛАВНЫЙ ХРАМ ВС РФ В ПАРКЕ «ПАТРИОТ»
22, 29.01	ФЛАМАНДСКАЯ ЖИВОПИСЬ В ИСТРЕ	23-25.02	ПЕТЕРБУРГ ДИНАСТИИ РОМАНОВЫХ
28-29.01	ДВОРЦОВАЯ РОСКОШЬ ПЕТЕРБУРГА	23-25.02	ВОРОНЕЖ - УСМАНСКИЙ БОР + УСАДЬБЫ
28.01	ДМИТРОВ С МУЗЕЕМ П. КРОПОТКИНА	23-26.02	ТУЛА - БЕЛЁВ - ОДОЕВ - ПЛАВСК
04-05.02	КОНАКОВО - ТВЕРЬ	24-26.02	ВЫКСА - МУРОМ - ДИВЕЕВО
04.02	ПЕРЕДЁЛКИНО Б. ПАСТЕРНАКА И Б. ОКУДЖАВЫ	24-26.02	БОРОВСК - КАЛУГА - ОПТИНА ПУСТЫНЬ
05.02	БЛИСТАТЕЛЬНЫЕ ВЯЗЁМЫ - ЗАХАРОВО	24-26.02	КИРЖАЧ - МАСЛЕНИЦА В УСАДЬБЕ ДУМНОВА
07.02	САНДУНОВСКИЕ БАНИ	14-16.04	КАЗАНЬ - БОЛГАР - СВЯЖСК
11-12.02	ГУСЬ-ХРУСТАЛЬНЫЙ - ВЛАДИМИР	20-23.04	КАЛИНИНГРАД - КУРШСКАЯ КОСА
11-12.02	СОКРОВИЩА АЛАНСКОГО ЦАРСТВА, ФАРФОР И СТЕКЛО ИМПЕРАТОРСКИХ ЗАВОДОВ В ЗРМИТАЖЕ		

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



ПЕРВЫЙ

18.00 Вечерние новости
(с субтитрами)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
09.55 «Жить здорово!» (16+)
10.45 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
16.50 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 Информационный канал. (16+)
21.00 «Время»
21.45 **«НУЛЕВОЙ ПАЦИЕНТ»**. (16+)
В городе нарастают тревожные настроения, родители начинают травить Гиляну, требуя её увольнения из школы. Муж Гиляны Иван приходит в больницу с пистолетом и угрожает врачам расправой.
22.40 **«БОЛЬШАЯ ИГРА»**. (16+)
00.00 **«КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ»**. (18+)
01.00 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)
03.00 Новости
03.05 **ПОДКАСТ.ЛАБ.** (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 **«ТИХАЯ ОХОТА»**. (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 **«ТИХАЯ ОХОТА»**. (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 **«ГЛУХАРЬ»**. (16+)
17.30 «Известия». (16+)
18.00 **«ГЛУХАРЬ»**. (16+)
19.55 **«СЛЕД»**. (16+)
Полина Баранова обнаруживает в любимом кресле своей бабушки свёрток с человеческими костями.
22.20 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5»**. (16+)
23.10 **«ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2»**. (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
00.30 **«СЛЕД»**. (16+)
03.20 **«ДЕТЕКТИВЫ»**. (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «СКЛИФОСОВСКИЙ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
11.30 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.30 Вести. Местное время
14.55 «Кто против?» (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 **«СКЛИФОСОВСКИЙ»**. (16+)
Брагин просит у Нины прощения за свою выходку. Обещает, что такое больше никогда не повторится. Тем временем к Нине приходит жена Никифорова, которая просит её оставить Славу в покое. В «Склиф» приезжает полицейский, чтобы снять отпечатки пальцев у неизвестного, попавшего в ДТП, с целью установить его личность. По дороге на работу Брагин попадает в ужасную аварию в метро.
23.25 **Вечер с Владимиром Соловьёвым**. (12+)
02.05 **«КАМЕНСКАЯ»**. (12+)
На связь с Каменской выходит агент Денисова - Владимир Тарадин. Вдвоём с Настей они пытаются найти бывшую сотрудницу клиники Тамару.
03.55 **«ЛИЧНОЕ ДЕЛО»**. (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.10 13.50 15.05 15.55 03.55 **«ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ»-2»**. (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 18.00 20.30 Новости дня. (16+)
09.15 01.00 **«СУДЬБА»**. (16+)
10.50 «Освобождение». (16+)
11.20 21.15 «Открытый эфир». (16+)
13.20 «Москва - фронту». (16+)
18.20 «Специальный репортаж». (16+)
18.55 «Восточный фронт». (16+)
19.40 «Код доступа». (12+)
22.55 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
23.20 **«ЗАБУДЬТЕ СЛОВО СМЕРТЬ»**. (12+)
02.10 **«ЖДИТЕ СВЯЗНОГО»**. (12+)

ТВУ ТВЦ



15.15 «СВОИ». (16+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 **«НЕ В ДЕНЬГАХ СЧАСТЬЕ-2»**. (12+)
10.40 «Маргарита Назарова и Иван Дмитриев. Укрощение строптивых». (12+)
11.30 События
11.50 03.15 **«АННА-ДЕТЕКТИВЪ-2»**. (16+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «Петровка, 38». (16+)
15.15 **«СВОИ»**. (16+)
17.00 «Звёзды и аферисты». (16+)
17.50 События
18.10 **«СИНИЧКА-4»**. (16+)
22.00 События
22.40 «10 самых...» (16+)
23.10 «Актёрские драмы. Старость не радость». (12+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Голубой огонёк». Битва за эфир». (12+)
01.25 «Актёрские драмы. Вероника Маврикиевна и Авдотья Никитична». (12+)
02.05 «Февральская революция: Заговор или неизбежность?» (12+)
02.45 «Осторожно, мошенники!» (16+)
04.40 «Маргарита Назарова и Иван Дмитриев. Укрощение строптивых». (12+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 22.45 «Моя история». (12+)
06.40 10.10 18.00 **«СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
07.30 11.00 «Календарь». (12+)
08.00 13.10 19.20 ОТражение
10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
11.30 **«ТАБОР УХОДИТ В НЕБО»**. (12+)
15.10 23.25 **«ПРОЩАЙ, ЛЮБИМАЯ»**. (16+)
16.05 00.20 «Президентский протокол». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.45 «Большая страна: открытие». (12+)
21.00 **«МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА»**. (12+)
01.15 «Большая страна: территория тайн». (12+)
01.30 ОТражение. Главное

НТВ



08.25 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)

- 05.25 **«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ»**. (12+)
08.00 «Сегодня»
08.25 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 **«ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ»**. (16+)
На встрече Рафинада и Бахтавара выясняется, что в Ольховку стали поставлять наркотики. Один из дилеров по кличке Артист скрывается от наркоторговцев у своего дяди Пантелеича, украв приличный свёрток героина.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 **«БЕЗОНОВЪ»**. (16+)
Во время спиритического сеанса в салоне мадам Олкотт гибнет известная актриса. Безонов и Шукин уверены, что это спланированное убийство, но им не дают вести расследование - ниточки ведут к родственнику царствующего дома.
22.00 **«ЧУЖАЯ СТАЯ»**. (16+)
23.35 «Сегодня»
00.00 **«ЧУЖАЯ СТАЯ»**. (16+)
00.20 «Поздняков». (16+)
00.35 **«ЧУМА»**. (16+)
02.45 **«БОМБИЛА»**. (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 20.50 «The City». (12+)
13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
23.15 02.15 05.15 «Рейд 112». (16+)
00.10 03.10 «Ночная смена». (18+)

РОССИЯ К Культура



10.15 «Наблюдатель»

- 06.30 07.00 07.30 08.20 10.00 15.00 19.30 23.30
Новости культуры
06.35 «Сегодня»
07.05 «Лето Господне»
07.35 «Оттаявший мир»
08.25 12.10 23.20 Цвет времени
08.35 16.30 **«РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»**
В октябре 1941 года переведённый в столицу Кондратьев занимается поиском мародёров, паникёров и диверсантов.
10.15 «Наблюдатель»
11.10 23.50 ХХ век
12.20 22.15 **«МИХАИЛО ЛОМОНОСОВ»**
13.30 Абсолютный слух
14.15 00.50 «Леонид Канторович»
15.05 «Новости. Подробно. Театр»
15.20 «Моя любовь - Россия!»
15.45 «2 Верник 2»
18.10 01.30 «Мастера мировой концертной сцены. Рене Папе, Айвор Болтон»
19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыши!»
20.45 «Дело Деточкина»
21.30 «Энигма»
02.15 «Веря. Возвращение к себе»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
05.30 «Новости МО»
07.30 «Новости 360 (каждый час)»
07.35 «Интервью 360». (12+)
08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
08.25 «Личное дело». (12+)
11.00 «ЧП 360». (16+)
12.30 «Вкусно, как в кино»
13.00 14.40 16.40 «Внимание! Еда!» (12+)
14.10 23.45 «Атмосферная история». (12+)
15.10 22.10 «Открытие Китая». (12+)
16.10 00.40 «Поездка со вкусом». (12+)
17.10 «Простая медицина»
17.40 «Формула успеха». (12+)
18.10 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
20.10 «Невероятная наука»

СТС



14.10 «РОДКОМ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Лунтик». (0+)
08.00 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА»**. (16+)
09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
09.50 **«ВОРОНИНЫ»**. (16+)
11.55 **«ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН»**. (12+)
США, 2001 г. Фантастический триллер. В ролях: Марк Уолберг, Тим Рот. 2029 год. На гигантской космической станции Оберон астронавт Лео Дэвидсон обучает обезьян управлять летательными аппаратами.
14.10 **«РОДКОМ»**. (16+)
18.30 **«ЖЕНА ОЛИГАРХА»**. (16+)
20.00 **«ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ»**. (16+)
США - Китай - Канада, 2015 г. Фэнтези. В ролях: Вин Дизель, Роуз Лесли. Армии охотников на ведьм сражались с ними на протяжении многих веков, но ведьмы до сих пор живут среди нас. В наши дни остался всего лишь один охотник на ведьм - Колдер, которому однажды удалось убить всемогущую королеву ведьм.
22.00 **«СОННАЯ ЛОЩИНА»**. (12+)
00.05 **«ДРУГОЙ МИР. ВОССТАНИЕ ЛИКАНОВ»**. (18+)
01.35 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.20 11.20 15.40 00.15 03.25
Мой район. Энциклопедия. (12+)
06.30 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.15 10.30 02.40 «Тайны кино». (12+)
08.00 09.50 19.50 22.20 00.05
02.30 «Мой район. Навигатор». (16+)
08.10 15.50 **«ДЕНЬГИ»**. (12+)
10.05 «Тайны нашей эстрады». (12+)
11.30 20.00 **«КОНЕЦ ОПЕРАЦИИ «РЕЗИДЕНТ»**. (12+)
14.00 **«СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА»**. (12+)
17.35 **«УБИЙСТВО В ВОСТОЧНОМ ЭКСПРЕССЕ»**. (16+)
22.30 **«ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ»**. (12+)
00.35 **«ЗЛО ПОД СОЛНЦЕМ»**

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Неизвестная история». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ТРИ ИКСА: МИРОВОЕ ГОСПОДСТВО». (16+)</p> <p>22.00 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ХИЩНИКИ». (16+)</p>	<p>10.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)</p> <p>10.00 «ДВА ХОЛМА». (16+)</p> <p>17.00 «УНИВЕР. 10 ЛЕТ СПУСТЯ». (16+)</p> <p>20.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>21.00 «СТРИМ». (16+)</p> <p>22.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>23.00 «НАША RUSSIA: ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)</p> <p>Россия, 2010. Комедия. В ролях: Сергей Светлаков, Михаил Галустьян, Валерий Магдьяш. Рафшан и Джумжуд, гастарбайтеры из Нубарашена, нелегально приезжают в Москву, где бригадир Леонид получил у одного олигарха заказ на супердорогой ремонт.</p> <p>00.40 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.15 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>04.45 «Открытый микрофон». (16+)</p>	<p>19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)</p> <p>06.00 Святочные гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.15 Святочные гадания. (16+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.20 «Слепая». (16+)</p> <p>Артем Петрович неожиданно для себя влюбился в коллегу по работе. Мужчина сомневался, что поступает правильно, поэтому поехал к ясновидящей за советом.</p> <p>19.30 «ОБМАНИ МЕНЯ». (16+)</p> <p>Сестра Торрес, Ева, заключенная в колонии для несовершеннолетних, звонит ей с просьбой о помощи.</p> <p>23.00 «ПОСТУЧИСЬ В МОЮ ДВЕРЬ». (16+)</p> <p>01.45 «ГРЕТЕЛЬ И ГЕН-ЗЕЛЬ». (16+)</p> <p>03.00 «СНЫ». (16+)</p>	<p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>06.20 Идеальный ужин. (16+)</p> <p>Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозяином вечера. На кону - звание самого гостеприимного хозяина и денежный приз. Участники совершенно разные, но у них есть одна общая черта - любовь к кулинарии.</p> <p>08.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>Самая неожиданная автомобильная викторина. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер.</p> <p>10.00 «+100500». (16+)</p> <p>11.30 Улётное видео. (16+)</p> <p>14.00 Охотники. (16+)</p> <p>16.00 Решала. (16+)</p> <p>19.00 Охотники. (16+)</p> <p>21.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Улётное видео. (16+)</p>	<p>09.50 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>06.00, 12.00 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 09.45, 13.25, 14.20, 20.00, 03.30 Новости на Матч!</p> <p>07.05, 14.25, 20.05, 01.00 Все на Матч!</p> <p>09.50, 13.30 Специальный репортаж. (12+)</p> <p>10.10 География спорта. (12+)</p> <p>10.40 Биатлон. Пары Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Пр. тр.</p> <p>13.50 «Лица страны». (12+)</p> <p>15.55, 04.35 «Магия большого спорта». (12+)</p> <p>18.35 Смешанные единоборства. (16+)</p> <p>20.55, 22.55 Футбол. Кубок Испании. Пр. тр.</p> <p>01.45 Баскетбол. МБА (Москва) - «Пари НН» (Нижний Новгород). Единая лига ВТБ. (0+)</p> <p>03.35 Биатлон. Пары Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (0+)</p>	<p>12.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>09.00 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>10.00 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>12.10 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>13.25 «Порча». (16+)</p> <p>13.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>14.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>15.05 «УРОКИ СЧАСТЬЯ». (16+)</p> <p>19.00 «ИГРА В ДОЧКИ-МАТЕРИ». (16+)</p> <p>23.10 «Порча». (16+)</p> <p>23.45 «Знахарка». (16+)</p> <p>00.15 «Верну любимого». (16+)</p> <p>00.45 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.45 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>03.25 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>04.15 «НАПАРНИЦЫ». (16+)</p> <p>05.00 По делам несовершеннолетних. (16+)</p>

НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Ох уж эти котики!

Котик очень доволен обществом птичек! А вот пернатые такому соседству не слишком рады: рискуешь быть или съеденным, или обсыпанным снегом...

Ответы: снежинка слева вверх, птица справа

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

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

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

— А как можно помочь этим пациентам?

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

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

УСИЛЕННЫЕ МЕРЫ САНИТАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ! ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!

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

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

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.00 Мультфильмы. (0+)
08.05 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (12+)
09.55 «ПЛЮМБУМ, ИЛИ ОПАСНАЯ ИГРА». (16+)

TV1000
05.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». Мультсериал. (6+)
06.20 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.10 «ОПЕРАЦИЯ «КОЛИБРИ». (16+)
03.00 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
04.35 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
00.55 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)
03.00 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИ-НОК-2». (16+)

РУССКИЙ РОМАН
07.05 «РАЗБИТЫЕ СЕРДЦА». (12+)
10.30 «ЧЕГО ХОТЯТ МУЖЧИНЫ». (18+)

red .RED
06.00, 09.15, 18.10 Проект Подиум. (16+)
06.45, 13.20, 19.00 Правила моей кухни. (16+)

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

СТС LOVE
06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «РАЗВОД». (16+)
06.00 Мультфильмы. (6+)
08.15 «КУЛИНАР». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Зов крови-2. Денис Гробоев. (16+)
05.30 Пятница News. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)

ДОКТОР
06.00, 12.00, 18.15, 23.45 О самом главном. Продукты-обманщики. (12+)

УСАДЬБА
06.00, 03.05 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
09.00 Один день из жизни. (16+)
09.30, 09.45 Нож-помощник. (16+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00, 00.15 Волейбол. Чемпионат России. Парг Суперлига. Мужчины. «Факел» (Новый Уренгой) - АСК (Нижний Новгород). (0+)

07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости

07.55 Анатомия спорта. (0+)

08.20 Большая вода. (12+)

08.35 Пара на дистанции. Дмитрий и Татьяна Волковы. (12+)

08.55 Десятка! Казусов в спортивной гимнастике. (12+)

09.15, 15.20, 18.20, 21.50 Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)

09.30 Вид сверху. (12+)

10.05 Баскетбол. PARI Чемпионат России - Суперлига. Мужчины. «Химки» (Московская область) - «Динамо (Владивосток)». (0+)

11.50 Эдуард Зеновка. Триумф боли. Специальный репортаж. (12+)

12.10 Ирина Слуцкая. Бесконечный лёд. Документальный фильм. (6+)

13.05 Волейбол. Чемпионат России. Парг Суперлига. Мужчины. «Зенит-Казань» - Динамо (Москва). (0+)

14.55 Здоровый образ. Баскетбол. (12+)

15.35, 22.40 Специальный репортаж. (12+)

16.00, 22.10 География спорта. Крым. (12+)

16.25, 02.55 Ты в бане! (12+)

16.55, 02.00 Автоспорт. «Yuka Fest Ледовая миля». Трансляция из Вельска. (0+)

17.50 бхб. Волейбольное обозрение. (0+)

18.35 Биатлон. Парг Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (0+)

19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА (Москва) - «Пари НН» (Нижний Новгород). Прямая трансляция

23.00 Есть тема! (16+)

03.25 Неизвестный спорт. Победителей судят. (6+)

04.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА (Москва) - «Пари НН» (Нижний Новгород). (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

14.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

07.00 Каждое утро. (16+)

07.35 Топ чарт. (16+)

08.00 PRO-клип. (16+)

08.05 Каждое утро. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

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

12.00 Плейлист по кайфу. (16+)

12.30 Прогноз по году. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Юмор FM чарт. (16+)

17.00 Консервы. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20 Плейлист. Зима. (16+)

19.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)

20.00 Приехали! Камчатка. (16+)

20.30, 01.30 Лайкер. (16+)

22.40 PRO-новости. (16+)

23.00 Плейлист. Зима. (16+)

00.00 Хиты по-русски. (16+)

03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)

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

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

08.25, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)

09.00 «Турбозавры». (0+)

09.20, 18.30 «Простоквашино». (0+)

09.50 «Морики Дорики». (0+)

10.00, 14.00, 22.00 «Фиксики». (0+)

10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)

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

11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)

15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)

17.00 Друзья на все времена. (0+)

17.20 «Фиксики. Новенькие». (0+)

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

18.00 «ДиноСити». (0+)

19.00 «Сказочный патруль». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.30 «Ник-изобретатель». (0+)

22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

05.00 «Мир за минутку». (0+)

05.05 «Зебра в клеточку». (0+)

06.00 «Элла, Оскар и Шу». (0+)

07.00 «Жужжалка». (0+)

07.05 «Три кота». (0+)

09.00 «Медвежонок Помпон». (0+)

10.00 «ТриО!» (0+)

10.20 «Фиксики». (0+)

12.20, 00.10 «Турбозавры». (0+)

14.00 «Ангел Бэби». (0+)

15.50 «Доктор Малышкина». (0+)

15.55, 23.55 «Весёлый алфавит». (0+)

16.00 «Малыши дикой природы». (0+)

16.05, 00.05 «Ответы от кометы». (0+)

16.10 «Три кота». (0+)

18.30 «Отель у овечек». (0+)

19.00 «Фиксики». (0+)

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

22.50 «Мир за минутку». (0+)

22.55 «Зебра в клеточку». (0+)

23.50 «Доктор Малышкина». (0+)

00.00 «Малыши дикой природы». (0+)

01.50 «Студия Каляки-Малыки». (0+)

02.10 «Смешарики». (0+)

04.30 «Приключения Ам Няма». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 13.05, 18.00, 01.05 «Фиксики». (6+)

06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Роботы-поезда». (6+)

07.05, 12.35, 19.05, 00.40 «Смешарики». (6+)

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

07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Октонавты». (0+)

08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)

09.10, 16.40, 21.10 «Консуни». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

10.00, 17.30 «Чуч-Мяуч». (0+)

10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк». (12+)

11.50, 15.40, 23.55 «Енотки». (0+)

14.30, 02.30 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (12+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

22.20 «Богатырята». (12+)

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

08.30 «Буба». (0+)

10.35 «Простоквашино». (0+)

11.30 «Заколдованная деревня Пинокио». (6+)

12.35 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)

14.00 «Ералаш». (6+)

15.35 «РОДИТЕЛИ». (12+)

16.25 «Фиксики». (0+)

18.00 «Простоквашино». (0+)

19.30 «Трио в перьях». (6+)

Воробей Ричард с рождения воспитывался аистами и считает себя одним из них. Но приходит время мигрировать на юг. Родители боятся, что Ричард не справится с перелетом, и оставляют его дома.

21.15 «РОДИТЕЛИ». (12+)

23.55 «Ералаш». (6+)

04.00 «Буба». (0+)

05.00 Ранние пташки. «Грузовичок Лёва». (0+)

Спешите познакомиться с грузовичком Лёвой и его другом - Лёвой-малышом!

06.55 «Чик-зарядка». (0+)

Хотите вырасти сильными и здоровыми? Тогда включайте нашу Чик-зарядку и повторяйте упражнения!

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.30 «Чик-зарядка». (0+)

07.35 «Петроникс». (0+)

08.00 «Геройчики». (0+)

10.40 «Дракошки». (0+)

Забавные приключения волшебных дракош в облачной стране.

10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Гвоздики из салфеток». (0+)

У Криворучки есть суперспособность - она может всё что угодно превратить в цветы! Вот взять, к примеру, бумажные салфетки... Вместе с Мастером Леной Криворучка превратит их в красивый букет! Смотрите новый выпуск программы «Мастерская «Умелые ручки»!

11.05 «Сказочный патруль». (0+)

13.20 «Дикие скричеры!» (6+)

13.45 «Инфинити Надо». (6+)

14.00 «Навигатор. Новости». (0+)

14.10 «Простоквашино». (0+)

16.35 «Оранжевая корова». (0+)

18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)

18.35 «Кошечки-собачки». (0+)

20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

20.45 «Барбоскины». (0+)

Необычайно добрый, забавный и поучительный мультсериал для самых маленьких зрителей.

22.30 «Герои Гуджитсу». (6+)

22.40 «Кошкин дом». (0+)

23.10 «О том, как гном покинул дом и...» (0+)

23.20 «Высокая горка». (0+)

23.40 «Четверо в кубе». (0+)

01.10 «Смешарики. Пинкод». (6+)

02.50 «Котики, вперед!» (0+)

03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)

04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (12+)

06.35 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.00, 08.30 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.00 Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)

12.45 Лето Господне. (6+)

14.05, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Страна за священной рекой. Где крестился Христос? (0+)

15.30 Альфа и Омега. Господские переходящие праздники. (0+)

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

18.00, 19.00 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 7-8 серии. (16+)

20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)

22.00 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)

22.35, 04.05 Прямая линия. Ответ священника (субтитры). (12+)

23.05 Амьен и Генуя - что общего. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)

23.35 День Патриарха. (0+)

23.50 Русский мир. (12+)

00.50 Апокалипсис. Глава 14. (18+)

01.40 В поисках Бога. (6+)

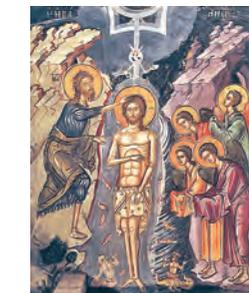
02.10 Иоанн Креститель. Цикл: Пророки. (0+)

02.40 Профессор Осипов. (0+)

03.10 Встреча. (12+)

Православный календарь

19 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Святое Богоявление. Крещение Господа Бога и Спаса нашего Иисуса Христа.



Преставление свт. Феофана, Завторника Вышенского.

Поста нет.

«С тех пор как Спаситель собогоявил нам наше естество, Он исполняется Святого Духа не потому, что Он был ниже Святого Духа, а потому, что плоть должна была в человеческом образе воспринять сошествие Духа».

Свт. Иоанн Златоуст

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

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

6

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

СУДОКУ

Ответы

1

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

2

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

3

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

4

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

5

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

1 ПЕРВЫЙ



23.15 «ЗОЛУШКА». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости (с субтитрами)
 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
 09.55 «Жить здорово!» (16+)
 10.45 Информационный канал. (16+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Информационный канал. (16+)
 15.00 Новости (с субтитрами)
 15.15 Информационный канал. (16+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 16.50 Информационный канал. (16+)
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
 19.45 «Поле чудес». (16+)
 21.00 «Время»
 21.45 «Голос. Дети». 10-й юбилейный сезон. (0+)
 23.15 «ЗОЛУШКА». (16+)
 Россия, 2012. Комедия. В ролях: Кристина Асмус, Никита Ефремов. Маша Крапивина, студентка-заочница из глубинки, трудится служанкой в богатом московском доме и очень старается угодить сварливой хозяйке и двум ее избалованным дочерям.
- 01.00 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
 05.25 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 09.00 «Известия». (16+)
 09.30 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)
 13.00 «Известия». (16+)
 13.30 «ГЛУХАРЬ». (16+)
 17.30 «Известия». (16+)
 18.00 «ГЛУХАРЬ». (16+)
 19.55 «СЛЕД». (16+)
 23.10 «Светская хроника». (16+)
 00.15 Они потрясли мир. (12+)
 01.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
 01.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
 02.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)
 03.00 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
 03.40 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



17.30 «60 минут». (12+)

- 05.00 Утро России
 09.00 Вести. Местное время
 09.30 Утро России
 09.55 О самом главном. (12+)
 11.00 Вести
 11.30 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.30 Вести. Местное время
 14.55 «Кто против?» (12+)
 16.00 Вести
 16.30 «Малахов». (16+)
 17.30 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 21.15 Вести. Местное время
 21.30 «ЭКИПАЖ». (6+)
 Россия, 2016 г. Острозащитный фильм. В ролях: Данила Козловский, Владимир Машков. История талантливого молодого лётчика Алексея Гушина. Он не признаёт авторитетов, действует в соответствии с личным кодексом чести. За невыполнение абсурдного приказа его выгоняют из военной авиации, но чудом он получает шанс летать на гражданских самолётах. Гушин начинает лётную жизнь с чистого листа.
- 00.15 «ЛЕГЕНДА №17». (6+)
 Россия, 2012 г. Спортивная драма. В ролях: Данила Козловский, Олег Меньшиков. 2 сентября 1972 года. Монреаль.
- 02.35 «КРАСАВЕЦ И ЧУДОВИЩЕ». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.30 13.20 15.05 04.25 «ПОЗЫВНОЙ «СТАЯ»-2». (16+)
 07.40 09.20 «УЗНИК ЗАМКА ИФ». (12+)
 09.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
 15.00 Военные новости. (16+)
 15.25 18.40 «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
 22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
 23.00 Музыка+. (12+)
 00.00 «ЛЪВИНАЯ ДОЛЯ». (16+)
 Россия, 2001 г. Боевик.
 01.55 «ЕСЛИ ВРАГ НЕ СДАЕТСЯ...» (12+)
 03.15 «Еж против свастики». (12+)
 04.00 «Перелом. Хроника Победы». (16+)

ТВЦ ТВЦ



18.10 «Петровка, 38». (16+)

- 06.00 «Настроение»
 08.15 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (12+)
 События
 11.30 «И СНОВА БУДЕТ ДЕНЬ». (12+)
 11.50 15.00 «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (12+)
 12.40 События
 14.30 Город новостей
 14.50 «Дорогие товарищи. Экстрасенсы для Политбюро». (12+)
 17.00 События
 17.50 «Петровка, 38». (16+)
 18.10 «СИНИЧКА-5». (16+)
 Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Глафира Тарханова, Сергей Губанов. Психолог Ульяна Синичина осваивает новые горизонты профессии - начинает работать с людьми с ретроградной амнезией. Благодаря своему авторскому методу диагностики Ульяна выясняет, кем были пациенты до потери памяти.
- 22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
 23.00 «Приют комедиантов». (12+)
 00.40 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
 02.25 «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)
 04.10 «Петровка, 38». (16+)
 04.20 «Закон и порядок». (16+)
 04.50 «Евгений Евстигнеев. Мужчины не плачут». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Коллеги». (12+)
 06.40 «СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 07.30 10.55 «Календарь»
 08.00 13.10 19.20 ОТражение
 10.00 13.00 15.00 19.00 Новости
 10.10 16.10 «Исследуя искусство». (16+)
 11.20 «МЕХАНИЧЕСКАЯ СЮИТА». (12+)
 15.10 «На приёме у главного врача». (12+)
 15.55 «Хроники общественного быта». (12+)
 17.00 «Вспомнить всё». (12+)
 17.30 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
 21.00 «Ч/Б». (16+)
 22.30 «Свет и тени». (12+)
 23.00 «ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА». (18+)
 00.40 «Хроники смутного времени». (16+)

НТВ НТВ



14.00 «Место встречи»

- 05.20 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ. ВОЗВРАЩЕНИЕ». (12+)
 08.00 «Сегодня»
 08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
 09.25 «Следствие вели...» (16+)
 10.00 «Сегодня»
 10.35 «Следствие вели...» (16+)
 11.00 «ЛЕСНИК. СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)
 Решением суда дочь Анны Зубовой остается с отцом, Петром Ховриным. Анна не может смириться с несправедливым решением судьи.
 13.00 «Сегодня»
 13.25 «Чрезвычайное происшествие»
 14.00 «Место встречи»
 16.00 «Сегодня»
 16.45 «ДНК». (16+)
 17.55 «Жди меня». (12+)
 19.00 «Сегодня»
 20.00 «БЕЗСОНОВЪ». (16+)
 Безсонова отправляют в отпуск. Он не хочет: при загадочных обстоятельствах найден труп неизвестного мужчины со шрамом на виске. Но начальство настаивает, чтобы Безсонов поправил свое здоровье. Безсонов уезжает в Сестрорецк.
 22.00 «ЧУЖАЯ СТАЯ». (16+)
 23.55 «Своя правда» с Романом Бабаином. (16+)
 01.35 «БОМБИЛА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
 06.55 11.10 12.25 12.55 13.55 14.10 15.25 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
 11.00 «Новости (каждый час)». (16+)
 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
 13.40 16.50 20.50 00.30 03.30 «The City». (12+)
 13.45 16.45 «Доктор 24». (12+)
 18.15 «Интервью». (12+)
 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
 19.30 22.25 02.30 «Личная территория». (12+)
 21.20 23.40 03.20 «Московский патруль». (16+)
 23.15 02.15 «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



08.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»

- 06.30 07.00 07.30 08.15 10.00 15.00 19.30 23.30
 Новости культуры
 06.35 «Пешком...»
 07.05 Легенды мирового кино
 07.35 «Веря. Возвращение к себе»
 08.20 «РОЖДЕННАЯ РЕВОЛЮЦИЕЙ»
 1948 год. Послевоенная Москва. Горе сваливается на Кондратьева - преступники убивают его жену Машу и её попутчика...
 10.20 Шедевры старого кино
 11.50 «Шаг в вечность». К 95-летию со дня рождения Левона Лазарева
 12.20 22.15 «МИХАЙЛО ЛОМОНОСОВ»
 13.35 Власть факта
 14.15 «Илья Мечников»
 15.05 Письма из провинции
 15.35 «Энигма»
 16.15 «Роман в камне»
 16.50 «Царская ложа»
 17.30 Мастера мировой концертной сцены. Юджа Ванг, Лоренцо Виотти
 19.00 «Константин Станиславский. После «Моей жизни в искусстве»
 19.45 Линия жизни
 20.40 01.30 «Искатели»
 21.25 «2 Верник 2»
 23.50 «БУМАЖНАЯ ЛУНА»
 02.20 «Фильм, фильм, фильм». «Прежде мы были птицами»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
 05.30 «Новости МО»
 07.30 «Новости 360 (каждый час)»
 07.35 «Интервью 360». (12+)
 08.05 11.05 11.40 «Быстрые деньги». (12+)
 08.25 «Личное дело». (12+)
 11.00 21.10 23.25 «ЧП 360»
 12.30 «Вкусно, как в кино»
 13.00 14.40 16.40 «Внимание! Еда!» (12+)
 14.10 23.30 «Атмосферная история». (12+)
 15.10 «Открытие Китая». (12+)
 16.10 00.30 «Поездка со вкусом». (12+)
 17.10 «Простая медицина». (12+)
 17.40 «Формула успеха». (12+)
 18.10 «Семь веков Сергея Радонежского». (12+)
 20.10 «Невероятная наука»

СТС СТС



08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Лунтик». (0+)
 08.00 «ЖЕНА ОЛИГАРХА». (16+)
 09.00 «100 мест, где поесть». (16+)
 10.00 «ЗАВТРАК У ПАПЫ». (12+)
 Россия, 2015 г. Комедия. В ролях: Юрий Колокольников, Катерина Шпица. В жизни Александра Титова, на первый взгляд, всё сложилось как нельзя лучше: он успешный креативный директор рекламного агентства и полностью удовлетворен ни к чему не обязывающими отношениями с коллегой Оксаной Тарелкиной.
 11.50 Уральские пельмени. (16+)
 13.40 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
 21.00 «ПРАВИЛА СЪЕМА. МЕТОД ХИТЧА». (12+)
 США, 2005 г. Романтическая комедия. В ролях: Уилл Смит, Ева Мендес, Кевин Джеймс. Легендарный нью-йоркский доктор Алекс Хитченс многим мужчинам помог добиться взаимности от женщин их мечты.
 23.20 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
 01.00 «УМНИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ». (16+)
 02.55 «6 кадров». (16+)
 05.10 «Мультфильмы». (0+)
 05.50 Ералаш. (0+)
- 06.15 08.05 09.45 11.15 15.30 19.50 23.15 00.55 03.50 04.15 Мой район. (12+)
 06.55 10.25 «Тайны кино». (12+)
 07.40 «Это было смешно». (12+)
 08.15 15.40 «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (6+)
 10.00 «Тайны нашей эстрады». (12+)
 11.25 «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (12+)
 13.55 «ЛАРЕЦ МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)
 17.15 Звезды советского экрана. (12+)
 17.45 «ЗЛО ПОД СОЛНЦЕМ». (16+)
 20.00 «ЛОВУШКА». (16+)
 23.25 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+)
 01.05 «Золотая рыбка». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
20.00 «БЛАДШОТ». (16+)	01.40 «Импровизация». (16+)	12.20 Мистические истории. (16+)	14.00 Решала. (16+)	19.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ.		13.05 «Порча». (16+)
05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России». (16+)	06.00 Святочные гадания. (16+)	06.00 Улётное видео. (16+)	06.00, 12.15 «Есть тема!» (16+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)
06.00 «С бодрым утром!» (16+)	09.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	06.15 «Мультфильмы». (0+)	06.15 Идеальный ужин. (16+)	07.00, 09.45, 13.25, 14.20, 15.25, 19.00, 21.55, 03.30 Новости	08.40 Давай разведёмся! (16+)	08.40 Давай разведёмся! (16+)
08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	13.30 «ХБ». (16+)	09.15 Святочные гадания. (16+)	07.00 Утилизатор. (12+)	07.05, 14.25, 19.05, 22.00, 00.30 Все на Матч!	09.40 Тест на отцовство. (16+)	09.40 Тест на отцовство. (16+)
09.00 «Документальный проект». (16+)	20.00 «Однажды в России». (16+)	09.30 «Слепая». (16+)	10.00 «+100500». (16+)	09.50, 13.30, 01.10 Специальный репортаж. (12+)	11.50 «Понять. Простить». (16+)	11.50 «Понять. Простить». (16+)
11.00 «Как устроен мир с Баженовым». (16+)	21.00 «Комеди Клуб». (16+)	11.15 Знаки судьбы. (16+)	11.30 Улётное видео. (16+)	10.10 Что по спорту? (12+)	13.05 «Порча». (16+)	13.05 «Порча». (16+)
12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)	23.00 «Stand up». (16+)	12.20 Мистические истории. (16+)	14.00 Решала. (16+)	10.40 Биатлон. Парг Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Пр. тр.	13.35 «Знахарка». (16+)	13.35 «Знахарка». (16+)
13.00 «Загадки человечества». (16+)	00.00 «ЯЙЦО ФАБЕРЖЕ». (16+)	13.30 Гадалка. (16+)	14.00 Решала. (16+)	13.50 «Лица страны». (12+)	14.10 «Верну любимого». (16+)	14.10 «Верну любимого». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	Россия, 2021. Комедия. В ролях: Николай Наумов, Максим Лагашкин, Юрий Стоянов.	14.30 Вернувшиеся. (16+)	Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведет свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги и восстановить справедливость.	15.30 Смешанные единоборства. One FC. Пр. тр.	14.40 «ХРУСТАЛЬНАЯ МЕЧТА». (16+)	14.40 «ХРУСТАЛЬНАЯ МЕЧТА». (16+)
15.00 «Засекреченные списки». (16+)	В детстве все хотят - «когда вырастут» - статья звездами или чемпионами мира, генералами или моделями, богатыми бездельниками или простыми космонавтами.	15.40 Гадалка. (16+)	23.00 Опасные связи. (18+)	17.30 Матч! Парад. (16+)	19.00 «КАРТА ПАМЯТИ». (16+)	19.00 «КАРТА ПАМЯТИ». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	01.40 «Импровизация». (16+)	17.20 «Слепая». (16+)	Сотни людей становятся жертвами измен. Многие из них живут в неведении и обмане годами. Более того, в этой ситуации может оказаться любой - от подобного обмана не застрахован никто! Поэтому на телеканале «Че!» появилась программа о защите честных отношений. Ее ведущие помогают заявителям разоблачить обманщиков.	18.00 «Ты в бане!» (12+)	23.10 «Порча». (16+)	23.10 «Порча». (16+)
20.00 «БЛАДШОТ». (16+)	03.10 «Comedy Баттл». (16+)	19.30 «ХРОНИКИ РИДДИКА. ЧЁРНАЯ ДЫРА». (16+)	02.45 Улётное видео. (16+)	18.30 География спорта. (12+)	23.45 «Знахарка». (16+)	23.45 «Знахарка». (16+)
22.00 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)	04.40 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)	21.45 «ПОТРОШИТЕЛИ». (16+)	05.50 Утилизатор. (12+)	19.55 Баскетбол. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. Пр. тр.	00.15 «Верну любимого». (16+)	00.15 «Верну любимого». (16+)
00.10 «ВИКИНГИ ПРОТИВ ПРИШЕЛЬЦЕВ». (16+)	06.15 «Однажды в России». (16+)	00.00 «ЛОВЕЦ СНОВ». (16+)		22.25 Футбол. «Лейпциг» - «Бавария». Пр. тр.	00.45 «Понять. Простить». (16+)	00.45 «Понять. Простить». (16+)
02.10 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-2: ГЕРОИ ФЕДЕРАЦИИ». (16+)		02.15 «ЖЕНА АСТРОНАВТА». (16+)		01.30 Мини-футбол. (0+)	01.45 Тест на отцовство. (16+)	01.45 Тест на отцовство. (16+)
03.30 «ЗВЕЗДНЫЙ ДЕСАНТ-3: МАРОДЁР». (16+)		04.00 «Городские легенды». (16+)		03.35 Биатлон. (0+)	03.25 Давай разведёмся! (16+)	03.25 Давай разведёмся! (16+)
		05.45 «Мультфильмы». (0+)			04.15 По делам несовершеннолетних. (16+)	04.15 По делам несовершеннолетних. (16+)
					05.05 «6 кадров». (16+)	05.05 «6 кадров». (16+)
					05.15 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)	05.15 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Неделя Овнов будет располагать к интересным знакомствам, изобилуя захватывающими событиями и радовать плодотворным сотрудничеством. В череду приятностей могут вмешаться неожиданные события, но вам по плечу все расставить по своим местам.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Львам часть важных дел придется начать с чистого листа, причем рассчитывая только на себя. Но, кажется, вы будете только рады этому. Придется принять ряд деловых решений, которые повлияют на ваши профессиональные успехи.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Впереди у Стрельцов много работы. Будьте терпеливы и объективны по отношению к себе, тогда вы сможете исправить ошибки и огрехи, тормозящие ваше продвижение вперед. И перестаньте по пустякам придирайтесь к близким людям.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
В жизни Водолеев наступит благодатное время для реализации личных планов. К тому же звезды могут подкинуть шанс для профессионального роста. Будьте инициативны. Да, отдохнуть вряд ли удастся и в выходные, но зато удача будет крутить хвостом перед вами.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Не постеснявшись воспользоваться деловыми связями и полезными знакомствами, Тельцы значительно ускорят реализацию намеченных планов. Время прекрасно подходит для обучения, получения новых знаний. А вот выходные стоит провести в кругу семьи.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Девы будут весь период жадно впитывать новые знания, ловить важные для себя инсайты, делать одухотворяющие открытия. Многие из вновь открытого способно будет поменять и вашу жизнь, заставит по-новому взглянуть на некоторые свои принципы.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
У Близнецов будут спориться любые дела на предстоящей неделе. Вы отдохнули, это весьма позитивно повлияет и на отношение к жизни, и на работоспособность. Потихонечку будет меняться ваше окружение, что пойдет на пользу профессиональным успехам и личной жизни.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам очень пригодится их умение очаровывать людей. Включайте обаяние на полную мощь, оно откроет перед вами немало нужных дверей. Даже промахи на работе останутся без последствий, вас подстрахуют, причем с радостью.

РАК (22.06 – 22.07)
Звезды обещают Ракам чрезвычайно активное времечко. Постаравшись, можно многое успеть сделать, а при удачном стечении обстоятельств – неплохо продвинуться по служебной лестнице, особенно если вы трудитесь в сфере медицины или искусства.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
Решительность и упорство помогут Скорпионам преодолеть те трудности, что может подкинуть им судьба на грядущей неделе. Вы сможете многое изменить к лучшему, если проявите самые хорошие свои качества. И звезды советуют прислушиваться к мнению любимого.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Мудрость и рассудительность Козерогов сослужат представителям знака отличную службу. Не тяните на себя одеяло на работе. Зачем, когда все сложное можно кому-то делегировать и при этом только выиграть? Сосредоточьтесь лучше на отношениях с близкими людьми.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
В предстоящий период Рыбам придется столкнуться с новыми жизнетверждающими находками. Не стройте больших планов. Двигайтесь вперед, но соразмеряйте свои силы. Не отказывайтесь от помощи, слушайте советы мудрых и... принимайте собственные важные решения.

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И БОЛИ ПРИ МОЧЕИСПУСКАНИИ? ВЫХОД ЕСТЬ!

до 31 января ПЕНСИОНЕРАМ -25%

UROSTIMOL

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**

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

- 06.35 Мультфильмы. (6+)
07.10 «Летучий корабль». Мультфильм. (0+)
07.35 «ОБЫКНОВЕННОЕ ЧУДО». (12+)
10.10 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!». (12+)
11.50 «ПОКРОВСКИЕ ВОРОТА». (12+)
14.25 «МИМИНО». (12+)
16.05 «ОПЕРАЦИЯ «Ы» И ДРУГИЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
17.50 «КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
19.15 «РОДНЯ». (12+)
21.00 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
23.45 «ДВЕНАДЦАТЬ СТУЛБЕВ». (12+)
02.25 «ОДИНОКОМУ ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)
03.50 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (16+)

TV1000

- 05.30 «Роботы-поезда. Теневая энергия». Мультсериал. (6+)
06.20 «Тру и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
06.40 «Говорящий Том и друзья». Мультсериал. (6+)
07.35 «Буба». Мультсериал. (6+)
08.45 «ТУТСИ». (16+)
10.55 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ!». (16+)
13.10 «МАТИЛЬДА». (6+)
14.55 «ФОРРЕСТ ГАМП». (12+)
17.25, 18.10 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБИ». (16+)
19.00 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
20.45 «СВЯТОША». (6+)
22.50 «КАК УХРАСТЬ НЕБОСКРЕБ». (12+)
00.40 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!». (16+)
02.25 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.». (16+)
04.10 «СТРАШНО КРАСИВ». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

- 05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.30 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
07.35 «Три кота». Мультсериал. (6+)
08.35 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!». (16+)
10.15 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ!». (16+)
12.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)
13.45 «ПРИЗРАК». (6+)
15.40 «ПАРЕНЬ С НАШЕГО КЛАДБИЩА». (12+)
17.10, 18.05 «ЗА ЧАС ДО РАСВЕТА». (16+)
19.00 «АДМИРАЛТ». (16+)
21.10 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (12+)
Россия, 2018 г. В ролях: Алексей Смирнов, Евгений Харитонов, Филипп Гуревич
23.10 «НАХИМОВЦЫ». (12+)
00.40 «НЕБО». (12+)
02.45 «ЛЁТЧИК». (12+)

ДОМ КИНО

- 06.40 «Про Федота-стрельца, удалого молодца». Мультфильм. (12+)
08.00 «Пиноккио. Правдивая история». Мультфильм. (6+)
09.40 «Конь Юлий и большие скачки». Мультфильм. (6+)
11.00 «Три богатыря и принцесса Египта». Мультфильм. (6+)
12.20 «Три богатыря на дальних берегах». Мультфильм. (6+)
13.35 «Три богатыря и конь на троне». Мультфильм. (6+)
15.15 «Три богатыря и наследница престола». Мультфильм. (6+)
16.50 «СВАТЫ». (16+)
23.30 «БАЛАБОЛ-5». (16+)
03.05 «ALL INCLUSIVE, ИЛИ ВСЁ ВКЛЮЧЕНО!». (16+)
04.40 «ВСЁ ВКЛЮЧЕНО-2». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

- 01.20 «РОМОВЫЙ ДНЕВНИК». (16+)
03.15 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
05.05 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
06.50 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)
08.35 «КРОВЬ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
10.40 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
12.15 «УДИВИТЕЛЬНАЯ МИССИС МЭЙ». (16+)
13.55 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
15.30 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
17.15 «ДОВЕРИЕ». (16+)
18.40 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)
20.30 «УЖЕ СКУЧАЮ ПО ТЕБЕ». (16+)
Комедия, драма, мелодрама, Великобритания, 2015 г.
22.20 «ХОТЕЛ БЫ Я БЫТЬ ЗДЕСЬ». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

- 06.20 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
08.05 «НЕАДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ-2». (16+)
10.15 «ТОЛЬКО НЕ СЕЙЧАС». (16+)
11.50 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
13.55 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
15.35 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
17.10 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
19.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ!». (16+)
21.00 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
22.40 «МАТЧ». (16+)
00.45 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧА ЛЕТ НАЗАД». (16+)
02.30 «ЛЮБОВЬ С АКЦЕНТОМ». (16+)
04.15 «ТОЛЬКО НЕ СЕЙЧАС». (16+)
05.35 «ЛАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

- 01.00 «ПОДАЛШЕ ОТ ТЕБЯ». (16+)
03.35 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)
05.20 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
06.55 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
08.30 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
10.15 «ЗНАКОМСТВО С ФАКЕРАМИ-2». (16+)
12.00 «МОШЕННИКИ». (16+)
13.50 «МИЛЛИАРД». (12+)
15.45 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
Комедия, Россия, 2021 г.
17.35 «КОНВОИРЫ». (16+)
19.30 «ПЛАН Б». (16+)
21.25 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (12+)
23.35 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)

РОДНОЕ КИНО

- 00.10 «КАЛАЧИ». (16+)
01.45 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
03.35 «ПЕЧКИ-ЛАВЧКИ». (6+)
05.30 «ВОР». (16+)
07.25 «ВОЛКОДАВ». (16+)
09.20 «СЫН ЗА ОТЦА». (0+)
11.00, 12.15 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+)
13.30 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
15.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СРЕЛОК». (16+)
16.50 «ВЫСОТА 89». (12+)
Боевик, военная драма, история, Россия, Беларусь, 2004 г.
19.00 «24 ЧАСА». (16+)
Драма, криминал, Россия, 2000 г.
20.30, 21.50 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)
23.10 «СТАРШИЙ СЫН». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

- 06.50 «РАСПЛАТА ЗА СЧАСТЬЕ». (12+)
10.30 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЬ». (12+)
13.50 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (12+)
15.30 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ВЕДЬМИНЫ КУКЛЫ». (16+)
17.05 «ПЕТЕРБУРГ. ЛЮБОВЬ ДО ВОСТРЕБОВАНИЯ». (12+)
2018 г. В ролях: Юлия Пересильд, Александр Устюгов, Сергей Перегудов
21.00 «ХИРУРГИЯ. ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)
2016 г. В ролях: Ольга Гришина, Константин Самоуков, Дмитрий Пчела
00.40 «НОЧЬ ЗАКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ». (16+)
02.15 «ЯБЛОНЕВЫЙ САД». (12+)
05.00 «ПОСЛЕДНИЙ ХОД КОРОЛЕВЬ». (12+)

CINEMA

- 06.35 «ШУЛЕРА». (16+)
08.40 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)
10.20 «ШЕСТОЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
11.55 «ЧЕТЫРЕ КОМНАТЫ». (18+)
13.40 «ТРАССА 60». (18+)
15.40 «ИЗГОЙ». (16+)
18.05 «ВРЕМЯ». (16+)
20.00 «ШОУ ТРУМАНА». (16+)
США, 1998 г. В ролях: Джим Керри, Лора Линни, Ноа Эммерих, Наташа МакЭлхонн
21.45 «ПРЕВОХОДСТВО». (16+)
23.45 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
01.40 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ!». (16+)
03.25 «ЛЮБОВЬ НЕ ПО РАЗМЕРУ». (16+)
04.55 «АНГЛИЙСКИЙ ПАЦИЕНТ». (16+)

red .RED

- 06.00, 09.10, 18.10 Проект Подиум. (16+)
06.45, 13.20, 19.00 Правила моей кухни. (16+)
07.45, 08.30 «КАРТЕР». (16+)
10.00, 10.50, 11.40, 12.30 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
14.20 «ЖЕНЮШ НА ПЕРВОЙ ВСТРЕЧНОЙ». (16+)
16.00 «АНОНИМ». (16+)
20.00, 03.30 «РАЗРЫСОВАННАЯ ВУАЛЬ». (16+)
США, Канада, Китай, 2006 г. В ролях: Наоми Уоттс, Эдвард Нортон, Лив Шрайбер, Дайана Ригг, Тоби Джонс
22.10 «БАНДИТКИ». (16+)
Франция, Мексика, США, 2006 г.
23.50 «ВИДИМОСТЬ ГНЕВА». (16+)
01.55 «АЙРИС». (16+)
05.35 Голливуд за кадром. (16+)

РЕТРО

- 06.00, 17.35, 02.10 «ПРО ДРАКОНА НА БАЛКОНЕ, ПРО РЕБЯТ И САМОКАТ». (12+)
07.05 «ПОД ЗНАКОМ КОЗЕРОГА». (16+)
09.10 «ДЕНЬ, КОГДА ИСПОЛНЯЕТСЯ 30 ЛЕТ». (16+)
10.40, 23.05 «МИРОВОЙ ПАРЕНЬ». (12+)
12.10, 00.25 «ЧАСЫ ОСТАНОВИЛИСЬ В ПОЛНОЧЬ». (12+)
14.00, 21.45 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ». (12+)
15.20 Больше, чем тренер. (12+)
16.15 «КОНЦЕРТ БЕТХОВЕНА». (12+)
18.45 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (12+)
20.10 «СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ АГЕНТ». (16+)
03.10 «ЛЕДИ И РАЗБОЙНИК». (12+)
04.45 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!

- 05.00 «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00, 16.50, 17.40, 18.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ» (субтитры). (16+)
19.20, 20.00, 21.00, 21.40, 22.30 «СВЕРХЕСТЕСТВЕННОЕ» (субтитры). (16+)
23.20 Суббота News 2023. (16+)
23.30 Богиня шопинга. (16+)
00.30 КРАШ. (18+)
01.10, 01.50 «Хочу и буду!» Психологический стендап Михаила Лабковского. (16+)
02.20 Барышня-крестьянка. (16+)
03.10 «Смешарики». «Малышарики. Умные песенки», «Маша и Медведь», «Маша и Медведь. Машины Песенки». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

- 08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
Сериал. Детективная мелодрама, Украина, 2005 г. В ролях: Ирина Пегова, Сергей Чонишвили, Евгения Дмитриева, Иван Оганесян
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

СТС LOVE

- 06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
08.00 «НЕ РОДИСЬ КРАСИВОЙ». (12+)
10.00, 11.00, 18.00, 03.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ». (0+)
16.10 «ВОРОНИНЫ». (16+)
22.00 «МОЛОДЕЖКА». (16+)
00.40 Даешь молодежь! (16+)
02.00 «РАНЕТИКИ». (16+)
Стас соблазняет Лепедевой и Зеленовой, что «Ранетки» снова в полном составе. Рассказов советует Каримовой не упускать свою любовь. Жданов просит деда Лены больше не беспокоить Гушину.
04.20 «Фиксики». Мультсериал. (0+)
04.55 «Царевны». Мультсериал. (0+)
05.55 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

- 10.00, 18.00, 02.00 «НАУЧИ МЕНЯ ЖИТЬ». (16+)
3 серия. Сериал. Детектив, Россия, 2016 г.
11.00, 19.00, 03.00 «ОТЧАЯННЫЙ ХОД». (18+)
Историческая военная драма, США, 2018 г.
13.00, 21.00, 05.00 «КОМИССАР МЕРЭ». (12+)
15 серия. Сериал. Криминальная драма, детектив, Франция, 1991 г.
14.30, 22.30, 06.30 «В КЕЙП-ТАУНСКОМ ПОРТУ». (16+)
Драма, Россия, 2019 г. В ролях: Евгений Ткачук, Владимир Стеклов, Александр Робаек, Юрий Кузнецов
16.20, 00.20, 08.20 «МЕЙНСТРИМ». (18+)
Драма, комедия, США, 2020 г. В ролях: Эндрю Гарфилд, Майя Нойк, Нат Вулф

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

- 05.00 «РАЗВОД». (16+)
06.10 Мультфильмы. (6+)
08.00 «КУЛИНАР». (16+)
10.00 Новости
10.10 В гостях у цифры. (12+)
10.20 «КУЛИНАР». (16+)
13.00 Новости
13.15 Дела судебные. Деньги верните! (16+)
14.05 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
15.15, 17.55 Дела судебные. Новые истории. (16+)
16.00 Новости
16.15 Дела судебные. Битва за будущее. (16+)
17.05 Мировое соглашение. (16+)
18.30 Новости
18.50 Слабое звено. (12+)
19.40 «КУРЬЕР». (0+)
21.25 «ИНТЕРДЕВОЧКА». (16+)
00.05 «САЛОН КРАСОТЫ». (12+)
01.30 Наше кино. История большой любви. (12+)
02.10 «БЛИЗНЕЦЫ». (0+)
03.30 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА

- 05.40 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «КАЛАШНИКОВ». (16+)
08.30 «НЕМЕЦ». (16+)
14.20 «СМЕРШ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)
Шпионский боевик о противостоянии секретной разведслужбы СССР и Третьего Рейха в годы Великой Отечественной войны. В центре сюжета - судьба сотрудника НКВД Георгия Волкова, который ведёт ожесточённую борьбу со своим замкнутым врагом - майором Абвера Конрадом фон Бютцовом. История начинается 21 июня 1941 года. Волков везёт в Советский Союз партизанскую группу по торговому договору между СССР и Германией, а также секретные документы, ценность которых выше любых камней. Начинается война. Поезд, в котором едет Волков, захватывают немцы...

ПЯТНИЦА

- 05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер. Приволжье (субтитры). (16+)
06.40 Кондитер. Уральский федеральный округ. (16+)
07.50, 08.50, 09.50, 11.00 На ножах (субтитры). (16+)
12.00 Битва шефов-2 (субтитры). (16+)
14.10 Битва шефов (субтитры). (16+)
16.20, 18.30 Битва шефов-2 (субтитры). (16+)
21.00 «300 СПАРТАНЦЕВ». (16+)
США, 2007 г. В ролях: Джерард Батлер, Майкл Фасбендер, Винсент Риган, Дэвид Уэнэм, Лина Хиди
23.00 «300 СПАРТАНЦЕВ: РАСЦВЕТ ИМПЕРИИ». (16+)
США, 2014 г.
00.40 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ». (16+)
США, 1992 г.
02.30 Пятница News. (16+)
02.50, 03.30 «ДРЕВНИЕ». (18+)
04.10 Пятница News. (16+)
04.30 Зов крови-2. Серафим Легков. (16+)

Ю

- 05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.05 Папа попал. (16+)
11.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
13.00 Моя свекровь - монстр. (16+)
16.00 Обмен женами. (16+)
Уникальный проект о семейных ценностях, в котором хранительница семейного домашнего очага предстоит на 7 дней пережить жизнь в чужую семью, стать жёной для чужих мужей и мамами для чужих детей.
19.00 «НЕВЕРНЫЙ». (16+)
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Я стесняюсь своего тела. (16+)
01.55 Измены (субтитры). (18+)
Ирина Минеева и Татьяна Виноградова объявляют изменам войну. Проведут расследования и помогут узнать правду. А что делать дальше - решать тебе!
03.35 Моя свекровь - монстр. (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

- 00.00 Час истины. (12+)
01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)
01.30, 05.50 Монастырские стены. (6+)
01.55, 04.40, 16.10 Историкограф. (12+)
02.40 Иностранцы в России. (6+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20, 06.15 Историада. (12+)
04.10, 07.10 Книжные аллеи. (12+)
07.45, 13.20, 16.55 История одной фотографии. (6+)
08.00 Крымская победа Василия Долгурова. (12+)
08.50 Морской узел. (12+)
09.15, 13.35 Карл V. Пути императора. (16+)
09.50, 19.45 Обыкновенная история. (6+)
10.00 Сыны России. (12+)
10.30, 11.10 Леонардо да Винчи. Атлантический кодекс. (12+)
11.55 Ступени Победы. (12+)
12.35 Самое главное в жизни. (12+)
14.15 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+)
15.10 Исторические города Британии. (12+)
16.00 История образования в России. (12+)
17.05 Жил-был Дом. (6+)
17.35 Семь дней истории. (12+)
17.45 Прощай, немытая Россия. (12+)
18.25 Забытый полководец. (12+)
18.55 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
20.00, 20.45, 21.30, 22.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
23.15 Карл Булла - Первый. (12+)

VIASAT HISTORY

- 06.00, 06.50 Война в Корею. (12+)
07.45, 08.35 Музейные тайны. (12+)
09.20 Вечные Помпеи. (6+)
10.20 Помпеи: после извержения. (12+)
11.35, 12.25 5000 лет истории Нила. (12+)
13.15 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
14.05 Запретная история: Салемская охота на ведьм. (12+)
14.55 Последний поход викингов: Хорошая земля. (12+)
15.50 Последний поход викингов: Последняя битва викингов. (12+)
16.45, 17.45 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
18.40, 19.35 Тайны иероглифов. (12+)
20.30 Запретная история: Тайная жизнь Моисея. (12+)
21.20 Запретная история: Секреты Библии Дьявола. (16+)
22.15 Война во Вьетнаме: Вьетнам и война. (12+)
23.05 Война во Вьетнаме: Телевизионная война. (12+)
23.55 Последний поход викингов: Хорошая земля. (12+)
00.50 Последний поход викингов. (12+)
01.45 Вечные Помпеи. (6+)
02.40 Помпеи: после извержения. (12+)
03.45, 04.30 Запретная история. (12+)
05.10 Империя с Майклом Портилло: Северная Америка. (12+)

ДОКТОР

- 06.00, 12.10, 18.15, 23.45 О самом главном. Почему сканет давление? (12+)
06.50 Медицинский квест. Запоры. (12+)
07.40, 23.15, 04.10 Это лечится. (12+)
08.10, 14.00, 01.10 Я, человек. (12+)
09.00 О самом главном. Рак шейки матки. (12+)
09.55, 10.25 Большой скачок. (12+)
10.50 На приёме у косметолога. (12+)
11.20, 17.25 Шифры нашего тела. (12+)
13.05 На приёме у психолога. (12+)
13.30 Психология. Психосоматика. (12+)
14.45, 00.40 Скажите, доктор! (12+)
15.15, 01.50, 02.20 10 решений доктора Карташёвой. (12+)
15.40 О самом главном. Профилактика онкологических заболеваний. (12+)
16.40 Тайны мозга. Фильм 1. (12+)
19.10, 05.05 10 решений доктора Карташёвой. Реконструкция молочной железы. (12+)
19.40, 05.30 10 решений доктора Карташёвой. Тубулярность. (12+)
20.05, 02.45 На приёме у доктора Куцева. О чём расскажем наши жены. (12+)
20.30, 03.40 Это лечится. Щитовидная железа. (12+)
21.00 О самом главном. Последствия недолеченных зубов. (12+)
21.55 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)
22.45, 03.15 На приёме у Кирилла Лыско. Как продлить молодость. (12+)
04.40 Метод исследования. (12+)

УСАДЬБА

- 06.00, 14.50 Дачные радости с Мариной Рыкаловой. (12+)
06.30 ЗаСАДА. (12+)
06.55 Мультиварка. (12+)
07.10 Как поживаете? (12+)
07.40 Огород круглый год. (12+)
08.10 Органическое земледелие. (0+)
08.40 Календарь дачника. (12+)
08.55, 21.40 Декоративный огород. (12+)
09.25 Муж на час. (12+)
09.55 Чужеземцы. (12+)
10.15 Сад с нуля. (12+)
10.50 Домашняя косметика! (12+)
11.05 Пустите строителей в дом. (12+)
11.50 Дачные радости. (12+)
12.25 В погоне за прибылью. (16+)
13.15 Искатели приключений. (12+)
13.45 Дачные хитрости. (12+)
14.00 ЛучкииПучки. (12+)
14.20, 20.35, 02.30 Стройплощадка. (12+)
15.25 Огород с Блокиным-Мечталиным. (12+)
15.55 Бани - женского рода. (12+)
16.10, 22.10 Дачных дел мастер. (12+)
16.40, 22.40 Мастер-садовод. (12+)
16.55, 22.55 Кухня народов СССР. (12+)
17.10, 23.15 Красивая выпечка с Джульет. (12+)
18.00, 00.00 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
18.30, 00.30 Идеальный сад. (12+)
19.00, 01.00 Букет на обед. (12+)
19.15, 01.15 Народные умельцы. (12+)
19.45, 01.45 Деревья года. (12+)
21.10 История усадеб. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

- 08.45 Зимняя рыбалка в Приволжье. (12+)
09.00 Рыбалка 360. (6+)
09.30 Две на одного. Оружие. (16+)
09.45 Две на одного. Снаряжение. (16+)
10.00 Россия заповедная. (16+)
10.30 Кто? Куда? Зачем? (16+)
10.45 Популярная охота. (16+)
11.00 Делай как я. (16+)
11.15 Коды охотника. (16+)
11.35, 19.30, 23.30 На зарубежных водоемах. (16+)
12.00, 20.00, 00.00 Такая жизнь - охота с Сергеем Бешенцевым. (16+)
12.30 Донка против фидера. (16+)
13.00 Ледовые тропы рыбалки. (16+)
13.30 Егерский кордон. (16+)
14.00 Весенняя рыбалка. (16+)
14.30 Андрей Старков и его команда. (16+)
15.00 О главном. (12+)
15.30 Мир рыболова. (12+)
16.00 Мир охотника. (12+)
16.30 Битва профессионалов. (16+)
17.00 Охота в Приволжье. (16+)
17.30 Подводная жизнь дельты Волги. (16+)
18.00 Рыбалка в России. (16+)
18.30 Крылатые охотники. (16+)
18.45 Красивая Россия. (12+)
19.00 Подфестивалим! (16+)
20.30 Поехали на рыбалку! (12+)
21.00 Территория льда. (16+)
21.30 Практическая школа нахлыста. (12+)
22.00 Рыбалка сегодня XL. (16+)
22.30 Зов предков. (16+)
23.00 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)

ЖИВИ!

- 04.00, 17.00, 22.30 Фитнес-бикини 2.0. (12+)
04.30, 17.30, 23.00 Shuffle Dance. (12+)
04.45 Блогеры: инструкция по применению. (16+)
05.00, 18.00 Кроссфит 2.0. (12+)
05.30, 18.30 Пилатес изнутри. (6+)
06.00 Street Fight. (12+)
06.30, 22.15 Экспресс-йога. (12+)
07.00, 10.00, 13.00 «Утренний заряд» с Димой Брагиним. (12+)
07.45, 10.45, 14.00 Здоровые завтраки. (12+)
08.00, 11.00, 14.30 Йога. Женские практики. (12+)
08.30, 11.30, 15.00, 01.00 «Дыши и худей» с Мариной Корпан. (12+)
Забудьте о диетах и изнуряющих тренировках. Все, что нужно для стройности - это 15 минут дыхательной гимнастики с главным тренером страны по бодифлекс и оксисайз Мариной Корпан.
08.45 Фитнес с резинками. (12+)
09.00, 12.00, 16.00 «Скульптурное лицо» с Викторией Цепляевой. (12+)
09.30, 12.30, 16.30 Здоровая спина 2.0. (12+)
11.45, 21.00, 00.30 Антицеллюлитная гимнастика с Еленой Каркукли. (12+)
17.45 Здоровые обеды. (12+)
19.30 Табата-лайт. (12+)
20.00, 01.30 Шпагат. (12+)
20.30, 23.30 Здоровые ужины. (12+)
22.00, 02.00 Уроки чувственности. (16+)

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Волейбол. Чемпионат России. Парг Суперлига. Мужчины. (0+)

07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости

07.55 Человек из футбола. Сергей Карасёв. (0+)

08.20 Большая вода. (12+)

08.35 Флагман русского хоккея. Специальный репортаж. (12+)

08.55 Ольга Корбут. 40 лет спустя. Документальный фильм. (6+)

09.20, 00.00, 03.55 Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)

09.35 Что по спорту? Махачкала. (12+)

10.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. МБА (Москва) - «Пари НН» (Нижегород). (0+)

11.55 Страна спортивная. Русская игра с мячом. (12+)

12.10 География спорта. Крым. (12+)

12.35 бхб. Волейбольное обозрение. (0+)

13.05 Волейбол. Чемпионат России. Парг Суперлига. Мужчины. «Факел» (Новый Уренгой) - АСК (Нижегород). (0+)

14.55 Тот самый бой. Денис Лебедев. (12+)

15.25, 22.35 Страна смотрит спорт. (12+)

16.00 Золото Павла Кулижникова. Специальный обзор. (12+)

16.55 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). Прямая трансляция

18.55 Биатлон. Парг Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (0+)

20.30 Художественная гимнастика. Международный турнир. Трансляция из Москвы. (0+)

23.00 Есть тема! (16+)

00.15, 02.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)

04.10 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00 Муз'итив. (16+)

06.00 Каждое утро. (16+)

06.40 PRO-новости. (16+)

Мы знаем о звездах всё!

07.00 Тееп чарт. (16+)

07.25 Каждое утро. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Русский чарт. (16+)

10.00 На чьи гуляем, господа? Звездные тусы. (16+)

11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)

12.00 Top-15 Like FM. (16+)

13.00 10 самых (16+)

13.30 Лига свежих клипов. (16+)

14.00 Яндекс.Музыка чарт. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Ждите ответа. (16+)

17.00 Хиты по-русски. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

18.20 Плейлист. Зима. (16+)

19.00 День рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 25 лет в эфире. Лучшее. (16+)

21.10 PRO-новости. (16+)

21.30 Танцпол. (16+)

23.30 DFM - Dance chart. (16+)

00.30 Танцпол. (16+)

01.00 Муз'итив. (16+)

03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.30, 14.30 «Смешарики». (0+)

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

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

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

09.00 «Турбозавры». (0+)

09.20, 18.30 «Простоквашино». (0+)

09.50 «Морики Дорики». (0+)

10.00, 22.00 «Фиксики». (0+)

10.30, 20.00 «Лунтик». (0+)

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

11.30, 19.35 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

14.00, 17.20 «Фиксики. Новенькие». (0+)

15.00 «Тобот. Детективы Галактики. Тайна Свега». (0+)

15.25 «Чуч-Мяуч». (0+)

17.00 «Винни-Пух и день забот». (0+)

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

18.00 «ДиноСити». (0+)

19.00 «Сказочный патруль». (0+)

20.55 «Машины сказки». (0+)

21.30 «Ник-изобретатель». (0+)

22.30 «Смешарики. Пин-код». (0+)

05.00 «Мир за минутку». (0+)

05.05 «Зебра в клеточку». (0+)

06.00 «Элла, Оскар и Шу». (0+)

07.00 «Жужжалка». (0+)

07.05 «Три кота». (0+)

09.00 «Медвежонок Помпон». (0+)

10.00 «ТриО!» (0+)

10.20 «Фиксики». (0+)

12.20, 00.10 «Турбозавры». (0+)

14.00 «Царевны». (0+)

15.50 «Спроси у ТриО!» (0+)

15.55 «Мой музей». (0+)

16.00 «Динозавры». (0+)

16.05, 00.05 «Зелёный проект». (0+)

16.10 «Три кота». (0+)

18.30 «Отель у овец». (0+)

19.00 «Фиксики». (0+)

21.00 «Ангел Бэби». (0+)

22.50 «Мир за минутку». (0+)

22.55 «Зебра в клеточку». (0+)

23.50 «Спроси у ТриО!» (0+)

23.55 «Мой музей». (0+)

00.00 «Динозавры». (0+)

01.50 «Студия Каляки-Маялки». (0+)

02.10 «Смешарики». (0+)

04.30 «Приключения Ам Няма». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 13.05, 18.00, 01.05 «Фиксики». (6+)

06.25, 12.00, 18.25, 00.00 «Роботы-поезда». (6+)

07.05, 12.35, 19.05, 00.40 «Смешарики». (6+)

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

07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Октонавты». (0+)

08.30, 16.00, 20.30 «Гормити». (6+)

09.10, 16.40, 21.10 «Консуни». (6+)

09.30, 17.00, 21.30 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

10.00, 17.30 «Чуч-Мяуч». (0+)

10.30, 22.30 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (12+)

11.45, 23.45 «Енотки». (0+)

14.30, 02.30 «Иван Царевич и Серый Волк-4». (12+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

22.20 «Богатырята». (12+)

05.00 «Буба». (0+)

07.00 «Ералаш». (6+)

08.30 «Буба». (0+)

10.35 «Простоквашино». (0+)

11.30 «Заколдованная деревня Пинокио». (6+)

12.35 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)

14.00 «Ералаш». (6+)

19.30 «Жил-был кот». (6+)

21.20 «ЛОХМАТЫЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)

США, 2018 г.

Год назад Питер и его папа потеряли любимую маму и жену. С тех пор всё идёт наперекосяк: некогда процветающее детективное агентство перестало приносить доход, и Коннор закрыл дело. Однажды Питеру приходит в голову идея открыть офис прямо дома, в пустующем гараже.

23.05 «ИГРУШКА». (16+)

01.05 «Ералаш». (6+)

05.00 Ранние птицы. «Малышарики идут в детский сад». (0+)

06.55 «Чик-зарядка». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.30 «Чик-зарядка». (0+)

07.35 «Петроникс». (0+)

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

Это история, в которой известные персонажи «Снежной королевы» превратились... в супергероев!

10.40 «Дракошия». (0+)

10.45 «Студия Каляки-Маялки». (0+)

11.15 «Сказочный патруль». (0+)

13.20 «Дикие скричеры!» (6+)

13.45 «Инфинити Надо». (6+)

14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)

Победитель одного из этапов турнира по сквошу «Москва молодая!» Серебряный медалист в составе сборной команды Москвы командного первенства России! Спортсмен, музыкант и любитель экстрима! В гостях у Яна и Златы - Герман Говорухин!

14.10 «Фиксики. Новенькие». (0+)

Новые приключения, новые герои, новые куплеты знаменитой песенки - всё это в четвертом сезоне любимого мультисериала - «Фиксики. Новенькие!»

15.40 «Большие и маленькие». Избранное. (0+)

Проект «Большие и маленькие» посвящён непрофессиональному детскому и юношескому танцу.

16.40 «Царевны». (0+)

18.25 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)

18.35 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)

Маленькие истории о больших делах.

20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

20.45 «Барбоскины». (0+)

23.00 «Приключения пингвинёнка Лоло». (0+)

00.20 «Четверо в кубе». (0+)

01.50 «Команда Дино». (0+)

02.50 «Котики, вперёд!» (0+)

03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)

04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». 1 серия. (0+)

07.00 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)

07.30, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

10.30 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)

11.05 Простые чудеса. (12+)

11.55 В поисках Бога. (6+)

12.30 Профессор Осипов. (0+)

13.00 Амель и Генуя - что общего. Цикл: Неизвестная Европа. (0+)

13.30, 14.00, 14.30 Монастырская кухня. (0+)

15.00 Иоанн Креститель. Цикл: Пророки. (0+)

15.35 «ЭКИПАЖ МАШИНЫ БОЕВОЙ». (0+)

16.55 «МОЙ ЛЮБИМЫЙ ПАПА». 8 серия. (16+)

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

20.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)

22.00 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)

22.35 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)

23.05 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)

23.40 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

00.50 День Патриарха. (0+)

01.05, 02.00, 03.00, 04.15 Апокалипсис. (18+)

Православный календарь

20 января
Седмица 32-я по Пятидесятнице. Глас 6.
Попразднство Богоявления. Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.



Постный день. Разрешается рыба.

« Иоанн крестит. Приходит Иисус, освящающий, может быть, самого Крестителя, несомненно же – всего ветхого Адама... Восходит Иисус от воды, ибо возносит с Собою весь мир, и видит разводящиеся Небеса – Небеса, которые Адам для себя и для потомков своих заключил так же, как и рай, пламенным оружием (Быт. 3:24)».

Свт. Григорий Богослов

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

В романе в стихах Александра Пушкина «Евгений Онегин» провинциальная красавица Татьяна Ларина, как отметил поэт, «...русская душою, / Сама не зная, почему... С её холодною красою / Любила русскую зиму». Подойдя к окну в январское утро, она любит «деревьями в зимнем серебре». А русские художники запечатлели зиму так, как видели они: радостной, солнечной, многокрасочной, загадочной. Наше путешествие – по зимним картинам известных русских художников.

**Цельный мир из серебра
Зима на картинах русских художников**

- 1** Картину, посвящённую спутнице Деда Мороза, в 1899 году написал художник, признанный мастер сказочного жанра в живописи. Снегурочка, образом которой стала Сашенька, дочь Саввы Мамонтова, делает на картине шаг на белоснежной опушке. К истории с написанием картины автор сделал первый шаг, когда в 1881 году Савва Морозов предложил ему поработать над декорациями к одноимённому спектаклю Александра Островского. Спустя несколько лет художник вновь будет оформлять декорации для «Снегурочки» – уже для оперы Римского-Корсакова. Какой художник вывел Снегурочку на опушку леса?
а) Алексей Саврасов.
б) Виктор Васнецов.
в) Валентин Серов.
- 2** Это единственное крупное полотно Василия Сурикова, которое он посвятил не историческим событиям, а традиционным зимним забавам. На картине он изобразил игру, которую принято было устраивать в последний день Масленицы. Над картиной передвижник Суриков работал два года, делая наброски, пока молодёжь веселилась. А сибиряки, жители села Ладейка под Красноярском, позировали художнику. На 19-й выставке передвижников в 1891 году картину не оценили, в 1900-м за неё на Всемирной выставке в Париже Суриков удостоился медали. Какая картина Василия Сурикова по сей день хранится в коллекции Русского музея?
а) «Старый Красноярск».
б) «Покорение Сибири Ермаком».
в) «Взятие снежного городка».
- 3** Лазурным зимним пейзажем Игорь Грабарь посвятил немало картин. Сам художник писал так: «...видел его, конечно, и прежде, но не как художник, а как обыватель, теперь же я впился глазами в это необычайное, фантастическое зрелище, в эту сказку в действительности». Какое природное явление так занимало Грабаря, что задача передать сказочные мотивы не покидала его много лет? Точно сказать, сколько картин на тему этого зимнего погодного явления создано художником, могут только искусствоведы, потому что первый этюд относится к 1903 году, а последние картины – к 1941-му. Какое природное явление стало излюбленной темой творчества Игоря Грабаря?
а) Блестящий на солнце наст.
б) Иней.
в) Метель.
- 4** Особой радостью отличаются картины этого художника, на них мы видим катание на санях, карусели, праздничные балаганы, масленичные гуляния. В стране – гражданская война, сам художник испытывает серьёзные проблемы со здоровьем, а свои радостные изображения зимы он творит «вопреки» – болит и отнимается рука. Несмотря ни на что, художник создаёт праздник, и особенно удаются картины (в разные годы) на тему Масленицы. Говорят, это неслучайно – художник родился именно на Масленой неделе. Интересно, что праздник Масленицы станет фоном для портрета Фёдора Шаляпина в шубе. Какой художник видел радость в зимних забавах и написал один из знаменитых портретов оперного певца в 1921 году?
а) Борис Кустодиев.
б) Илья Репин.
в) Валентин Серов.

ОТВЕТЫ
1-б. Виктор Васнецов.
2-в. «Взятие снежного городка».
3-б. Иней.
4-в. Борис Кустодиев.



ПЕРВЫЙ



13.15 «ЛАДОГА». (16+)

- 06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
09.00 «Умницы и умники». (12+)
09.45 «Слово пастыря». (0+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 «ПроУют». (0+)
11.10 Премьера. «Поехали!» (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Премьера. «Ладога. Нити жизни». К 80-летию прорыва блокады Ленинграда. (12+)
13.15 «ЛАДОГА». (16+) Холодная зима 1941 года. Блокадный Ленинград. Ольга пытается прокормить своего больного сына. Единственная возможность выжить - эвакуация по Дороге жизни. Машина, в которой едет сын Ольги, уходит под лед.
17.10 Премьера. «Угадай мелодию». 20 лет спустя. (12+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.20 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию-2023. Прямой эфир
21.00 «Время»
21.35 «Сегодня вечером». (16+)
23.15 «ТРОЕ». (16+)
01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5-й КАНАЛ

- 04.55 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-5».** (16+)
05.35 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-2». (16+)
06.15 «АКВАТОРИЯ». (16+)
09.00 «Светская хроника». (16+)
10.10 Они потрясли мир. (12+)
10.55 «УЛЬТИМАТУМ». (16+)
14.45 «БЕГИ!» (16+) Россия, 2016 г. Боевик. В ролях: Павел Прилучный, Денис Шведов. Четверо друзей берут кредит в банке, чтобы завершить разработку уникальной компьютерной программы.
18.45 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Главное»
01.05 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1



11.40 «Доктор Мясников». (12+)

- 05.00 Утро России. Суббота
08.00 Вести. Местное время
08.20 Местное время. Суббота
08.35 «По секрету всему свету»
09.00 «Формула еды». (12+)
09.25 «Пятеро на одного»
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
11.40 «Доктор Мясников». (12+)
12.45 «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+) У подъезда дома из машины похищен младенец. Отец ребёнка Сергей Верещагин утверждает, что его бывшая жена украла малыша и так ему отомстила за то, что он бросил её и завёл новую семью.
17.00 Вести
18.00 «Привет, Андрей!» (12+)
20.00 Вести
21.00 «МЕСТО СИЛЫ». (12+) Россия, 2022 г. Мелодрама. В ролях: Елена Аросьева, Дмитрий Миллер. Елена Генералова - заведующая библиотекой небольшого провинциального городка Бобры. Когда её библиотеку закрывают, а здание продают, она вынуждена пойти работать простой уборщицей в районную администрацию.
00.45 «ГОРОДСКАЯ РАПСОДИЯ». (12+)
04.10 «Я ПОДАРИЮ ТЕБЕ ЛЮБОВЬ». (12+)

ЗВЕЗДА

- 06.10 «ЦАРЕВИЧ ПРОША».** (6+)
08.00 13.00 18.00 Новости дня. (16+)
08.15 «Морской бой». (6+)
09.15 «Победоносцы». (16+)
09.35 «ВОЛГА-ВОЛГА». (6+)
11.45 «Легенды музыки»
12.10 «Легенды кино». (12+)
13.15 «Время героев». (16+)
13.35 «Главный день». (16+)
14.20 «СССР. Знак качества». (12+)
15.10 «Не факт!» (12+)
15.35 «Война миров». (16+)
16.25 18.30 «На острие прорыва». (16+)
20.10 «Афганистан». (16+)
23.05 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (16+)
01.50 «ЗАБУДЬТЕ СЛОВО СМЕРТЬ». (12+)

ТВЦ



14.30 События

- 05.35 «БАЛОВЕНЬ СУДЬБЫ».** (12+)
07.15 «Православная энциклопедия». (6+)
07.40 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+)
09.15 «БАРЫШНЯ-КРЕСТЬЯНКА». (0+)
11.30 События
11.45 «СУЕТА СУЕТА». (6+)
13.25 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+) Россия, 2017 г. Романтическая комедия.
14.30 События
14.45 «ПОЕЗДКА ЗА СЧАСТЬЕМ». (12+)
17.30 «ПРОШЛОЕ УМЕЕТ ЖДАТЬ». (12+)
21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
22.05 «Право знать!» (16+)
23.20 События
23.30 «Тайная комната Жакалин Кеннеди». (16+)
00.10 «90-е. Тачка». (16+)
00.50 Специальный репортаж. (16+)
01.20 «Хватит слухов!» (16+)
01.45 «Звёзды лёгкого поведения». (16+)
02.25 «Дамские негодники». (16+)
03.05 «Бес в ребро». (16+)
03.45 «Звёзды и аферисты». (16+)
04.25 «Дорогие товарищи. Экстрасенсы для Политбюро». (12+)
05.05 «Любовные истории. Сердцу не прикажешь». (12+)

ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна»
06.50 17.00 «Мавзолей». (12+)
07.20 «Лисьи истории». (12+)
08.10 «Тайна третьей планеты». (0+)
09.00 10.05 ОТражение
09.30 15.05 «Календарь». (12+)
11.45 «Коллеги». (12+)
12.25 16.00 «Конструкторы будущего». (12+)
12.35 «ДЕВУШКА С ГИТАРОЙ». (12+)
15.30 «Книжные аллеи». (12+)
16.15 «Свет и тени». (12+)
16.45 «Хроники общественного быта». (12+)
17.25 «Диалоги без грима». (6+)
17.40 «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
19.05 «Очень личное». (12+)
19.45 «СТАЛЬНАЯ БАБОЧКА». (16+)
21.30 «ВЕРСАЛЬСКИЙ РОМАН». (16+)
23.30 «ПУГАЛО». (16+)

НТВ



17.00 «Следствие вели...» (16+)

- 04.50 «СТАЖЁРЫ».** (16+)
07.25 «Смотр». (0+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «Поедем, поедим!» (0+)
09.20 «Едим дома». (0+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Главная дорога». (16+)
11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым». (12+)
12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
13.00 «Научное расследование Сергея Малозёмова». (12+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 ЧП. Расследование. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
20.20 «Ты не поверишь!» (16+)
21.20 «Секрет на миллион». (16+) Героиней нового выпуска ток-шоу «Секрет на миллион» станет актриса, ведущая программы «ДНК» на НТВ Анна Казючиц.
23.25 «Международная пиорама» с Тиграном Кеосаяном. (16+)
00.05 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
01.40 «БОМБИЛА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
06.20 17.20 «ГОСТ шоу». (12+)
06.40 12.50 19.15 «The City прямо». (12+)
06.55 08.55 09.55 10.55 11.55 12.55 13.55 14.55 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
13.45 «Доктор 24». (12+)
14.30 «The City. Едим». (12+)
15.25 22.25 «Специальный репортаж». (12+)
16.30 23.20 «Сделано в Москве». (12+)
18.15 «Москва сегодня». (16+)
18.45 «Московский спорт». (12+)
20.30 00.15 «The City». (12+)
21.25 «Откройте, Давид». (16+)
01.15 «Дайджест «Рейд 112». (16+)

РОССИЯ К

РОССИЯ К

Культура



10.05 «Передвижники»

- 06.30 «Библейский сюжет»
07.05 «Мультфильмы»
08.30 «ПУТЕШЕСТВИЕ МИССИС ШЕЛТОН»
10.05 «Передвижники»
10.40 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
12.05 «Эрмитаж»
12.35 «Человеческий фактор»
13.05 Черные дыры. Белые пятна
13.45 «Эффект бабочки»
14.15 01.30 «Эйнштейны от природы»
15.10 «Рассказы из русской истории»
16.00 «Твербуль, или Пушкинская верста»
16.40 «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК»
18.15 «Музей Прадо. Коллекция чудес»
19.50 «ПОСЛЕДНЕЕ МЕТРО»
Франция, 1980 г. Драма. В ролях: Катрин Денёв, Жерар Депардьё. 1942 год. Париж оккупирован нацистами. Многообещающий актер Бернар Гранже приходит работать в театр на Монмартре к мадам Марион Штайнер.
22.00 «Агора»
23.00 «СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ АДДАМСОВ»
00.35 Кристиан Макбрайд на фестивале Мальта Джаз
02.25 «Шпионские страсти». «Жил-был Козявин»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «МузейОн». (12+)
06.00 «Быстрые деньги». (12+)
06.30 «Личное дело». (12+)
08.00 23.00 «Будни»
09.00 «Простая медицина». (12+)
10.00 11.10 «Вкусно 360». (12+)
11.00 12.00 14.00 15.00 16.00 18.00 20.00 «Новости 360»
11.05 16.05 18.05 «Погода 360»
12.30 «Внимание! Еда!» (12+)
14.05 15.05 «Поездка со вкусом». (12+)
15.30 16.10 18.10 «Открытие Китая». (12+)
18.25 20.30 «Невероятная наука». (12+)
00.00 «Украина - 30 лет независимости». (16+)

СТС



23.25 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.05 «Фиксики». (0+)
06.25 «Мультфильмы». (0+)
06.45 «Три кота». (0+)
07.30 «Отель «У овечек». (0+)
08.00 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
08.25 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
09.00 ПроСТО кухня. (12+)
10.00 Шоу «Уральских пельменей». (16+)
11.05 «ВОССТАНИЕ ПЛАНЕТЫ ОБЕЗЬЯН». (16+) США, 2011 г. Фантастический боевик. В ролях: Джеймс Франко, Фрида Пинто, Джон Литгоу.
13.05 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН. РЕВОЛЮЦИЯ». (16+)
15.40 «ПЛАНЕТА ОБЕЗЬЯН. ВОЙНА». (16+)
18.25 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ». (12+) США, 2004 г. Приключенческий боевик. В ролях: Николас Кейдж, Харви Кайтел, Джон Войт. Бенджамин Гейтс - историк, увлечённый поиском сокровищ, в существование которых мало кто верит.
21.00 «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ. КНИГА ТАИН». (12+)
23.25 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (18+)
01.30 «СОННАЯ ЛОЩИНА». (12+)
03.05 «6 кадров». (16+)
05.10 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 09.40 16.15 17.45 19.15 20.45 22.40 04.00 «Мой район». (16+)
07.40 «Тайны души». (12+)
08.10 «КАК ИВАНУШКА - ДУРАЧОК ЗА ЧУДОМ ХОДИЛ». (0+)
09.50 «УДИВИ МЕНЯ». (16+)
11.20 «В главной роли». (12+)
12.10 03.15 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «ЛОВУШКА». (16+)
16.25 «АНТОН ИВАНОВИЧ СЕРДИТСЯ». (12+)
17.55 «СТРАННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ». (12+)
19.25 «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (12+)
20.55 «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)
22.50 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (6+)
00.15 «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>17.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>05.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!». (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)</p> <p>14.30 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>15.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>17.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>18.00 «ПОСЛЕ НАШЕЙ ЭРЫ!». (16+) США, 2013 г. Фантастический боевик. В ролях: Джейден Смит, Уилл Смит.</p> <p>20.00 «Я, РОБОТ». (12+)</p> <p>22.00 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)</p> <p>01.05 «СТАРТРЕК: БЕСКОНЕЧНОСТЬ». (16+)</p> <p>03.00 «ТЁРНЕР И ХУЧ». (12+)</p> <p>04.30 «Тайны Чапман». (16+)</p>	<p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>07.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>08.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>08.55 «Модные игры». (16+)</p> <p>13.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)</p> <p>23.00 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «НЕСНОСНЫЕ БОСЫ». (16+) США, 2011. Комедия. В ролях: Джейсон Бейтман, Чарли Дэй, Джейсон Судейкис. Единственное, что могло бы сделать трудовые будни Ника, Курта и Дэйла чуть более выносимыми - возможность стереть в порошок их несносное начальство.</p> <p>01.50 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.25 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>04.55 Открытый микрофон. Дайджест. (16+)</p> <p>06.35 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 «Слепая». (16+)</p> <p>11.15 «ДИВЕРГЕНТ». (16+) США, 2014 г. Фантастика. В ролях: Шейлин Вудли, Тео Джеймс, Джэй Кортни, Кейт Уинслет. После того, как мир пережил глобальную войну, правители мировых держав стали более деспотичны. Они ввели суровые законы, согласно одному из которых общество в городе Чикаго разделилось на пять фракций, каждая из которых представляет определенное качество.</p> <p>14.15 «ДИВЕРГЕНТ: ИНСУРГЕНТ». (16+)</p> <p>16.30 «ДИВЕРГЕНТ: ЗА СТЕНОЙ». (16+)</p> <p>19.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)</p> <p>21.45 «ПОГОНЯ». (16+)</p> <p>00.00 «ПЕТЛЯ ВРЕМЕНИ». (18+)</p> <p>02.00 «ДИВЕРГЕНТ». (16+)</p> <p>04.00 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>09.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>06.00 Утилизатор. (12+)</p> <p>09.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+) Россия, 2011-2016 гг. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев. Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок...</p> <p>20.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>22.00 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находит в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ.</p> <p>01.10 Рюкзак. (16+)</p> <p>03.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p>	<p>07.00 Новости</p> <p>06.00 «Есть тема!» (16+)</p> <p>07.00, 10.00, 15.25, 17.20, 22.00, 03.30 Новости</p> <p>07.05, 13.55, 16.45, 19.30, 22.05, 00.45 Все на Матч!</p> <p>10.05 «Приключения Болека и Лёлека». (0+)</p> <p>10.4, 14.15 Биатлон. Парі Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Пр.тр.</p> <p>11.55 Мини-футбол. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). Чемпионат России. Парі-Суперлига. Пр.тр.</p> <p>15.30 «Король ринга. Николай Королёв». (12+)</p> <p>17.25 Футбол. «Вольфсбург» - «Фрайбург». Пр.тр.</p> <p>19.55 Футбол. «Салернитана» - «Наполи». Пр.тр.</p> <p>22.40 Футбол. «Фиорентина» - «Торино». Пр.тр.</p> <p>01.30 Смешанные единоборства. One FC. (16+)</p> <p>03.35 Биатлон. Парі Кубок Содружества. (12+)</p>	<p>19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)</p> <p>06.30 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)</p> <p>08.45 «ТРОЕ В ЛАБИРИНТЕ». (16+)</p> <p>11.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+) Украина, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Елена Шилова, Андрей Чернышов. 35-летняя яркая, красивая, современная учительница Вера Андреева 17 лет ищет своего сына, которого отдала, оказавшись перед сложнейшим выбором.</p> <p>19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)</p> <p>22.30 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (16+) Россия, 2016 г. Криминальная драма. В ролях: Ольга Лерман, Татьяна Лютаева. Провинциалка Вера, оставшись без денег и жилья, приезжает в Москву...</p> <p>02.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)</p> <p>05.15 «6 кадров». (16+)</p> <p>05.30 «СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА». (16+)</p>

ТРИ ДОРОГИ

По горизонтали: 1. Палочка в руках Антонио Вивальди или Никколо Паганини. 9. Зов в трубку телефона, когда собеседник «пропал». 11. Философские мысли, доверенные бумаге. 23. Отечественный актер по имени Анатолий, снявшийся в фильмах «Агония», «Неоконченная пьеса для механического пианино», «Несколько дней из жизни И.И. Обломова».

Слева-вниз-направо: 2. Британский остров в Ирландском море, на котором действует один из старейших парламентов в мире (тинвальд) - с 979 года. 4. Пират с королевской лицензией. 5. Тарелка, в которой инопланетяне. 7. Радистка из романа Юлиана Семенова «17 мгновений весны». 10. Пудрит мозги и вешает лапшу. 12. Котлетка из творожной массы. 13. Важный фактор при переливании крови. 16. Провожатый по достопримечательностям. 17. В какой курортной стране есть города Ларнака, Пафос и Лимассол? 19. Резкое осуждение. 21. Забор из острых кольев.

Справа-вниз-налево: 1. Пеленгатор моряка. 3. Заводская служба качества. 6. Мачете или финка. 8. Охранники на цепях. 10. Какая пила превращает фанеру в произведение искусства? 12. «Памятник» скошенной траве на лугу. 14. Сорт яблок ... Платона Симиренко. 15. Отделение фабрики, завода. 18. Разливают по тарелкам. 20. Прелестница в зодиакальном круге. 22. Курорт, где киношникам раздают «Золотые пальмовые ветви».

Ответы. По горизонтали: 1. Мачете. 2. Мачете. 3. Контроль качества. 4. Патент. 5. Тарелка. 6. Мачете. 7. Радистка. 8. Охранники. 9. Зов. 10. Пила. 11. Философия. 12. Котлетка. 13. Фактор. 14. Сорт. 15. Отделение. 16. Провожатый. 17. В какой курортной стране есть города Ларнака, Пафос и Лимассол? 18. Разливают по тарелкам. 19. Резкое осуждение. 20. Прелестница. 21. Забор. 22. Курорт. 23. Отечественный актер по имени Анатолий, снявшийся в фильмах «Агония», «Неоконченная пьеса для механического пианино», «Несколько дней из жизни И.И. Обломова».

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 15.02.2023!!! **32 000 р.**

- Консультация, составление комплексного плана лечения.....**бесплатно**
- Пломба светоотверждаемая Composite.....**950 р.**
- Металлокерамическая коронка Дисега под «ключ» (ед.).....**4500 р.**
- Съемный протез (отечественный) под «ключ».....**9900 р.**
- Панорамный рентген.....**470 р.**
- Компьютерная томография зубов 3D.....**2500 790 р.**

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*

- 25%** на лечение
- 12%** на протезирование
- 10%** на хирургию и имплантацию
- 5%** на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

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

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

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

ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО-77-01-020888 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

07.25 «ПРО КРАСНУЮ ШАПОЧКУ». (12+)
09.55 «БЕДНАЯ МАША». (12+)
12.25 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА». (12+)
14.10 «ДУЖЕНТЬМЕНЫ УДАЧИ». (12+)
15.50 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (16+)
17.30 «ЗЕЛЕННЫЙ ФУРГОН». (12+)
20.00 «ГАРДЕМАРИНЫ, ВПЕРЕД!». (12+)
01.20 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН-БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)
02.50 «О БЕДНОМ ГУСАРЕ ЗАМОЛВИТЕ СЛОВО». (12+)
03.30 «ПЕСЕ БАРБОС И НЕОБЫЧНЫЙ КРОСС». (12+)
05.40 «САМОГОЩНИКИ». (12+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.00 «ЦИФРОВАЯ РАДИОСТАНЦИЯ». (18+)
01.25 «КРОВЬ И ПОТОМ: АНАБОЛИКИ». (16+)
03.30 «ДОВЕРИЕ». (16+)
05.00 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)
06.50 «СТАРЫЙ ГЕНРИ». (16+)
08.25 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
10.10 «УЖЕ СКУЧАЮ ПО ТЕБЕ». (16+)
11.55 «ХОТЕЛ БЫ Я БЫТЬ ЗДЕСЬ». (12+)
13.40 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
15.30 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
17.15 «ПОСВЯЩЕННЫЙ». (12+)
18.50 «УДИВИТЕЛЬНАЯ МИССИС МЭЙ». (16+)
20.30 «ОТЧАЯННЫЙ ПОБЕГ». (16+)
21.55 «МУЖЕСТВО». (16+)
23.25 «СТРАСТИ ДОН ЖУАНА». (18+)

РУССКИЙ РОМАН

08.00 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (12+)
09.40 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ВЕДЬМИНЫ КУКЛЫ». (16+)
11.20 «ВЕРЮ. ЛЮБЛЮ. НАДЕЮСЬ». (16+)
14.40 «ДРУГАЯ СЕМЬЯ». (12+)
18.00 «ЖЕНЩИНА С ЛИЛИЯМИ». (12+)
 2016 г. В ролях: Екатерина Вуличенко, Юрий Батурин, Александр Макогон, Елена Сафонова, Максим Радугин, Наталья Лесникова
19.50 «РАДИ ТЕБЯ». (12+)
 2013 г. В ролях: Наталья Бардо, Иван Жидков, Галина Кухальская, Константин Конохов
23.10 «ТЕСТ НА ЛЮБОВЬ». (12+)
02.20 «МЕТЕЛЬ». (12+)
05.10 «ЦВЕТЫ ОТ ЛИЗЫ». (12+)

СУББОТА! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». Маша и Медведь. Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшили». Мультсериалы. (0+)
16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
19.00 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
19.15 «Буба-3». Мультсериал. (0+)
21.30 «Буба». Мультсериал. (0+)
22.00, 23.10 Богиня шопинга. Шоу про модниц и испытание шопингом.
00.10, 01.00, 01.50, 02.40, 03.20 Барышня-крестьянка. (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

TV1000

05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
06.55 «Буба». Мультсериал. (6+)
07.55 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
09.00 «СВЯТОША». (6+)
11.05 «КАК УКРАСТЬ НЕБОСКРЕБ». (12+)
12.55 «НЕ ШУТИТЕ С ЗОХАНОМ!». (16+)
14.55 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ!». (12+)
16.55 «АГЕНТЫ А.Н.К.Л.». (16+)
19.00 «ДИВЕРГЕНТ!». (12+)
21.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ!». (12+)
23.30 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ!». (12+)
01.35 «ПОСВЯЩЕННЫЙ!». (12+)
03.25 «ШАНХАЙСКИЕ РЫЦАРИ!». (12+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)
09.50 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
11.30 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
13.10 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
14.55 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАННИЕ НА БАЛИ». (16+)
16.55 «ВСЁ ЕЛИ НИЧЕГО!». (16+)
18.35 «МАТЧ». (16+)
20.50 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
22.20 «БАТЯ». (16+)
 Комедия, Россия, 2020 г.
23.40 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)
 Комедия, Россия, 2013 г.
01.10 «ТОЛЬКО НЕ СЕЙЧАС». (16+)
02.40 «ПАСКОВЫЙ МАЙ». (16+)
04.30 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ!». (12+)

CINEMA

07.35 «ЛИВЕНЬ». (16+)
09.15 «ШОУ ТРУМАНА». (16+)
11.00 «ВРЕМЯ». (16+)
12.55 «ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ В РАЙ!». (16+)
14.45 «АДРЕНАЛИН». (18+)
16.20 «ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ!». (18+)
18.00 «ГЛУБОВОДНЫЙ ГОРИЗОНТ!». (16+)
 США, Гонконг, 2016 г. В ролях: Марк Уолберг, Курт Рассел, Джон Малкович
19.50 «МИДУЭЙ». (16+)
 США, Канада, 2019 г. В ролях: Эд Скрейн, Патрик Уилсон, Вуди Харрельсон
22.10 «НЕВОЗМОЖНО!». (16+)
00.00 «УНИВЕРСАЛЬНЫЙ СОЛДАТ!». (18+)
01.45 «СКАЛОПАЗ». (16+)
03.30 «ВРЕМЯ». (16+)
05.15 «СТРЕЛОК». (16+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2015 г. В ролях: Михаил Пшеничный, Виктория Полторацкая, Маина Чижевская, Андрей Стоянов
12.00, 20.00, 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
 Сериал. Драма, мелодрама, Россия, 2014 г. В ролях: Кристина Бродская, Алексей Фатеев, Людмила Титова, Александр Деклистов
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАН!». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ!». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА!». (16+)

TV1000 РУССКОЕ КИНО

05.30 «Фиксики». Мультсериал. (6+)
06.45 «Пин-код». Мультсериал. (6+)
09.05 «Три кота». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.55, 11.55 «СКЛИФОВСКИЙ!». (16+)
12.50 «ИСТОРИЯ ОДНОГО НАЗНАЧЕНИЯ!». (12+)
14.45 «КРЫМ!». (16+)
16.35 «НЕБО!». (12+)
18.55 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ!». (12+)
20.50 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2!». (12+)
22.35 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3!». (12+)
00.15 «КРЫМСКИЙ МОСТ. СДЕЛАНО С ЛЮБОВЬЮ!». (12+)
02.00 «ОДНОКЛАССНИЦЫ!». (16+)
03.15 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ!». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.35 «ЕЛКИ НОВЫЕ!». (6+)
03.25 «ЕЛКИ ПОСЛЕДНИЕ!». (6+)
05.10 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА!». (12+)
06.55 «РОЗОВАЯ ПАНТЕРА-2!». (12+)
08.35 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ!». (12+)
10.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2!». (16+)
11.55 «МЛАДЕНЕЦ НА ПРОГУЛКЕ, ИЛИ ПОЛЗКОМ ОТ ГАНГСТЕРОВ!». (16+)
13.45 «МОШЕННИКИ!». (16+)
15.35 «27 СВАДЕБ!». (16+)
17.40 «КРАСОТКИ!». (16+)
19.30 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА!». (12+)
21.40 «НОЧЬ В РОКСБЕРИ!». (18+)
 Мелодрама, комедия, музыка, США, 1998 г.
23.10 «БЕЗЖАЛОСТНЫЕ ЛЮДИ!». (16+)

red .RED

06.00, 06.25, 05.35 Голливуд за кадром. (16+)
06.50 «РАЗРИСОВАННАЯ ВУАЛЬ!». (16+)
08.55, 09.45, 10.35 Проект Подиум. (16+)
11.30, 12.30 Правила моей кухни. (16+)
13.30, 14.15, 15.05, 15.55, 16.45, 17.35, 18.20, 19.10 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ!». (16+)
20.00 «ДРЯННЫЕ СТАРУШКИ!». (16+)
 США, 2020 г. В ролях: Эллен Берстин, Джейн Кертин, Лоретта Дивайн, Энн-Маргрет, Кристофер Ллойд
21.40 «В ПОГОНЕ ЗА СЧАСТЬЕМ!». (16+)
 США, 2006 г. В ролях: Уилл Смит, Джейден Смит
23.40, 00.25, 01.10, 01.55, 02.40, 03.25, 04.10, 04.50 «ХОРОШИЙ ДОКТОР!». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «ПАПИНЫ ДОЧКИ!». (16+)
 Сериал. Комедия, Россия, 2007 г.
 Оксана рождает! Василий срочно вылетает из Лондона в Москву. За появление на свет сына он пообещал врачу иномарку.
00.00 Сердца за любовь. (16+)
 «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

ДОМ КИНО

06.30 «Садко». Мультфильм. (6+)
07.55 «Три богатыря и Морской Царь». Мультфильм. (6+)
09.15 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
10.30 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)
12.00 «ХОЛОП!». (16+)
 Россия, 2019 г.
17.00 «СВАТЫ!». (16+)
23.30 «ЖМУРКИ!». (16+)
01.30 «МАМА, НЕ ГОРИЮ!». (16+)
02.55 «МАМА, НЕ ГОРИЮ-2!». (16+)
04.35 «БОЙ С ТЕНЬЮ-3: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД!». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.25 «СТАРШИЙ СЫН!». (12+)
01.45 «ТРИ ТОЛСТЯКА!». (6+)
03.30 «КАЛАЧИ!». (16+)
05.05 «КОМЕДИЯ СТРОГОГО РЕЖИМА!». (12+)
06.35 «ЗДРАВСТВЫ И ПРОЩАЙ!». (16+)
08.20 «НЕ ХОЧУ ЖЕНИТЬСЯ!». (12+)
09.55 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ!». (12+)
11.35 «ВОРЫ В ЗАКОНЕ!». (18+)
13.25 «ЕСЕНИЯ!». (16+)
15.55 «ТРИ ТОПОЛЯ НА ПЛЮЩИ!». (6+)
 Мелодрама, СССР, 1967 г.
17.25 «МОЯ МОЛЯЧКА!». (12+)
19.00 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК!». (16+)
 Драма, криминал, Россия, 1999 г.
20.50 «ВЫСОТА 89!». (12+)
22.55 «ВОР!». (16+)

РЕТРО

06.00 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ!». (12+)
07.15 Больше, чем тренер. (12+)
08.05 «КОНЦЕРТ БЕТХОВЕНА!». (12+)
09.20 «ОБЛАКА!». (12+)
10.45, 23.20 «ПРО ДРАКОНА НА БАЛКОНЕ, ПРО РЕБЯТ И САМОКАТ!». (12+)
11.55, 00.25 «ПОД ЗНАКОМ КОЗЕРОГА!». (16+)
14.05 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА!». (12+)
15.30 «СЕНТИМЕНТАЛЬНЫЙ АГЕНТ!». (16+)
17.10, 02.25 «ГОДЕН К НЕСТРОЕВОЙ!». (12+)
18.30 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ!». (12+)
19.00 «ОТСТУПНИК!». (16+)
21.55 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА!». (12+)
03.40 «СПЕШИ СТРОИТЬ ДОМ!». (12+)
04.50 «МОГИЛА ЛЬВА!». (12+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «СТАРЫЕ ВОРНУНЫ!». (12+)
 Драма, комедия, США, 1993 г.
11.45, 19.45, 03.45 «СЕНТ-АМУР: УДОВОЛЬСТВИЕ ЛЮБВИ!». (18+)
 Драма, комедия, Франция, Бельгия, 2015 г.
13.30, 21.30, 05.30 «ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО!». (16+)
 2 серия. Сериал. Триллер, криминальная драма, Великобритания, 2021 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ИСПРАВЬ МЕНЯ, ЕСЛИ СМОЖЕШЬ!». (16+)
 Комедия, Италия, Австрия, 2020 г.
16.10, 00.10, 08.10 «МЬЮЗИК!». (16+)
 Мюзикл, драма, США, 2020 г. В ролях: Кейт Хадсон, Лесли Одом мл.

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМА ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА!». (12+)
05.15 Мультфильмы. (6+)
06.00 Все, как у людей. (6+)
06.15 Мультфильмы. (6+)
08.40 Исторический детектив с Николаем Валуевым. (12+)
09.05 Слабое звено. (12+)
10.00 Погода в мире
10.10 «ИНТЕРДЕВОЧКА!». (16+)
12.50 «ОДНОЛЮБЫ!». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2012 г. В ролях: Александр Робак, Татьяна Черкасова, Фёдор Лавров, Александра Урсуляк
16.00 Новости
16.15 «ОДНОЛЮБЫ!». (16+)
18.30 Новости
18.45 «ОДНОЛЮБЫ!». (16+)
01.25 Наше кино. История большой любви. (12+)
01.50 «ПОДКИДЫШ!». (0+)
03.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМА ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА!». (12+)

ПОБЕДА

05.30 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ!». (16+)
07.20 «ГРАНИЦА. ТАЁЖНЫЙ РОМАН!». (16+)
14.30 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. СКРЫТЫЙ ВРАГ!». (16+)
 На территории Польши, оккупированной немцами, действует разведшкола, готовящая диверсантов. Группу из шести человек отправляют в советский тыл, чтобы уничтожить важный стратегический мост в районе Житомира. Через этот мост в направлении фронта идет основной поток военной техники и боеприпасов Советской Армии. Уничтожение моста позволит нарушить «кровоснабжение» действующей армии накануне наступления.
18.10 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. УДАРНАЯ ВОЛНА!». (16+)
21.40 «СМЕРТЬ ШПИОНАМ. ЛИСЬЯ НОРА!». (16+)
01.00 «КРИИ ТИШИНЫ!». (12+)
02.40 «УЧЁНОСТИ ПЛОДЫ!». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-3. Екатеринбург. (16+)
06.20 Кондитер-3. Краснодарский край. (16+)
07.30 «Снежная Королева». Мультфильм. (12+)
09.00 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». Мультфильм. (12+)
10.20, 12.00 Четыре свадьбы-3 (субтитры). (16+)
14.00 Четыре свадьбы-4. (16+)
15.40, 17.40, 19.20, 21.10 Четыре свадьбы-3 (субтитры). (16+)
23.00 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТОНА!». (16+)
 США, 2008 г. В ролях: Брэд Питт, Кейт Бланшетт
02.00 Пятница News. (16+)
02.30 «ДРЕВНИЕ!». (18+)
 4 сезон. Сериал. США, 2017 г.
03.10, 03.50 «ДРЕВНИЕ!». (18+)
 5 сезон. Сериал. США, 2018 г.
04.30 Пятница News. (16+)

Ю

05.20, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.05 Обмен женами. (16+)
 Уникальный проект о семейных ценностях, в котором хранительницам семейного домашнего очага предстоит на 7 дней пережить жизнь в чужую семью, стать жёнами для чужих мужей и мамами для чужих детей.
13.50, 17.00 Беременная в 16. (16+)
 В новом сезоне нашумевшей реальности о подростковой беременности ещё более реальные истории и проблемы, о которых принято молчать, но о них нужно знать каждому. Девочки-подростки из разных уголков России встают перед выбором, который изменит их жизнь. Найдут ли они силы преодолеть испытания и стать счастливыми?
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
02.50 Дорогая, я забил. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Час истории. (12+)
01.00, 05.20 Личность в истории. (12+)
01.30, 05.45 Монастырские стены. (6+)
01.55, 04.40 Историограф. (12+)
02.40 Иностранцы в России. (6+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.20 Историада. (12+)
04.10, 07.05 Книжные аллеи. (12+)
06.15 Историада. (12+)
07.40 История одной фотографии. (6+)
08.00 Ступени Победы. (12+)
08.40 Самое главное в жизни. (12+)
09.20 История одной фотографии. (6+)
09.35 Карл V. Пути императора. (16+)
10.10 Собор Парижской Богоматери. Тайны средневековых зодчих. (12+)
11.00 Исторические города Британии. (12+)
11.50 Семь дней истории. (12+)
12.00 Историада. (12+)
12.50 Прощай, немытая Россия. (12+)
13.35 Забытый полководец. (12+)
14.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
14.50 Обыкновенная история. (6+)
15.00 История Великой хартии вольностей. (12+)
16.00, 16.45, 17.30, 18.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ!». (16+)
19.15 Карл Булла - Первый. (12+)
20.00 «АДОРМИДЕРА!». (16+)
21.30 «КУТУЗОВ!». (6+)
23.15 Казачья республика. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00 Запретная история. (12+)
06.45 Запретная история: Туринская плащаница. (12+)
07.35 Музейные тайны. (16+)
08.20, 09.10, 10.00, 10.55 Империя с Майклом Портилло. (12+)
11.45 Вечные Помпеи. (6+)
12.45 Время великанов. (12+)
13.45 Настоящий неандерталец. (12+)
14.40 Древние конструкторы: Тайные чудеса природы. (12+)
15.35, 16.25 Мрачная страница истории древнего Египта. (12+)
17.15 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Героическое путешествие. (12+)
18.15 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Место рождения богов. (12+)
19.05 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Танец любви. (12+)
20.05 Греческие острова: одиссея с Беттани Хьюз: Праздник богоявления. (12+)
21.00 История Матери-Земли: тайны богини Геи. (12+)
22.00 Байи - Атлантида Древнего Рима. (12+)
23.00, 23.55, 00.55, 01.45 Ирано-иракская война. (16+)
02.30, 03.20, 04.05 Запретная история. (12+)
04.45 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
05.35 Невероятные изобретения. (12+)

ДОКТОР

06.00, 22.05 Шифры нашего тела. Незвестные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)
06.45, 12.50, 20.40 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
07.10, 13.20, 21.05, 02.10 На приёме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
 Что нужно сделать сегодня, чтобы ребенок уважал тебя и прислушивался к твоим советам?
07.40, 13.50, 21.35, 02.35 Это лечится. Астма. (12+)
08.10, 15.50, 23.35, 03.45 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)
08.55, 16.40, 00.25 Медицинский репортёр. Медсестра. (12+)
09.25, 17.10, 00.50 Клинический случай. Спаси Достоевского. (12+)
09.55, 17.35, 01.15 Теледоктор. (12+)
10.50, 22.50 Шифры нашего тела. Незвестные органы. Тимус. Селезенка. (12+)
11.35, 19.20, 03.00 Тайны мозга. Фильм 2. (12+)
12.25, 20.10 Большой скачок. Запчасти для человека. (12+)
14.15 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
15.05, 04.30 Шифры нашего тела. Сердце. (12+)
18.30, 05.15 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 21.05 Дачных дел мастер. (12+)
06.30, 12.25, 18.35, 21.35 Пустите строителей в дом. (12+)
07.15, 13.15, 19.20, 04.25 Сам себе дизайнер. (12+)
07.30, 14.30, 19.35, 22.25, 04.40 Дачные радости с Мариной Рыкаловой. (12+)
07.55, 22.55, 01.55 Домашняя косметика! (12+)
08.15, 23.15 Мультиварка. (12+)
08.30, 20.35, 23.25, 05.35 Дачные радости. (12+)
08.55, 00.00 Моя крепость. (12+)
09.30, 15.45, 00.30 Стройплощадка. (12+)
10.00, 16.55, 01.30 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
10.30 Огород с Блокиным-Мечталыным. (12+)
11.00 Дачные хитрости. (12+)
11.20, 17.25, 02.25 Мегабанщики. (12+)
11.50, 18.00, 03.10 Искатели приключений. (12+)
13.30 Огород круглый год. (12+)
13.55 Сад с нуля. (12+)
14.55 Красивая выпечка с Джульет. (12+)
16.20, 01.00 Органическое земледелие. (0+)
20.05, 05.05 ЗаСаДа. (12+)
02.10 Дом, милый дом! (12+)
02.55 Доктор Смази. (12+)
03

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА
06.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Астана» (Казахстан) - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 Долгий путь к победе. Виктор Гончаренко. (6+)
08.20 Большая вода. (12+)
08.35 Дневник самурая. Специальный репортаж. (12+)
08.50 Курская аномалия. Специальный репортаж. (12+)
09.10, 01.50 Лица страны. Тамара Москвина. (12+)
09.30 Страна смотрит спорт. (12+)
10.05, 16.55, 04.10 Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. «Юмен» - «Газпром-Югра» (Югорск). (0+)
12.00 Что по спорту? Махака. (12+)
12.30 Вид сверху. (12+)
13.05, 21.15 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)

14.55 Флагман русского хоккея. Специальный репортаж. (12+)
15.10 Человек из футбола. Сергей Карасёв. (0+)
15.35 Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)
16.00 Ирина Слуцкая. Бесконечный лёд. Документальный фильм. (6+)
18.50 Биатлон. PARI Кубок Содружества. Гонка преследования. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (0+)
20.05 Биатлон. PARI Кубок Содружества. Гонка преследования. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (0+)
23.05 Бильярд. «BetBoom Лига Чемпионов». Финал. Трансляция из Москвы. (0+)
01.10 Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)
01.25 Страна смотрит спорт. (12+)
02.05 Художественная гимнастика. Международный турнир. Трансляция из Москвы. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)
06.30 PRO-новости. (16+)
06.40 Плейлист. Зима. (16+)
07.40 Ждите ответа. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
10.00 Моя волна. (16+)
11.00 TOP чарт Европы плюс. (16+)
12.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)
12.30 Хит-сториз. Пьер Нарцисс «Шоколадный заяц». (16+)

13.00 Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
15.00 10 самых! (16+)
15.30 Хиты по-русски. (16+)
16.00 Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
17.00 DFM - Dance chart. (16+)
18.00 Плейлист. Зима. (16+)
19.00 Песня года-2019. (16+)
23.10 Танцпол. (16+)
 Делай громче и слушай отборные танцевальные хиты.
01.00 Лайкер. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ
06.30 «Смешарики. Прибытие поезда». (0+)
07.00 «Время малышей». (0+)
08.00, 13.30, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
09.25 «Геройчики». (0+)
12.10 «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». (0+)
12.20, 18.00 «Кошечки-собачки». (0+)
12.30 Друзья на все времена. «Снежная королева». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)
19.00 МУЛЬТпреьера! «Кошечки-собачки. Призвание». «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». «Геройчики. Секрет Де Кролля». «Ник-изобретатель. Так и запишем!». «Фиксики. Самолёт». «Ми-Ми-Мишки. Круги на полях». «Черепашки. Клубок». «Малышарики идут в детский сад: С ветерком! Пикник». (0+)
20.00 «Лунтик». (0+)
20.55 «Машины сказки». (0+)
21.00 «Барбоскины». (0+)
21.25 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)

О!
05.00 «Озорные эльфы». (0+)
06.30 О! Музыка! (0+)
07.00 «Жужжалка». (0+)
07.05, 02.30 «Тима и Тома». (0+)
08.00, 03.20 «Дракошия». (0+)
08.10 «Доктор Панда». (0+)
09.40 «Что в тарелке?» (0+)
10.00 О! Кино! «Фиксики. Большой секрет». (6+)
11.15 «Приключения Ам Няма». (0+)
11.30 «ДиноСити». (0+)
12.30 «Команда Флоры». (0+)
14.00 «Оранжевая королева». (0+)
16.00 «Magis English». (0+)
16.20 «Царевны». (0+)
18.00 «Ничего себе имя!» (0+)
18.30 О! Кино! «Смешарики. Дежавю». (6+)
19.50 «Приключения Ам Няма». (0+)
20.00 «Смешарики». (0+)
22.30 «Оранжевая королева». (0+)
00.30 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
02.10 «Лабораторию. Маленькие исследователи». (0+)
03.30 «Тайна и стражи Амазонии». (0+)

КАРУСЕЛЬ
05.00 Ранние пташки. «Барбоскины». (0+)
06.55 «Чик-зарядка». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
 Просыпайтесь с нами, и ваше утро обязательно будет добрым!
07.30 «Чик-зарядка». (0+)
07.35 «Чуч-Мяуч». (0+)
09.00 «Съедобное или несъедобное». (0+)
 Сегодня на кухне - повар-художник Боря! Как приготовить сосиски в тесте без драже, есть ли на Марсе вода, и чем занимаются метеорологи? Ответы - в программе «Съедобное или несъедобное»!
09.20 «Морки Дорики». (0+)
09.45 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
 Шаранавты - это отважные космические герои, защитники Шаралактики!
11.00 «Лео и Тиг». (0+)
12.45 «Три кота». (0+)
15.00 «За секунду до счастья!» (0+)
 Мы познакомимся с разными домашними животными, узнаем об их особенностях и повадках. Расскажем, чем кормить и как ухаживать, а заодно проверим твои знания и наблюдательность.
15.30 «Ералаш». (6+)
16.50 «Приключения капитана Врунгеля». (6+)
 Любимый 13-серийный мультик про невероятную регату, в которой принял участие легендарный капитан Врунгель и его верные помощники - Лом и Фукс.
18.05 «Лунтик». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
23.00 «Пёс в сапогах». (0+)
23.20 «Как Лъвёнок и Черепаша пели песню». (0+)
23.30 «Чучело-Мяучело». (0+)
23.40 «Гадкий утёнок». (0+)
00.00 «Бодо Борода. Бокварь». (0+)
01.50 «Команда Дино». (0+)
02.50 «Котики, вперед!» (0+)
03.55 «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
04.35 «Еда на ура! Рецепты». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР
06.00, 14.00, 22.00 «Урфин Джус и его деревянные солдаты». (12+)
07.30, 15.30, 23.30 «Урфин Джус возвращается». (12+)
08.45, 16.45, 00.45 «Фиксики: Большой секрет». (6+)
10.10, 18.10, 02.10 «Фиксики против крабов». (6+)
11.35, 19.35, 03.35 «Крепость: Щитом и мечом». (12+)
12.45, 20.45, 04.45 «Умка на елке». (12+)
12.55, 20.55, 04.55 «Как поймать перо Жар-Птицы». (12+)
 Во исполнение воли царя Берендея, младший сын его Иван отправляется на поиски диковинной Жар-птицы. В поисках удачи Ивана Царевича сопровождает верный друг и помощник - Серый Волк, который, обладает всевозможными навыками и всегда спешит на помощь простодушному Ивану.

СОЛНЦЕ
05.00 «Буба». (0+)
08.00 «Робин Гуд: Проказник из Шервуд». (6+)
09.55 «Ералаш». (6+)
11.55 «РОДИТЕЛИ». (12+)
14.05 «Маша и Медведь». (0+)
15.55 «Ёжик Бобби: Колючие приключения». (6+)
17.50 «Жил-был кот». (6+)
19.30 «Литл Гром». (0+)
 Литл Гром - неуловимый мустанг, к которому никто и никогда не смог даже приблизиться. Поймать его - мечта мальчика Якари и его подружки Радуги. Наделенный даром разговаривать с животными, Якари отправляется в путешествие, полное новых знакомств и приключений.
21.15 «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
23.15 «ПАПАШИ». (12+)
01.05 «ИГРУШКА». (16+)
02.40 «Ералаш». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 Молитвослов. (0+)
05.40 «БОЛЬШАЯ ЖИЗНЬ». 2 серия. (0+)
07.40 Киево-Печерские святые. Чудотворцы. (0+)
08.10, 08.45 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
08.30, 04.45 Тайны сказок. С Анной Ковальчук. (0+)
09.25 Простые чудеса. (12+)
10.15 В поисках Бога. (6+)
10.50, 02.45 Расскази мне о Боге. (6+)
11.25 Лики Богородицы. Феодоровская икона Божией Матери. (0+)
12.00 Лики Богородицы. Толгская икона Божией Матери. (0+)

12.35 Лики Богородицы. Тихвинская икона Божией Матери. (0+)
13.10 «ЧИСТОЕ НЕБО». (12+)
15.30, 17.20 «СИЛЬНЫЕ ДУХИ». 1-2 серии. (12+)
19.25 Земля жизни. Фильм 7. (0+)
20.30 Русский мир. (12+)
21.30 Простые чудеса. (12+)
22.20 Святые России. (6+)
23.25 Профессор Осипов. (0+)
00.00 Война и Библия. (0+)
00.30 День Патриарха. (0+)
00.45 «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)
01.50 Земля жизни. Фильм 7. (0+)
03.15 Простые чудеса. (12+)
04.00 Первосвященники. (0+)

Православный календарь

21 января
 Седмица 32-я по Пятидесятнице. Суббота по Богоявлению. Глас 6. Попрасидство Богоявления. Прп. Георгия Хозевита.



Прп. Домники. Прп. Емилиана исп. Прп. Григория, чудотворца, Печерского. Прп. Григория, затворника Печерского. Сщмч. Исидора пресвитера и с ним 72 в Юрьеве Лифляндском пострадавших. Сщмч. Картерия, пресвитера Кесария Капподакийской. Мчч. Иулиана, Келсия, Антония, Анастасия, мцц. Василиссы и Мариониллы, семи отроков и 20 воинов. Мчч. Феофила диакона и Елладия. Прп. Илии Египетского. Мч. Або Тбилисского (Груз.). Прп. Паисия Угличского. Прп. Пахомия Кенского. Сщмч. Виктора пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера. Сщмч. Владимира пресвитера. Прмч. Пафнутия. Мч. Михаила. Сщмч. Василия пресвитера. Мч. Иоанна. Св. Михаила исп., пресвитера.

Поста нет.

« Не только когдаходишь в молитвенный дом, люби Господа, но и находясь в пути, и беседа, и вкушая пищу, имей память о Боге, и любовь, и приверженность к Нему». Прп. Макарий Великий

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

16 января	Восход: 8 ч. 46 м. Заход: 16 ч. 32 м. Долгота дня: 7 ч. 46 мин.	Убывающая Луна в знаке Скорпиона
17 января	Восход: 8 ч. 44 м. Заход: 16 ч. 34 м. Долгота дня: 7 ч. 50 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
18 января	Восход: 8 ч. 43 м. Заход: 16 ч. 36 м. Долгота дня: 7 ч. 53 мин.	Убывающая Луна в знаке Стрельца
19 января	Восход: 8 ч. 42 м. Заход: 16 ч. 37 м. Долгота дня: 7 ч. 55 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
20 января	Восход: 8 ч. 40 м. Заход: 16 ч. 39 м. Долгота дня: 7 ч. 59 мин.	Убывающая Луна в знаке Козерога
21 января	Восход: 8 ч. 39 м. Заход: 16 ч. 41 м. Долгота дня: 8 ч. 02 мин.	Новолуние, Луна в знаке Водолея
22 января	Восход: 8 ч. 38 м. Заход: 16 ч. 43 м. Долгота дня: 8 ч. 05 мин.	Растущая Луна в знаке Водолея

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 16 ПО 22 ЯНВАРЯ

ЭТОТ ДЕНЬ В ИСТОРИИ

16 ЯНВАРЯ
 В 1237 году началась осада Рязани войском хана Батыя.
 В 1909 году открыт Южный магнитный полюс Земли.
17 ЯНВАРЯ
 В 1773 году Южный полярный круг был впервые пересечен Джеймсом Куком.
18 ЯНВАРЯ
 В 1825 году в Москве состоялась открытие Большого театра.
 В 1926 году состоялась премьера фильма Сергея Эйзенштейна «Броненосец Потёмкин».
 В 1943 году была проведена блокада Ленинграда во время Великой Отечественной войны.
20 ЯНВАРЯ
 В 1958 году были установлены первые радары контроля за скоростью автомобилей.

21 ЯНВАРЯ
 В 1945 году в Москве принято решение СНК об основании главного Ботанического сада.
 В 1954 году на воду спущена первая в мире атомная подводная лодка.
22 ЯНВАРЯ
 В 1506 году в Ватикане создана Швейцарская гвардия, которая с тех пор охраняет понтификов и папскую резиденцию.
 В 1724 году Пётр I издал указ об обязательности знания служащими государственных учреждений Российской империи законов и уставов и о воспрепятствии оправдываться незнанием законов, под страхом штрафов за неисполнение.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ
16 ЯНВАРЯ. Василий.
17 ЯНВАРЯ. Александр, Николай, Павел.
18 ЯНВАРЯ. Андрей, Григорий, Евгений, Матфей, Сергей.
19 ЯНВАРЯ. Феофан.
20 ЯНВАРЯ. Иоанн.
21 ЯНВАРЯ. Анастасия, Антоний, Виктор, Владимир, Георгий, Димитрий, Илья, Михаил.
22 ЯНВАРЯ. Пётр, Филипп.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ
17 ЯНВАРЯ ■ День детских изобретений
18 ЯНВАРЯ ■ День рождения детского телевидения в России ■ День толкового словаря
 ■ День Главного командования ВВС РФ
 ■ День технического обслуживания
19 ЯНВАРЯ ■ Крещение Господне (Святое Богоявление) ■ День патологоанатома
20 ЯНВАРЯ ■ День делопроизводственной службы МВД РФ
 ■ Всемирный день любителей сыра
21 ЯНВАРЯ ■ День инженерных войск России
 ■ День аспиранта ■ Международный день объятий
22 ЯНВАРЯ ■ День войск авиации ПВО РФ

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Мели, Емеля, твоя неделя!

16 января по народному календарю считалось Гордеевым днем. Иней на деревьях в этот день означал ясную и сухую погоду, а встретившийся возле дома заяц – похолодание.
17 января, в день Зосимы-пчельника, было принято следить за огнем в печи: слабая тяга – к сырости погоде, сильная – к морозу.
 Если на Крещенский сочельник, **18 января**, была метель, то и через три месяца тоже метель будет.
19 января, на Крещение, всегда ждали сильных морозов. Однако если этот день выдавался теплым и солнечным, то такая погода должна была продержаться еще две недели.
 На Ивана-Бражника, **20 января**, внимательно

но следили за погодой: ясное небо сулило засушливое лето, южный ветер – лето суровое, яркое солнце в полдень – раннюю весну.
 Про **21 января**, день Емелиана зимнего, в народе говорили: «Мель, Емеля, твоя неделя!» – касалось это не только небылиц и сказок, но и сильных метелей, часто случавшихся в этот день. Снег же означал обилие дождей в августе.
22 января, в Филиппов день, о грядущей погоде судили по поведению животных: кошка у печи спит – к похолоданию, лежит кверху брюхом – к теплению, точит когти – к сильному ветрам, спит целый день – к теплу.

Чем хуже настроение, тем нежнее отбивные.

ТЕЛЕК

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



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

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

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

02 (571). Время подписания в печать по графику: 01.00 час. 10.01.2023 г., фактическое: 01.00 час. 10.01.2023 г. Дата производства: 10.01.2023 г. Дата выхода в свет 11.01.2023 г. Тираж 725 900.
 Отпечатано в типографии АО «Прайм Принт Москва», 141700, Россия, Московская область, город Долгопрудный, Лихачевский проезд, д. 5В. Заказ 145. Выходит во всех областях ЦФО.
 Общий тираж 834 700. Сайт газеты telek.kardos.media
 Еженедельная семейная газета для читателей 12+. Объем 5 п.л. Рекомендованная розничная цена 31 рубль.
Подписной индекс П2939 в каталоге «ПОЧТА РОССИИ» и на сайте https://podpiska.pochta.ru
 Копирование без указания источника запрещено. Редакция не несёт ответственности за достоверность содержания рекламных материалов. Телепрограмма предоставлена компанией ЗАО Сервис ТВ.

1 ПЕРВЫЙ

ВИДЕЛИ ВИДЕО?

12.15 «Видели видео?» (0+)

- 05.10** «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 06.00 Новости
- 06.10** «ГУСАРСКАЯ БАЛЛАДА». (12+)
- 06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
- 07.40 «Часовой». (12+)
- 08.15 «Здоровье». (16+)
- 09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
- 09.40 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)
- 10.00 Новости (с субтитрами)
- 10.15 Премьера. «Жизнь своих». (12+)
- 11.10 «Повара на колесах». (12+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15 «Видели видео?» (0+)
- 14.00** «БРОНЕНОСЕЦ «ПОТЕМКИН»». (12+)
- 15.45 «Александр Ширвиндт. «Две бесконечности». (16+)
- 17.00 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию-2023. Прямой эфир
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 19.00 «Горячий лед». Кубок Первого канала по фигурному катанию-2023. Пр.тр.
- 21.00 «Время»
- 22.35** «КОНТЕЙНЕР». (16+)
- 23.35** ПОДКАСТ.ЛАБ. (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00** «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
- 06.45** «ПО СЛЕДУ ЗВЕРЯ». (16+)
- 10.20** «ВЕТЕРАН». (16+)
- 14.10** «ПУСТЫНЯ». (16+)
- Россия, 2018 г. Боевик. В ролях: Павел Трубинер, Алексей Комашко, Бесо Гатаев, Дарья Егорова. Полевой командир Масуд планирует произвести масштабный теракт, сравнимый или даже превосходящий атаку 11 сентября. На вооружении армии Саулейна (небольшого государства в Центральной Азии), есть крылатые баллистические ракеты.
- 18.20** «СЛЕД». (16+)
- 00.10** «УЛЬТИМАТУМ». (16+)
- 03.25** «ПО СЛЕДУ ЗВЕРЯ». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



18.00 «Песни от всей души». (12+)

- 06.15** «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (16+)
- 08.00 Местное время. Воскресенье
- 08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
- 09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
- 10.10 Сто к одному
- 11.00 Вести
- 11.40 Большие перемены
- 12.45** «ТЕОРЕМА ПИФАГОРА». (16+)
- Ирина подаёт на развод. Верещагин переезжает к любовнице. Дочери Ирина и Сергей решают рассказать всю правду - у папы есть другая женщина и сын. Но уверяют её, что для Ксюши ничего не изменится, они будут любить её, несмотря ни на что. Однако переходный возраст девочки даёт о себе знать.
- 17.00 Вести
- 18.00 «Песни от всей души». (12+)
- 20.00 Вести недели
- 22.00 Москва. Кремль. Путин
- 22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 01.30** «ЖЕНИХ». (16+)
- Россия, 2011 г. Мелодрама. В ролях: Сергей Векслер, Светлана Чуйкина. Инна и Борис Громыны прожили в браке много лет.
- 03.10** «ЖЕНА ПО СОВМЕСТИТЕЛЬСТВУ». (16+)

ТЕЛЕКАНАЛ **ЗВЕЗДА** ЗВЕЗДА

- 06.00** «СЕКРЕТНЫЙ ФАРВАТЕР». (12+)
- 09.00 «Новости недели». (16+)
- 09.25 «Служу России». (12+)
- 09.55 «Военная приемка». (12+)
- 10.45 «Скрытые угрозы». (16+)
- 11.30 «Код доступа». (12+)
- 12.20 «Легенды армии». (12+)
- 13.05 «Специальный репортаж». (16+)
- 14.00** «МАРШ-БРОСОК. ОХОТА НА «ОХОТНИКА». (16+)
- 18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
- 19.45 «Легенды советского сыска». (16+)
- 23.00 «Фетисов». (12+)
- 23.45** «ВТОРЖЕНИЕ». (12+)

ТВУ ТВЦ



14.30 Московская неделя

- 05.45** «СУЕТА СУЕТ». (6+)
- 07.10** «ПАРИЖСКИЕ ТАЙНЫ». (6+)
- 09.05 «Здоровый смысл». (16+)
- 09.35** «РЕСТАВРАТОР». (12+)
- 11.30 События
- 11.45 «Петровка, 38». (16+)
- 11.55** «ЧЁРНЫЙ ПРИНЦ». (6+)
- 13.50 «Москва резиновая». (16+)
- 14.30 Московская неделя
- 15.00 «Что бы это значило?» Юмористический концерт. (12+)
- 16.50** «МУЖ В ХОРОШИЕ РУКИ». (12+)
- Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Сергей Мухин, Анастасия Савосина. После нескольких лет в браке с мужем-ботаником самоуверенная красавица Ирина решает сосватать своего благоверного соседке Лидке.
- 18.55** «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ». (12+)
- 22.55** «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (12+)
- 00.30 События
- 00.45** «ИСПРАВЛЕННОМУ ВЕРИТЬ: ПАУТИНА». (12+)
- 02.20 «Петровка, 38». (16+)
- 02.35** «ХРУСТАЛЬНАЯ ЛОВУШКА». (12+)
- 05.30 Московская неделя. (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 14.05 «Большая страна»
- 06.50 17.00 «Двойной портрет». (12+)
- 07.30 «Ужас морских глубин»
- 08.20 «Бременские музыканты». (0+)
- 08.40 «По следам бременских музыкантов». (12+)
- 09.00 10.05 ОТражение
- 09.30 15.05 «Календарь». (12+)
- 11.45 «На приёме у главного врача». (12+)
- 12.25 «Отчий дом». (12+)
- 12.40** «КО МНЕ, МУХТАР!» (12+)
- 13.30 «Книжные аллеи». (12+)
- 16.15 «Моя история». (12+)
- 17.25 «Диалоги без грима». (6+)
- 17.40** «ХОЗЯИН ТАЙГИ». (12+)
- 19.05 «Клуб главных редакторов». (12+)
- 19.45 «Вспомнить всё». (12+)
- 20.15** «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)
- 22.15** «ЗВЁЗДЫ И СОЛДАТЫ». (12+)
- 23.30 «Мария Каллас». (16+)

НТВ



11.00 «Чудо техники». (12+)

- 04.50** «СТАЖЁРЫ». (16+)
- 06.30 «Центральное телевидение». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.20 «Первая передача». (16+)
- 11.00 «Чудо техники». (12+)
- 11.55 «Дачный ответ». (0+)
- 13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
- Какие снеки, которые мы называем орехами, на самом деле самозванцы на ореховой полке, а по факту семечки, косточки, бобовые, много ли в них пользы и сколько они должны стоить на самом деле - расскажет Олег Солнцев в новом выпуске «НашПотребНадзора».
- 14.05 «Однажды...» (16+)
- 15.00 «Своя игра». (0+)
- 16.00 «Сегодня»
- 16.20 «Следствие вели...» (16+)
- 18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
- 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
- 20.20 «Звезды сошлись». (16+)
- 21.50 «Основано на реальных событиях». (16+)
- Главный грешник шоу-бизнеса. Скандальный певец Шура. Почему 25 лет он не общался с родной матерью?
- 01.15** «ЛОВУШКА». (16+)
- 02.35** «БОМБИЛА. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Новости (каждый час)». (16+)
- 06.40 12.45 19.15 «The City прямо». (12+)
- 06.55 08.55 09.55 10.55 11.55 12.55 13.55 14.55 15.55 17.55 19.55 21.55 «Атмосфера». (0+)
- 13.15 «Сделано в Москве». (12+)
- 13.45 «Московский спорт». (12+)
- 14.30 «ГОСТ шоу». (12+)
- 15.30 21.25 «Москва сегодня». (16+)
- 17.20 20.30 23.20 03.20 «The City. Едим». (12+)
- 18.15 00.15 «Специальный репортаж». (12+)
- 22.25 05.30 «Дайджест Рейд 112». (16+)
- 01.15 «Откройте, Давид». (16+)

РОССИЯ **К** РОССИЯ К Культура



13.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

- 06.30 «Твербуль, или Пушкинская верста»
- 07.20 «Мультфильмы»
- 08.35** «ИСПЫТАТЕЛЬНЫЙ СРОК»
- 10.10 Тайны старого чердака
- 10.40 Звезды русского авангарда
- 11.05** «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ»
- 12.55 «Невский ковчег. Теория невозможного»
- 13.25 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
- 14.05 00.50 «Эйнштейны от природы»
- 15.00** «ПОХИТИТЕЛЬ БАЙКОВ»
- 16.30 Больше, чем любовь
- 17.15 «Пешком...»
- 17.45 «Замуж за монстра. История мадам Поннари»
- 18.35 «Романтика ромansa»
- 19.30 Новости культуры с Владиславом Флярковским
- 20.10** «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ»
- 21.40 Закрытие I Международного конкурса вокалистов и концертмейстеров Хиблы Герзмава. Трансляция из Московского академического музыкального театра
- 23.10** «ДЕТЕКТИВНАЯ ИСТОРИЯ»
- 01.40 «Искатели»
- 02.25 «Аргонавты». «Загадка Сфинкса»
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 17.00 «Будни»
- 06.00 «Быстрые деньги». (12+)
- 06.30 «Личное дело». (12+)
- 08.00 «Вкусно 360». (12+)
- 10.30 11.10 12.45 «Внимание! Еда!» (12+)
- 11.00 12.00 15.00 16.00 18.00 20.00 «Новости 360»
- 11.05 16.05 18.05 «Погода 360»
- 12.30 «Формула успеха». (12+)
- 13.40 «Тет-а-тет с Марусей». (12+)
- 14.10 15.05 16.10 23.40 «Зима в Подмосковье». (12+)
- 18.10 «ЧП 360». (16+)
- 18.20 19.10 20.30 21.20 22.05 22.55 «Невероятная наука». (12+)
- 00.00 «Итоги недели»

СТС СТС



07.15 «Царевны». (0+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
- 06.05 «Фиксики». (0+)
- 06.25 «Мультфильмы». (0+)
- 06.45 «Три кота». (0+)
- 07.15 «Царевны». (0+)
- 07.40** «ПРАВИЛА СЪЕМА. МЕТОД ХИТЧА». (12+)
- 10.00** «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+)
- 11.50** «ПОСЛЕДНИЙ ОХОТНИК НА ВЕДЬМ». (16+)
- США - Китай - Канада, 2015 г. Фэнтези. В ролях: Вин Дизель, Роуз Лесли. Армии охотников на ведьм сражались с ними на протяжении многих веков, но ведьмы до сих пор живут среди нас.
- 13.55** «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ». (12+)
- 16.25** «СОКРОВИЩЕ НАЦИИ. КНИГА ТАЙН». (12+)
- 18.55 Премьера! «Сила девяти богов». (12+)
- 21.00** «БОГИ ЕГИПТА». (16+)
- США - Австралия, 2016 г. Фэнтези. В ролях: Брентон Туэйтс, Джерард Батлер. Некогда мирное и процветающее египетское царство погружается в хаос: беспощадный бог тьмы Сет убивает своего брата Осириса и узурпирует трон.
- 23.25** «ВОЙНА БОГОВ: БЕССМЕРТНЫЕ». (16+)
- 01.20** «УМНИЦА УИЛЛ ХАНТИНГ». (16+)
- 03.20 «6 кадров». (16+)
- 05.10 «Мультфильмы». (0+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.15 09.45 16.25 18.10 19.45 22.20 00.10 01.45 «Мой район». (16+)
- 08.00** «В ДОБРЫЙ ЧАС!» (12+)
- 09.55** «ПРОСТАЯ ИСТОРИЯ». (12+)
- 11.20 «Кинодача». (12+)
- 12.10 «Раскрывая тайны звезд». (12+)
- 13.00** «РАСПЛАТА». (12+)
- 16.35** «КАК ИВАНУШКА - ДУРАЧОК ЗА ЧУДОМ ХОДИЛ». (0+)
- 18.20** «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (6+)
- 19.55** «ДВОЙНОЙ КАПКАН». (12+)
- 22.30** «ГОРОДСКОЙ РОМАНС». (12+)
- 00.20** «УДИВИ МЕНЯ». (16+)
- 01.55** «СТРАННЫЕ ВЗРОСЛЫЕ». (12+)

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

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

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>10.30 «Наука и техника». (16+)</p> <p>05.00 «Тайны Чапман». (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>13.00 «ВОЙНА МИРОВ». (16+)</p> <p>15.10 «БЕГУЩИЙ ПО ЛЕЗВИЮ 2049». (16+)</p> <p>18.15 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ». (16+)</p> <p>США, 2014 г. Боевик. В ролях: Дензел Вашингтон, Мартон Чокаш, Хлоя Грейс Морец, Дэвид Харбор, Хейли Беннетт.</p> <p>20.45 «ВЕЛИКИЙ УРАВНИТЕЛЬ-2». (16+)</p> <p>23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+)</p> <p>23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p>	<p>22.00 «Концерты». (16+)</p> <p>07.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>14.35 «ЧАРЛИ И ШОКОЛАДНАЯ ФАБРИКА». (12+)</p> <p>16.55 «УДИВИТЕЛЬНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ ДОКТОРА ДУЛИТТЛА». (12+)</p> <p>США, 2020. Комедия. В ролях: Роберт Дауни мл., Антонио Бандерас, Майкл Шин.</p> <p>19.00 «ВЕЛИКАЯ СТЕНА». (12+)</p> <p>21.00 «Это миниатюры». (16+)</p> <p>22.00 «Концерты». (16+)</p> <p>23.00 «Про жарка». (18+)</p> <p>00.00 «НЕСНОСНЫЕ БОСЫ-2». (18+)</p> <p>01.55 «Импровизация». (16+)</p> <p>03.30 «Comedy Баттл». (16+)</p> <p>05.05 «Открытый микрофон». (16+)</p> <p>06.40 «Однажды в России». (16+)</p>	<p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>12.00 «ПОГОНЯ». (16+)</p> <p>14.00 «ОРУДИЯ СМЕРТИ: ГОРОД КОСТЕЙ». (12+)</p> <p>16.45 «ХРОНИКИ РИДДИКА. ЧЁРНАЯ ДЫРА». (16+)</p> <p>19.00 «ВАН ХЕЛЬСИНГ». (12+)</p> <p>США, Чехия, Румыния, 2004 г. Фэнтези. В ролях: Хью Джекман, Кейт Бекинсейл. Далеко в Карпатских горах лежит страна Трансильвания, где обитают вурдалаки, оборотни и еще сотни порождений тьмы. Ван Хельсинг-охотник за нечистью, отправляется в Карпаты...</p> <p>21.45 «ТЕПЛО НАШИХ ТЕЛ». (12+)</p> <p>23.45 «ПОТРОШИТЕЛИ». (16+)</p> <p>01.45 «ДИВЕРГЕНТ: ИНСУРГЕНТ». (16+)</p> <p>03.30 «ТРИНАДЦАТЬ». (16+)</p>	<p>06.00 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p> <p>Россия, 2011-2016 гг. Лирическая комедия. В ролях: Александр Якин, Наталья Земцова, Александр Половцев, Мария Аронова, Леонид Громов. Эта история началась еще в 1986 году. Уже шла перестройка, но Советский Союз еще не распался. Это было время, когда не было интернета, гипермаркетов и даже мобильных телефонов, но зато воду пили из-под крана, в Москве не было пробок...</p> <p>20.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший анти-депрессант и панацея от плохого настроения.</p> <p>22.00 «+100500». (16+)</p> <p>23.30 «ВОСЬМИДЕСЯТЫЕ». (16+)</p>	<p>17.20 Все на Матч!</p> <p>06.00 Смешанные единоборства. Пр.тр.</p> <p>09.30 10.35, 12.55, 15.35, 17.50, 22.00, 03.30 Новости</p> <p>09.35, 12.05, 15.05, 17.20, 22.05, 00.45 Все на Матч!</p> <p>10.40, 13.50 Биатлон. Парі Кубок Содружества. Масс-старт. Пр.тр.</p> <p>13.00 Биатлон с Дмитрием Губерниевым</p> <p>15.40 Смешанные единоборства. UFC. (16+)</p> <p>17.55 Волейбол. «Зенит» - «Динамо». Чемпионат России. Парі Суперлига. Мужчины. Пр.тр.</p> <p>19.55 Футбол. «Специя» - «Рома». Пр.тр.</p> <p>22.40 Футбол. «Ювентус» - «Аталанта». Пр.тр.</p> <p>01.30 Волейбол. «Локомотив» - «Динамо». Чемпионат России. Парі Суперлига. (0+)</p> <p>03.35 Биатлон.</p> <p>05.30 Что по спорту? (12+)</p>	<p>19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)</p> <p>06.30 «СЕМЕЙНАЯ ТАЙНА». (16+)</p> <p>09.00 «ДОЛГОЖДАННАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)</p> <p>10.55 «ИГРА В ДОЧКИ-МАТЕРИ». (16+)</p> <p>Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Дарья Калмыкова, Игорь Теплов. Заведующая небольшой провинциальной библиотеки Марина одна растит 12-летнюю дочку Яну и мечтает выйти замуж за архитектора Андрея, с которым давно встречается.</p> <p>14.55 «КАРТА ПАМЯТИ». (16+)</p> <p>Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Ася Домская, Иван Жвакин. Лиза живёт с мамой в небольшом городке вдалеке от Москвы...</p> <p>19.00 «ВЕТРЕННЫЙ». (16+)</p> <p>22.35 «ГДЕ ЖИВЁТ НАДЕЖДА?» (16+)</p> <p>02.05 «ЛЮБОВЬ ВЕРЫ». (16+)</p> <p>05.10 «ДОЛГОЖДАННАЯ ЛЮБОВЬ». (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.

Ну и цены! – Вера повертела в руках книгу и поставила ее обратно на полку.

– Ну, это подарочный экземпляр, – Максим достал с полки и тоже повертел в руках увесистый томик. – Ну и потом, пиар. Ты посмотри, это жеopus какого-то известного блогера. Ты, кстати, его не знаешь случайно?

– Знаю, мы же с тобой на его творческий вечер как раз и пришли.

– Да?! – Максим с искренним удивлением посмотрел на жену. – А я думал, ты ничего кроме детективов не читаешь. Ну и там, журналы всякие.

Почему же? – Вера хихикнула. – За последние несколько лет я неплохо поднаторела в детской и подростковой литературе.

Максим улыбнулся, вспомнив библиотеку, со-

Творческая встреча с детективным уклоном

бранную для сына. Сын любил читать. Это родителей радовало безмерно. А потому те старались угодить, покупая все, на чем останавливался взгляд их чада... в книжном магазине. **С**лушай, а почему мы все-таки сегодня здесь? – Максим вернул на полку дорожную книгу в яркой обложке. – Насколько я знаю, ты не слы-

ком жалуешь разных модных блогеров.

– Этот пишет детективные истории.

– О! – Максим еще раз пробежал любопытствующим взглядом по полке с книгами обсуждаемого автора.

– Говорит, все истории основаны на личном опыте, – Вера усмехнулась.

– Ты их читала? – Максим с интересом посмотрел на жену.

Быков от них в восторге. Ну и еще парочка наших. Считаю, что это современный Шерлок Холмс. **Д**о с т а л и с в о и м и в о с т о р г а м и, я решила взглянуть на этого гения воочию. Вот посмотрю, послушаю, тогда и решу, стоит ли

тратить время на его вирши.

Максим понимающе усмехнулся.

– Господа, просим всех занять свои места, – раздался усиленный микрофоном женский голос. – Через три минуты к нам присоединится Вениамин Юрьев – писатель, детектив, консультант по написанию текстов и просто хороший человек.

На этот раз усмехнулась Вера, но к составленным рядами тонконогим стульям поспешила.

Через пару минут в холле книжного магазина действительно появился мужчина в джинсах, свитере и очках. Выглядел он своим парнем, да и улыбался дружелюбно. К нему тут же подбежала парочка восторженных девиц с просьбой подписать книгу. Ведущая попыталась их урезонить, сообщив, что все автографы после творческой встречи, но писатель дружелюбно кивнул ей, взял у одной из девиц ручку, наклонился над книгой и задрал очки

на лоб. Поставил подпись, вернул книгу, водрузил очки обратно на переносицу и только после этого прошествовал к столу с микрофоном.

Простите за опоздание, – виновато и радушно улыбнулся он, обводя гостей теплым взглядом. – Умудрился сегодня сжечь пару листов свежей рукописи по недосмотру. Погода-то солнечная, а я оставил на рукописи эти вот самые очки, пока брился. Возвращаюсь в комнату, а там локальный пожар на столе. Зато в голову сразу пришел сюжет для новой повести. Спасибо случаю.

Вера поднялась со своего места, потянула за рукав Максима.

– Вам тоже подписать книгу? – вежливо поинтересовался у Веры Вениамин – хороший человек.

Все автографы после встречи, – нетерпеливо взвизгнула ведущая.

Вера выбралась наконец из своего ряда, повернулась к писателю лицом:

– Успешной вам работы над новой повестью, – сказала, махнула рукой и заспешила к выходу. – Шарлатан, – прошептала себе под нос, но Максим хорошо ее расслышал.

Любовь АНИНА



Почему Вера решила, что Вениамин Юрьев шарлатан?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 1: дело в том, что, когда девушка вошла в кабинет, Вера сразу обратила внимание на ее неестественно яркий зеленый цвет глаз. Догадка ее подтвердилась, когда Олеся сказала, что носит линзы. Цветные линзы, судя по всему, есть у таких линз одно неприятное свойство, которое может проявиться в том числе в сумерках и при взгляде вбок. Появляется пелена перед глазами, ощущение тумана. Это связано с тем, что пигмент линзы в этих ситуациях может «наплывать» на область зрачка, «затуманивая» взор. Чем меньше размер прозрачной центральной части цветной линзы, тем сильнее будет ощущение «тумана» перед глазами.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ.
ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.25 «ДА ЗДРАВСТВУЕТ МЕСИКА!» (18+)
07.55 «АЛЕКСАНДР НЕВСКИЙ». (12+)
09.55 «ИВАН ГРОЗНЫЙ». (12+)
13.10 «НЕВЕРОЯТНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ИТАЛЬЯНЦЕВ В РОССИИ». (12+)
15.05 «БОЛЬШАЯ ПЕРЕМЕНА». (12+)
20.00 «ИРОНИЯ СУДЬБЫ, ИЛИ СЛЕГКИМ ПАРОМ!» (12+) СССР, 1975 г. В ролях: Андрей Мягков, Барбара Брыльска, Юрий Яковлев
23.30 «ВОКЗАЛ ДЛЯ ДВОИХ». (12+)
01.55 «ЧЕЛОВЕК С БУЛЬВАРА КАПУЦИНОВ». (16+)
03.25 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (12+)
05.50 «ТОТ САМЫЙ МЮНХГАУЗЕН». (12+)

TV1000

05.30 «Три и Радужное королевство». Мультсериал. (6+)
06.55 «Буба». Мультсериал. (6+)
07.50 «Роботы-поезда». Мультсериал. (6+)
09.00 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
10.35 «ДИВЕРГЕНТ». (12+)
13.05 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-2: ИНСУРГЕНТ». (12+)
15.00 «ДИВЕРГЕНТ, ГЛАВА-3: ЗА СТЕНОЙ». (12+)
17.05 «ПАСАЖИРЫ». (16+)
19.05 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
21.00 «ПРЕДЕЛ РИСКА». (16+)
23.00 «ФИНАНСОВЫЙ МОНСТР». (18+)
00.40 «КЛИК: С ПУЛЬТОМ ПО ЖИЗНИ». (12+)
02.20 «ГАРРИ И ХЕНДЕРСОНЬ». (12+)
04.05 «Пончары. Глобальное закружение». Мультфильм. (6+)

TV1000
РУССКОЕ КИНО

05.30 «Пин-код». «Три кота». Мультсериалы. (6+)
08.45 «Фиксикки». Мультсериал. (6+)
10.00, 10.50, 11.45 «СКЛИФОВСКИЙ». (16+)
12.40 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ». (12+)
14.30 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-2». (12+)
16.10 «ЛЮБОВЬ-МОРКОВЬ-3». (12+)
18.00 «ЛЕГЕНДЫ «ОРЛЕНКА». (6+)
19.35 «АРТЕК: БОЛЬШОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (6+)
21.20 «НОРМАЛЬНЫЙ ТОЛЬКО Я». (12+)
23.05 «МОЛОДОЙ ЧЕЛОВЕК». (16+)
01.00 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+)
02.30 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
04.10 «СЕМЬ УЖИНОВ». (12+)

ДОМ КИНО

06.40 «ТАКСИ-5». (16+)
08.30 «ТАКСИ-4». (16+)
10.05 «ТАКСИ». (16+)
11.45 «ТАКСИ-2». (16+)
13.20 «ТАКСИ-3». (16+)
15.00 «ВАСАБИ». (16+)
 Франция, Япония, 2001 г. В ролях: Жан Рено, Кароль Буке, Рёко Хироэсуэ, Мишель Мюллер
16.40 «СВАТЫ». (16+)
18.10 «КАК ВИТЬКА ЧЕСНОК ВЕЗ ЛЕХУ ШТЫРЯ В ДОМ ИНВАЛИДОВ». (18+)
 Россия, 2017 г. В ролях: Алексей Серебряков, Евгений Ткачук, Ольга Лапшина, Алина Насибуллина
00.50 «ГЛУХАРЬ В КИНО». (16+)
02.20 «БАБЛО». (16+)
03.50 «ЗЕЛЕНАЯ КАРЕТА». (16+)
05.20 «ОДНОЙ ЛЕВОЙ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

00.50 «СТАРЫЕ ГЕНРИ». (16+)
02.25 «ВДАЛИ ОТ РАЯ». (16+)
04.05 «ПОСВЯЩЁННЫЙ». (12+)
05.40 «УДИВИТЕЛЬНАЯ МИС-СИС МЭЙ». (16+)
07.20 «3 ДНЯ НА УБИЙСТВО». (16+)
09.15 «СВЯТАЯ ДЖУДИ». (16+)
10.55 «ОТЧАЯННЫЙ ПОБЕГ». (16+)
12.20 «МУЖЕСТВО». (16+)
 Драма, Канада, 2009 г.
13.50 «ДОВЕРИЕ». (16+)
15.15 «ТИХАЯ ГАВАНЬ». (16+)
17.05 «УЖЕ СКУЧАЮ ПО ТЕБЕ». (16+)
18.55 «ХОТЕЛ БЫ Я БЫТЬ ЗДЕСЬ». (12+)
20.35 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)
22.05 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)
23.50 «МЫ УМИРАЕМ МОЛОДЫМИ». (18+)

РУССКИЙ
ИЛЛЮЗИОН

06.05, 02.50 «СВАДЬБА ПО ОБМЕНУ». (16+)
07.35 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)
09.05 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
10.50 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ! СВИДАНИЕ НА БАЛИ». (16+)
12.50 «ВСЁ ИЛИ НИЧЕГО». (16+)
14.25 «МАТЧ». (16+)
16.30 «ЭФФЕКТ ДОМИНО». (16+)
18.05 «БАТЯ». (16+)
19.30 «О ЧЁМ МОЛЧАТ ДЕВУШКИ». (12+)
21.00 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)
23.30 «НЕВЕСТА ЛЮБОЙ ЦЕНОЙ». (18+)
01.15 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)
04.20 «НЕБЕСНЫЙ СУД». (12+)
05.55 «КУРОРТНЫЙ ТУМАН». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.00 «БОБОРО ПОРЖАЛОВАТЬ». (16+)
03.00 «ШЕСТОЙ ИГРОК». (12+)
05.00 «СНОВА ТЫ». (16+)
06.55 «КОРОЛЬ ВЕЧЕРИНОК-2». (16+)
08.45 «ЛЮБОВЬ ЗЛА». (12+)
10.55 «ЧЕСТНЫЙ РАЗВОД». (16+)
12.40 «МИЛЛИАРД». (12+)
14.35 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ». (16+)
16.10 «БАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ-2. ПРЕСТАРЕЛЫЕ МСТИТЕЛИ». (16+)
17.45 «ПРАБАБУШКА ЛЕГКОГО ПОВЕДЕНИЯ. НАЧАЛО». (16+)
19.30 «ПЛАН Б». (16+)
21.25 «КОНВОИРЫ». (16+)
 Комедия, приключения, США, 1994 г.
23.20 «ОПАСНЫЙ БИЗНЕС». (18+)

РОДНОЕ КИНО

00.50, 02.10, 03.30 «ОБРАТНОЙ ДОРОГИ НЕТ». (12+)
05.20 «ДАЧНАЯ ПОЕЗДКА СЕРЖАНТА ЦЫБУЛИ». (16+)
06.45 «ПЕЧКИ-ЛАВОЧКИ». (6+)
08.40 «НОВЫЕ АМАЗОНКИ». (16+)
10.35, 11.50 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (6+)
13.05 «АМЕРИКАН БОЙ». (16+)
15.15 «БЛЕФ». (16+)
17.25 «24 ЧАСА». (16+)
 Драма, криминал, Россия, 2000 г.
19.00 «СЫН ЗА ОТЦА». (0+)
 Драма, Россия, 1995 г.
20.35 «ВСЁ БУДЕТ ХОРОШО». (16+)
 Драма, Россия, 1995 г.
22.30 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (12+)
 Драма, комедия, Россия, 2000 г.

РУССКИЙ
РОМАН

08.05 «ХИРУРГИЯ. ТЕРРИТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)
11.45 «РИТА». (16+)
13.25 «АЛЬПИНИСТ». (12+)
15.00 «КОГДА НЕ ХВАТАЕТ ЛЮБВИ». (16+)
16.40 «УЧИТЕЛЬ МУЗЫКИ». (12+)
18.15 «СТАРШАЯ ЖЕНА». (12+)
 2016 г. В ролях: Елена Шилова, Петр Баранчев, Янина Колесниченко
21.40 «ПИСЬМО ПО ОШИБКЕ». (16+)
 2018 г. В ролях: Ольга Сумская, Дарья Трегубова, Елизавета Фалей, Александр Ведмеденский
00.55 «ШЕПОТ». (12+)
02.30 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (12+)
04.00 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ВЕДЬМИНЫ КУКЛЫ». (16+)
05.30 «РАДИ ТЕБЯ». (12+)

CINEMA

07.15 «ЗАЩИТНИК». (16+)
08.50 «ОГРАБЛЕНИЕ НА БЕЙКЕР-СТРИТ». (18+)
10.50 «АДРЕНАЛИН». (18+)
12.20 «ЛАРГО ВИНЧ: НАЧАЛО». (16+)
14.05 «ЛАРГО ВИНЧ. ЗАГОВОР В БИРМЕ». (16+)
16.10 «ЛЕВ». (16+)
18.10 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (18+)
20.00 «ПРЕЖДЕ ЧЕМ Я УСНУ». (16+)
 Великобритания, США, 2014 г. В ролях: Николь Кидман, Колин Ферт, Марк Стронг, Бен Кромптон, Энн-Мэри Дафф
21.35 «ПОМИНИ». (18+)
23.35 «ЗАЩИТНИК». (16+)
01.10 «ПОЕЗД НА ЮМУ». (16+)
03.05 «ПЯТЫЙ ЭЛЕМЕНТ». (16+)
05.05 «ШОУ ТРУМАНА». (16+)

red .RED

06.00, 17.05 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (12+)
07.35 «АЙРИС». (16+)
09.15, 10.05 Проект Подиум. (16+)
10.55, 11.55, 12.55 Правила моей кухни. (16+)
13.55, 14.00, 15.25, 16.15, 17.30, 17.45, 18.30, 19.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
20.00 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (16+)
 США, 2004 г. В ролях: Антон Ельчин, Робин Уильямс, Теа Леони, Эрика Баду, Дэвид Духовны
21.45 «БОЛЬШАЯ РЫБА». (16+)
 США, 2003 г. В ролях: Юэн Макгрегор, Альберт Финни
23.50, 00.45, 01.50, 02.45, 03.40, 04.40 «РАССКАЗ СЛУЖАНИКИ». (18+)
05.35 Голливуд за кадром. (16+)

РЕТРО

06.00, 17.05 «ТРЕТЬЯ РАКЕТА». (12+)
07.35 «АЙРИС». (16+)
09.15, 10.05 Проект Подиум. (16+)
10.55, 11.55, 12.55 Правила моей кухни. (16+)
13.55, 14.00, 15.25, 16.15, 17.30, 17.45, 18.30, 19.15 «ХОРОШИЙ ДОКТОР». (16+)
20.00 «ТАЙНЫ ПРОШЛОГО». (16+)
 США, 2004 г. В ролях: Антон Ельчин, Робин Уильямс, Теа Леони, Эрика Баду, Дэвид Духовны
21.45 «БОЛЬШАЯ РЫБА». (16+)
 США, 2003 г. В ролях: Юэн Макгрегор, Альберт Финни
23.50, 00.45, 01.50, 02.45, 03.40, 04.40 «РАССКАЗ СЛУЖАНИКИ». (18+)
05.35 Голливуд за кадром. (16+)

СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь». «Маша и Медведь». Машины Песенки», «Машины сказки», «Машины страшилки». Мультсериалы. (0+)
16.00 «Ми-ми-мишки». Мультсериал. (0+)
19.00 «Буба». Мультсериал. (0+)
20.30 «Буба-2». Мультсериал. (0+)
22.00, 23.00 Богиня шопинга. (16+)
00.10 «ГУЛЯЙ, ВАСЯ!» (16+) Россия, 2016 г. В ролях: Ефим Петрунин, Любовь Аксёнова, Роман Курцын
01.50, 02.40, 03.30 Барышня-крестянка. (16+)
04.10 «Смешарики». Мультсериал. (0+)
04.30 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС
ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 16.00, 17.00, 18.00, 19.00 «ЗАПРЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)
12.00, 20.00, 04.00 «ТАТЬЯНИНА НОЧЬ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «АННА ГЕРМАНЬ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ПОДРУГА ОСОБОГО НАЗНАЧЕНИЯ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ШИРОКА РЕКА». (16+)
 Мелодрама, Россия, Украина, 2008 г. В ролях: Андрей Чернышов, Владимир Жеребцов, Александр Папушин
00.00, 01.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
02.00, 03.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)
 Сериал. Мелодрама, Россия, 2008-2012 г.

CTC LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
07.00 «КУХНЯ». (12+)
 Сериал. Комедия, Россия, 2012 г. В ролях: Дмитрий Назаров, Марк Богатырев
 Баринцов находится в рыбе «драгоценные камни». Са-ша вернулась в Москву с женихом и планирует отметить свадьбу в ресторане.
00.00 Сердца за любовь. (16+)
 «Сердца за любовь» - это шоу знакомств и аукцион в одном лице, где каждая девушка будет бороться за внимание парней на необычном аукционе. Главная цель очаровательных участниц аукциона - найти свою вторую половинку.
05.45 «Три кота». Мультсериал. (0+)

TV 21 ВЕК

10.00, 18.00, 02.00 «СТАРЫЕ ВОРУЧУНЫ РАЗБУШЕВАЛИСЬ». (12+)
 Драма, комедия, США, 1995 г.
11.45, 19.45, 03.45 «ВЛЮБЛЁННЫЙ ВАН ГОГ». (16+)
 Комедия, Франция, 2020 г.
13.25, 21.25, 05.25 «ПРИЗРАКИ ПРОШЛОГО». (16+)
 4 серия. Сериал. Триллер, криминальная драма, Великобритания, 2021 г.
14.30, 22.30, 06.30 «ОТ ПЕЧАЛИ ДО РАДОСТИ» (субтитры). (12+)
 Мелодрама, комедия, Россия, 2020 г.
16.10, 00.10, 08.10 «У НАС ЕСТЬ ПАПА!» (16+)
 Драма, комедия, Италия, Франция, 2011 г. В ролях: Мишель Пиколи, Эжи Штур, Ренато Скарпа

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

05.00 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)
05.40 Мультфильмы. (6+)
07.00 Осторожно, вирус! (12+)
07.45 Мультфильмы. (6+)
08.00 «САЛОН КРАСОТЫ». (12+)
09.30 ОазендаЛайф. (6+)
10.00 Новости
10.10 «КУРЬЕР». (0+)
11.45 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
 Сериал. Детектив, Россия, 2014 г.
16.00 Новости
16.15 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
18.30 Итоговая программа «Вместе»
19.30 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
00.00 Итоговая программа «Вместе»
01.00 «УЛЫБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (12+)
04.05 Наше кино. История большой любви. (12+)
04.45 Мультфильмы. (6+)

ПОБЕДА

05.30 «ГЕРОЙ 115». (16+)
06.30 «ПОДОЛЬСКИЕ КУРСАНТЫ». (16+)
08.50 «НАРКОМОВСКИЙ ОБОЗ». (16+)
12.20 «ДИВЕРСАНТ». (16+)
 Приключенческая история по мотивам одноимённого романа Анатолия Азольского. 1942 год. Молодые выпускники разведшколы эхали к месту задания на попутном грузовике, когда начался обстрел. В результате перестрелки в живых остаются только 16-летний Лёня Филатов и случайный попутчик - сержант Алексей. Сержант просит отдать ему документы одного из погибших, чтобы его имя продолжало бить фашистов». Вместе с Лёней они поступают под командование старшего лейтенанта Калыгина и проходят обучение у секретного агента по кличке Чех...
01.00 «КРАСНЫЙ ПРИЗРАК». (16+)
02.30 «СВИДЕТЕЛИ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Пятница News. (16+)
05.20 Кондитер-3. Регионы России. (16+)
 Новый кастинг объединит кондитеров со всей страны.
06.20 Кондитер-3. Новосибирск. (16+)
 В выборе лучших кондитеров Новосибирска Ренату Агзамову и Ольге Ващуриной поможет Сергей Третьяков.
07.40 «Снежная Королева-2: Перезаморозка». Мультфильм. (12+)
09.00 «Снежная королева-3. Огонь и лед». Мультфильм. (12+)
10.40, 11.50, 13.00, 14.00, 15.10, 16.10, 17.10, 18.10, 19.20, 20.30, 21.30, 22.30, 23.30 На ножах (субтитры). (16+)
00.40 «V ЗНАЧИТ ВЕНДЕТА». (16+)
02.50 Пятница News. (16+)
03.20, 04.00 «ДРЕВНИЕ». (18+)
 5 сезон. Сериал. США, 2018 г.
04.40 Пятница News. (16+)

Ю

05.25, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
09.40 Ветеринар. (16+)
11.40 Беременная в 16. (16+)
18.10 Битва за тело. (16+)
 Для людей, чей вес достиг 150 килограммов и более, похудение - вопрос жизни. Герои «Битвы за тело» готовы кардинально изменить себя и сбросить 50, 80 и даже 100 кг ради собственного здоровья. Участники проекта ждёт год серьёзной работы над собой. Сражаться придется не только с лишним весом, но и с вредными привычками, зависимостью от еды и образом жизни. Похудение будет происходить под пристальным вниманием команды проекта: врачей, диетологов, фитнес-тренеров.
22.00 Дом-2. Новая жизнь. (16+)
00.00 Измены (субтитры). (18+)
02.55 Дорогая, я забил. (12+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Частистины. (12+)
01.00 Личность в истории. (12+)
01.25, 05.45 Монастырские стены. (6+)
01.55, 04.35 Историограф. (12+)
02.35 Иностранцы в России. (6+)
03.05 Тайное становится явным. (12+)
03.15, 06.15 Историада. (12+)
04.10 Книжные аллеи. (12+)
05.20 Российские императоры в XIX веке. (6+)
 Драма, Россия, 1995 г.
07.05 Книжные аллеи. (12+)
07.40 История одной фотографии. (6+)
08.00 Историада. (12+)
08.50 Прошарь, немытая Россия. (12+)
09.35 Забытый полководец. (12+)
10.00 Люди, сделавшие Землю круглой. (12+)
10.50 Обыкновенная история. (6+)
11.00 История Великой хартии вольностей. (12+)
12.00, 12.45, 13.30, 14.20 «КРАСНЫЕ ГОРЫ». (16+)
15.15 Карл Булла - Первый. (12+)
16.00 «АДОРМИДЕРА». (16+)
17.30 «КУТУЗОВ». (6+)
19.15 Казачья республика. (12+)
20.00 Музейный феникс. (12+)
20.25 Биология предательства. (12+)
21.25 Загадки засечной черты. (12+)
22.00 Феофаносий Веселого. Наука о приключениях и подвиге. (12+)
22.30 Трамвай идет на фронт. (12+)
23.15 Освободители. (12+)

VIASAT HISTORY

06.00, 06.40 По следам вождя гуннов Аттилы. (12+)
07.35 Расшифрованные сокровища: Поиск священного Грааля. (12+)
08.25 Расшифрованные сокровища: В поисках Атлантиды. (12+)
09.15 Помпеи: после извержения. (12+)
10.35, 11.30 Последние часы Помпеев: новые загадки. (12+)
12.30, 13.20, 14.15, 15.05 5000 лет истории Нила. (12+)
16.00 Тайны мумий животных. (12+)
17.00 Рыцари: Железные герои. (16+)
18.00 Рыцари: Во имя чести и славы. (16+)
18.55 Рыцари: Последние в своем роде. (16+)
19.55 Тайная история рыцарей Храма: Взлет и падение рыцарского ордена. (12+)
20.55 Тайная история рыцарей Храма: Тамплиеры или дьявол? (12+)
21.55 Тайная история рыцарей Храма: Загадочное наследие тамплиеров. (12+)
22.55, 23.55, 00.55, 01.45 Война в Коре. (12+)
02.40 Запретная история: Загадки Бермудского треугольника. (12+)
03.25 Запретная история: Тайный мир Ватикана. (12+)
04.10 Запретная история. (12+)
04.50 Помпеи: после извержения. (12+)

ДОКТОР

06.00, 18.50 Шифры нашего тела. Печень. (12+)
06.45, 12.45, 20.25, 02.20 Медицинский репортёр. Медсестра. (12+)
07.10, 13.15, 20.50, 02.45 Клинический случай. Спасти Достоевского. (12+)
07.40, 15.25, 23.55 Тайны мозга. Фильм 2. (12+)
 Основанный на беседах с учеными проект поможет зрителю разобраться в возможностях мозга и границах его познания.
08.25, 16.10, 00.45, 05.35 Большой скачок. Запчасти для человека. (12+)
08.55, 16.40, 01.10 Большой скачок. Как не потерять память. (12+)
09.20, 17.10, 04.40 На приеме у психолога Колмановского. Как договориться с подростком? (12+)
09.50, 17.35, 05.05 Это лечится. Астма. (12+)
10.20, 22.20 Шифры нашего тела. Сердце. (12+)
11.10, 23.05 Шифры нашего тела. Кожа. (12+)
11.55, 19.35, 01.35 Научные сенсации. Бактерии правят миром. Часть 2. (12+)
13.40, 21.20 Теледоктор. (12+)
14.35, 03.15 Шифры нашего тела. Известные органы. Гипоталамус. Гипофиз. Эпифиз. (12+)
18.05, 03.55 Шифры нашего тела. Известные органы. Тимус. Селезенка. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 21.10 Моя крепость. (12+)
06.30, 12.45, 18.50, 21.40, 03.55 Стройплощадка. (12+)
07.00, 13.20, 19.20, 22.15 Органическое земледелие. (0+)
07.30, 13.50, 19.50, 22.45, 04.50 Дачные радости с Виталием Декабревым. (12+)
07.55, 23.15 Домашняя косметика! (12+)
08.15, 14.20, 20.40, 23.35, 05.30 Мегабачки. (12+)
08.50, 00.10 Искатели приключений. (12+)
09.20, 15.25 Пустите строителей в дом. (12+)
10.10, 16.15, 01.25 Сам себе дизайнер. (12+)
10.25, 01.40 Дачные радости с Мариной Рыкалинной. (12+)
10.55, 16.30, 02.05 ЗаСаДа. (12+)
11.25 Сад с нуля. (12+)
11.55, 18.00 Красивая выпечка с Джульеттой. (12+)
14.55 Огород круглый год. (12+)
17.00 Огород с Блокным-Мечталыным. (12+)
17.30, 02.30 Дачные радости. (12+)
20.20, 05.15 Мультиварка

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00, 04.10** Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)
- 07.50, 10.00, 13.00, 15.55** Новости
- 07.55** Незвезданная хоккейная Россия. (12+)
- 08.15** Большая вода. (12+)
- 08.30** Ты в бане! (12+)
- 08.55** География спорта. Крым. (12+)
- 09.25** Мяч на стол. Специальный репортаж. (12+)
- 09.40, 03.55** Страна спортивная. Специальный репортаж. (12+)
- 10.05** Мини-футбол. Чемпионат России. PARI-Суперлига. «Тюмень» - «Газпром-Югра» (Югорск). (0+)
- 12.00** Здоровый образ. Баскетбол. (12+)
- 12.30, 01.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)
- 13.05** Художественная гимнастика. Международный турнир. Трансляция из Москвы. (0+)
- 15.10** Долгий путь к победе. Виктор Гончаренко. (6+)
- 15.35, 19.00** Лица страны. (12+)
- 16.00** Автоспорт. «Yuka Fest Ледовая миля». Трансляция из Вельска. (0+)
- 17.00** Единые игры Специальной Олимпиады. Церемония открытия. Прямая трансляция из Казани
- 19.15** Биатлон. PARI Кубок Содружества. Масс-старт. Женщины. Трансляция из Белоруссии. (0+)
- 20.40** Биатлон. PARI Кубок Содружества. Масс-старт. Мужчины. Трансляция из Белоруссии. (0+)
- 21.55** Волейбол. Чемпионат России. PARI Суперлига. Женщины. «Локомотив» (Калининградская область) - «Динамо» (Москва). (0+)
- 23.40** Волейбол. Чемпионат России. PARI Суперлига. Мужчины. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Динамо» (Москва). (0+)
- 01.55** Единые игры Специальной Олимпиады. Церемония открытия. Трансляция из Казани. (0+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Караокинг. (16+)
- 07.30** Муз'итив. (16+)
- 08.00** PRO-новости. Лучшее. (16+)
- 08.35** Teen чарт. (16+)
- 09.00** #ЯНАМУЗТВ. (16+)
- 10.00** DFM - Dance chart. (16+)
- 11.00** Юмор FM чарт. (16+)
- 12.00** Хит-сториз. Пьер Нарцисс «Шоколадный заяц». (16+)
- 13.00** Лига свежих клипов. (16+)
- Горячий нон-стоп музыкальных новинок!
- 13.00** Спасите наши уши! Песни-вирусы. (16+)
- 14.00** Моя волна. (16+)
- 15.00** 10 самых! (16+)
- 15.30** Хиты по-русски. (16+)
- Самые популярные треки российских исполнителей.
- 16.00** Яндекс.Музыка чарт. (16+)
- 17.00** Top-30. Плейлист недели. (16+)
- 19.00** День рождения МУЗ-ТВ в Кремле. 25 лет в эфире. Лучшее. (16+)
- 21.10** Песня года-2019. (16+)
- 01.20** Муз'итив. (16+)
- 03.00** Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.30** «Смешарики». (0+)
- 07.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00, 16.00, 20.20** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00, 18.50** «Сказочный патруль. Хроники чудес. Мемуары злодея». (0+)
- 09.10** «Геройчики. Секрет Де Кролля». (0+)
- 09.20** «Кошечки-собачки. Призвание». (0+)
- 10.00, 22.00** МУЛЬТсюрприз. (0+)
- 14.00, 21.00** «Барбоскины». (0+)
- 15.00** «Черепашки. Клубок». (0+)
- 17.00** «Фиксики. Новенькие. Самолёт». (0+)
- 18.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
- 19.00** МУЛЬТпреьера! «Сказочный патруль. Чёрный ворон». «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь. Зеленые трюки», «Кошечки-собачки. Эксперимент», «Фиксики. Дай пять! Музей, Кристалл», «Волшебная кухня. Фруктовый плов», «Черепашки. Охотник за носками». (0+)
- 20.00** «Лунтик». (0+)
- 20.55** «Машины сказки». (0+)
- 21.25** «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)
- О!**
- 05.00** «Озорные эльфы». (0+)
- 06.30** О! Музыка! (0+)
- 07.00** «Жужжалка». (0+)
- 07.05, 02.30** «Тима и Тома». (0+)
- 08.00, 03.20** «Дракошия». (0+)
- 08.10** «Тайна и стражи Амазонии». (0+)
- 09.40** «Что в тарелке?» (0+)
- 10.00** О! Кино! «Фиксики против крабов». (0+)
- 11.25** «Приключения Ам Няма». (0+)
- 11.30** «ДиноСити». (0+)
- 12.30** «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 14.00** «Оранжевая корова». (0+)
- 16.00** «Студия Каляки-Малыки». (0+)
- 16.20** «Царевны». (0+)
- 18.00** «Ничего себе имя!» (0+)
- 18.30** О! Кино! «Фиксики. Большой секрет». (6+)
- 19.45** «Приключения Ам Няма». (0+)
- 20.00** «Смешарики». (0+)
- 22.30** «Оранжевая корова». (0+)
- 02.30** «Команда Флоры». (0+)
- 02.10** «Лабораторию. Маленькие исследователи». (0+)
- 03.30** «Доктор Панда». (0+)
- КАРУСЕЛЬ**
- 05.00** Ранние птички. «Тима и Тома». (0+)
- 06.55** «Чик-зарядка». (0+)
- 07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.30** «Чик-зарядка». (0+)
- 07.35** «Смеш! Юные супергерои». (0+)
- Добро пожаловать в тренировочный лагерь для супергероев! Дети-супергерои и их питомцы со сверхспособностями отправляются в единственный в своем роде тренировочный лагерь Смеш, чтобы научиться использовать свои силы. Здесь супергерои-стажеры и их любимые щенки совершенствуют свои способности, становятся отличными друзьями, учатся работать в команде и спасают мир.
- 09.20** «Морики Дорики». (0+)
- 09.45** «Маша и Медведь». (0+)
- 11.00** «Вкусняшки шоу». (0+)
- Невероятно добрая и аппетитная программа «Вкусняшки шоу» для самых маленьких телезрителей вместила все себя всё, что может быть интересно детям - весёлые конкурсы, сладкие подарки, хорошее настроение и азарт. Ведущие шоу Кекс, Крендель и Зефирка никого не оставят равнодушными. Давайте играть вместе!
- 11.20** «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 13.00** «Студия красоты». (0+)
- 13.20** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 15.00** «У меня лапки». (0+)
- «У меня лапки» - это программа о домашних животных, их породах, видах, характере и привычках.
- 15.30** «Ералаш». (6+)
- 16.50** «Приключения капитана Врунгеля». (6+)
- 17.50** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45** «Оранжевая корова». (0+)
- 23.00** «Дюймовочка». (0+)
- 23.30** «Летучий корабль». (0+)
- 23.45** «Варежка». (0+)
- 00.00** «Бодо Бородо. Бокварь». (0+)
- 01.50** «Команда Дино». (0+)
- 02.50** «Котики, вперед!» (0+)
- 03.55** «Рэй и пожарный патруль. Команда Вивилз». (0+)
- 04.35** «Еда на ура! Рецепты». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 14.00, 22.00** «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)
- 07.20, 15.20, 23.20** «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (12+)
- 08.30, 16.30, 00.30** «Илья Муромец и Соловей-разбойник». (12+)
- 09.55, 17.55, 01.55** «Чудо-Юдо». (12+)
- 11.20, 19.20, 03.20** «Большое путешествие». (12+)
- Однажды, Бестолковый Аист из центра доставки детей перепутал адреса и вместо Семьи Панд принес Малыша Панду медведю по имени Мик-Мик.
- 12.45, 20.45, 04.45** «Принцесса и дракон». (12+)
- Мечтали ли вы когда-нибудь о том, чтобы попасть в сказку? Принцесса Варвара находит в библиотеке замка магическую книгу и с ее помощью оказывается в волшебной стране, где встречается фантастических животных, веселых гномов и настоящего дракона.

СОЛНЦЕ

- 05.00** «Буба». (0+)
- 08.00** «Заколдованная деревня Пинокио». (6+)
- 09.55** «Ералаш». (6+)
- 11.55** «РОДИТЕЛИ». (12+)
- 14.05** «Фиксики». (0+)
- 16.05** «Индюки: Назад в будущее». (6+)
- 17.55** «Литл Гром». (0+)
- 19.30** «Пушистые мошеники». (6+)
- Бельчонок Тьюм и бесстрашная ежиха Латте хотят похитить особенный бриллиант у короля медведей Бантура. Придумывая разные уловки, они идут к своей цели, но главари банды волков - Лупо и Рысь - пытаются им помешать и забрать камень себе.
- 21.15** «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДРУГ». (12+)
- США, 2018 г.
- 23.00** «Ералаш». (6+)
- 00.00** «В ПОГОНЕ ЗА ВЕТРОМ». (12+)
- 01.45** «ПАПАШИ». (12+)
- 03.15** «Ералаш». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** Молитвослов. (0+)
- 05.45** «МАЛЬЧИШКУ ЗВАЛИ КАПИТАНОМ». (0+)
- 07.30** Профессор Осипов. (0+)
- 08.05** Земля жизни. Фильм 7. (0+)
- 09.10** Простые чудеса. (12+)
- 10.00** Божественная литургия. Прямая трансляция. (0+)
- 12.45** Завет. (6+)
- 13.50** Русский мир. (12+)
- 14.55** Святые России. (6+)
- 16.00** «СУДЬБА ЧЕЛОВЕКА». (0+)
- 18.00** Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 19.45** «ДВОЕ И ОДНА». (12+)
- Нелепая смерть женщины объединила трех героев фильма: шестилетнюю дочь Олю, отца девочки и мужчину, с которым мать Оли познакомилась незадолго до гибели.
- 21.30** Парсуна. С Владимиром Лейгойдой. (6+)
- 22.30** Щипков. (12+)
- 23.05** День Патриарха. (0+)
- 23.20** Русский мир. (12+)
- 00.20** Главное. С Анной Шафран. Новости на СПАСЕ. (16+)
- 01.55** Святые России. (6+)
- 02.55** В поисках Бога. (6+)
- 03.25** Щипков. (12+)
- 03.55** «Бесогон». Авторская программа Никиты Михалкова. (18+)

Православный календарь

22 января
Неделя 32-я по Пятидесятнице. Глас 7.
Попразднство Богоявления.
Свт. Филиппа, митр. Московского
и всея России, чудотворца.



Мч. Полиевкта.
Прор. Самея. Свт. Петра, еп. Севастии Армянской. Прп. Евстратия чудотворца. Прп. Ионы, в схиме Петра, Киевского, чудотворца. Сщмч. Павла пресвитера.

Поста нет.

«Бога невозможно иначе любить, как сердцем очищенным и освященным Божественною благодатию. Любовь к Богу есть дар Божий: она изливается в души истинных рабов Божиих действием Святого Духа (Рим. 5:5)».

Свт. Игнатий Брянчанинов

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ



«...покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное»

Услышав же Иисус, что Иоанн отдан под стражу, удалился в Галилею и, оставив Назарет, пришел и поселился в Капернауме приморском, в пределах Завулоновых и Неффалимовых, да сбудется реченное через пророка Исаию, который говорит: земля Завулонова и земля Неффалимова, на пути приморском, за Иорданом, Галилея языческая, народ, сидящий во тьме, увидел свет великий, и сидящим в стране и тени смертной воссиял свет. С того времени Иисус начал проповедовать и говорить: покайтесь, ибо приблизилось Царство Небесное.

Этот отрывок из Евангелия от Матфея будет читаться в православных храмах 22 января, в воскресенье.

Если зайти в самый обычный церковный книжный магазин и обратить внимание на ассортимент книг, которые там находятся, то среди прочего мы увидим массу всевозможных инструкций относительно покаяния. Это будут пособия по подготовке к исповеди, будут списки грехов, общие размышления о покаянии, сборники великопостных проповедей, посвященных покаянию, и так далее. Призывом к покаянию пронизана церковная проповедь, мы живем в пространстве покаяния. Евангельский голос Христа Спасителя призывает к тому же – он призывает к покаянию.

Но вот что странно: если немного полюбопытствовать и пройтись самым обычным поиском по электронной Библии, то мы обнаружим, что во всем корпусе библейских книг слова «покаяние», «встречаются только 27 раз, при этом в качестве призыва из уст Христа – всего лишь один раз, в

том отрывке Евангелия от Матфея, который мы только что услышали. Евангелие от Иоанна и вовсе не содержит этого слова, впрочем, апостол и евангелист Иоанн Богослов компенсировал свое упущение в книге Откровения, в которой немало призывов к покаянию, но они не принадлежат Христу. А вот если мы все тем же обычным поиском вычленим слова, образованные от слова «радость», то выясняется, что такие слова встречаются в библейских книгах 185 раз, что почти в семь раз больше, чем слова, образованные от «покаяния».

Сам по себе эта нехитрая статистика становится не совсем понятной, каким образом именно призыв к покаянию, а не к радости о Христе, стал основным призывом церковной проповеди. Возможно, дело здесь в том, что с какого-то момента христианство начало восприниматься не как предвосхищение блаженства Царства Бо-

жия, а как метод борьбы с дурными человеческими качествами, носителями которых является каждый из нас. Все мы страдаем от самих себя, а заодно и мучаем окружающих. Нам это не нравится, мы пытаемся измениться, внимательно смотрим за собой, исповедуем грехи, ненадолго испытываем облегчение, снова грешим и снова каемся. Так по кругу и до самого конца.

Проблема здесь в том, что при таком подходе невозможно измениться, меняет человека нечто совершенно иное. То, что раз и навсегда изменило апостола Павла, ведь в его посланиях невозможно найти длительного и изнуряющего апостольского плача о собственных грехах, которые у него, как и всякого другого человека, несомненно, были. То, что изменило и других апостолов, которые тоже дружно забыли о своих грехах. Не было сугубого плача о грехах и у первых христианских мучеников. У всех этих людей была нескон-



Комментирует епископ Переславский и Угличский Феохтист

чаемая непоколебимая радость о Возлюбившем нас, немощных и грешных, Господе Иисусе Христе. Все эти люди сумели покаяться в истинном смысле этого слова – они изменились, они стали совершенно новыми людьми, живущими не по закону плоти, но по закону Духа. А изменил их Дух Святой, Посланный от Отца Господом Иисусом Христом. Пусть же Он придет, вселится, очистит от всякой скверны каждого из нас, и вместе с этим наполнит наши души всепоглощающей радостью о Христе Воскресшем!



Вышний Волочек
104,5 FM

Губкин
104,0 FM

Задонск
103,9 FM

Липецк
97,9 FM

Москва
и область
100,9 FM

Мосолово
101,0 FM

Орёл
95,6 FM

Осташков
99,4 FM

Ржев
102,4 FM

Рязань
102,5 FM

Смоленск
88,4 FM

Старый Оскол
104,0 FM

Тверь
89,4 FM

ДОСТУПНО
ОНЛАЙН

RADIOVERA.RU



СОЦИАЛЬНАЯ РЕКЛАМА

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ
 Ремонт окон, балконов, жалюзи
 ПВХ, АИ, дерево
 • ОТДЕЛКА • УТЕПЛЕНИЕ • КРЫШИ • ШКАФЫ
 пенсионерам – скидка до 35%
 8 (495) 740-76-09
 8 (495) 941-96-29

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ



ВЕТКЛИНИКА
 ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч. (срочный).
 АНАЛИЗЫ. Биохимия. СТРИЖКА.
 БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ.
 КРЕМАЦИЯ.
 Тел.: 8 (495) 142-40-67,
 8 (495) 728-45-03

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ.
 Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.:
 8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

ЛЕЧЕНИЕ ЖИВОТНЫХ на дому. Вы-
 ЕЗД 24 часа (срочный). Безболез-
 ненное усыпление. Кремация. Тел.:
 8 (977) 927-97-37, 8 (495) 231-05-58

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН
 8 (495) 177-45-76
 8 (901) 519-52-48
 Вызов бесплатно
 Пенсионерам скидки

8 (495) 796-14-08, 8 (903) 790-17-82,
 8 (977) 753-51-48 СРОЧНЫЙ РЕМОНТ
 Стиральных машин, Холодильников всех
 моделей, Телевизоров плазмы ж/к, ки-
 нескопных, Газовых плит, Электрических
 плит, ремонт Швейных машин, оверлоков,
 Настройка ТВ, ремонт Антенн, проклад-
 ка ТВ-кабеля. Ремонт с выездом мастера
 на дом. Соцскидки. Тел.: 8 (495) 796-14-08,
 8 (903) 790-17-82, 8 (977) 753-51-48

8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48
РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ
 от 300 руб. Городская мастерская
 производит **РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИ-**
КОВ на дому марок **СТИНОЛ, ИНДЕ-**
ЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ,
ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX,
 и др. Пенсионерам и льготникам
 скидка до 40%. **ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО.**
 Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05
СРОЧНЫЙ РЕМОНТ НА ДО-
МУ ХОЛОДИЛЬНИКОВ,
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН, морозиль-
ных камер и КОНДИЦИОНЕРОВ, духо-
вых шкафов, посудомоечных машин.
ВЫЕЗД БЕСПЛАТНО, пенсионе-
рам скидки, без выходных, 8-22. Тел.:
 8 (495) 175-65-18, 8 (926) 448-38-05

ЗНАКОМСТВА

8 (985) 985-60-25 Устали от одиноче-
 ства? Звоните! Знакомства для Москвы
 и Московской области. До 90 лет. Профес-
 сиональная сваха. Тел.: 8 (985) 985-60-25

НЕДВИЖИМОСТЬ

8 (495) 999-28-82, 8 (985) 999-28-82
 Квартиру/комнату СНИМУ у добро-
 порядочных хозяев. Чистоту, поряд-
 ок, своевременную оплату гаранти-
 руем. Срочно! Тел.: 8 (495) 999-28-82,
 8 (985) 999-28-82

8 (909) 641-37-99 Срочно, сниму ком-
 нату или квартиру в любом районе Мос-
 квы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

8 (495) 772-50-93 1-3-комнатные квар-
 тир, комнаты снимет мед. центр для сво-
 их сотрудников-москвичей, европейцев.
 Есть одинокие, семейн. Возможна предопла-
 та, можно без мебели. Порядочность гаран-
 тируем. Тел.: 8 (495) 772-50-93. Спасибо

8 (903) 515-85-33 Срочно выкуплю
 для себя квартиру, комнату. Сложные до-
 кументы не пугают. Можно без ремонта,
 после пожара. Возможно с задолженно-
 стями и др. проблемами. Выкуплю из ипо-
 теки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Лина

РЕМОНТ НА ДОМУ
 • Стиральных машин
 • Холодильников
 от 400 р.
 Гарантия
 Скидки 30%
 Выезд бесплатно
 8-495-109-33-56
 8-977-000-93-81

ПРОВЕРКА И ЗАМЕНА ВОДОСЧЕТЧИКОВ!
 • Регистрация в Росреестре «Аршин»
 • Пакет документов
 для регистрации для УК и МОЦ
 Пенсионерам скидка!
ТЕЛ.: 8 (499) 350-07-03

8 (499) 703-41-94 Ремонт: телеви-
 зоров! Холодильников! Компьюте-
 ров! Швейных машин и оверлоков!
 Ремонт и подключение: стиральных
 и посудомоечных машин! Электро-
 и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

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

«ГОРОДСКАЯ СЛУЖБА РЕМОНТА» РЕ-
 МОНТ стиральных машин и холодиль-
 ников, сушильных и посудомоечных
 машин, электроплит и духовых шка-
 фов, бойлеров и водонагревателей...
 СКИДКИ ПЕНСИОНЕРАМ ДО 50%. Выезд
 БЕСПЛАТНЫЙ по Москве и МО за 1 час.
 Консультация по телефону БЕСПЛАТ-
 НАЯ. Звоните: 8 (495) 106-25-69

8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28
 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подклю-
 чение и настройка каналов. Разводка ан-
 тенны. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%. Без вы-
 ходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.:
 8 (926) 601-56-70, 8 (499) 259-60-28

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

ГЛАВСКАУПКА
 Награды, знаки, медали,
 монеты, банкноты, часы,
 ЗОЛОТО, КОРОНКИ, СЕРЕБРО,
 статуэтки СССР, вазы, марки
 сервизы, бронзу, картины,
 книги, фото, открытки,
 АВТОГРАФЫ, шкатулки, янтарь,
 дом.архив и т.д.
 КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД 24ч
 Тел. 8 (903) 666-33-55

Очень дорого куплю:
 Сервизы • Посуду • Цветное
 стекло • Иконы • Картины •
 Фарфор • Награды • Столовое,
 ювелирное серебро • Золотые
 изделия (зубные коронки) •
 Коньяк времён СССР.
 Деньги сразу.
 Выезд бесплатный.
 8 (495) 797-05-24
 8 (926) 050-12-40

8 (903) 544-38-10 Коллекцию мо-
 нет, значков, марок, фарфор, чугун,
 статуэтки, Будду, награду, значки, ян-
 тарь, подстаканники, портсигары,
 коронки, ювелир. изделия, золотые
 и серебрян. монеты, часы, столо-
 вое серебро, иконы, самовары, фото
 на картоне, открытки, книги, мель-
 хиор. КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД. Тел.:
 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей

8 (916) 155-34-82 Ёлочные игрушки,
 куклы, настольные игры, значки, карти-
 ны, книги, монеты, мебель, открытки, по-
 суду, подстаканники, радиоаппаратуру,
 серебро, пластинки и статуэтки из брон-
 зы, дерева, камня, чугуна, фарфора; фото-
 аппараты, самовары, иконы. Янтарь. Весь
 Китай до 1965 года. Тел.: 8 (916) 155-34-82

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

8 (963) 921-08-38 Книги, архивы, ико-
 ны, монеты Царской России и СССР, юби-
 лейные рубли, значки ударников, значки,
 старые награды, янтарь, подстаканни-
 ки, портсигары, коронки, мельхиор, сто-
 ловое серебро до 350 р/гр, фотоаппа-
 ты, открытки, фото, фарфор. статуэтки,
 самовары. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫШЕ КАТА-
 ЛОГОВ. Тел.: 8 (963) 921-08-38, Дмитрий

МЕБЕЛЬ

8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25
 ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ор-
 топедические, пружинные, беспру-
 жинные. Замена раскладушек в ди-
 ване. Профессиональная ОБИВКА
 МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных
 тканей. Гарантия. Доставка бесплатно.
 svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12,
 8 (977) 585-45-25.

МосГорСкупка
ДОРОГО КУПИТ!
 ♦ Иконы. Статуэтки Будды.
 ♦ Янтарь, янтарные бусы до 250 т.р.
 ♦ Статуэтки, фарфор.
 ♦ Серебро, бронзу, часы.
 ♦ Монеты, значки, автографы.
 ♦ Картины, соцреализм.
 ♦ Старинную мебель.
 ♦ Любой антиквариат и многое др.
 Оценка. Оплата сразу.
 Выезд бесплатно. **8-925-403-68-83**

дорого купим
любой антиквариат
 • ИКОНЫ. КАРТИНЫ. ЧАСЫ
 • СТАТУЭТКИ. ФАРФОР
 • СЕРЕБРО. БРОНЗА. ЧУГУН
 • НАГРАДЫ. ЗНАЧКИ. БУДДЫ
 • ОТКРЫТКИ. МОНЕТЫ. АРХИВЫ
 Выезд, оплата сразу
8(903)964-67-77

8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93
 СПАСИБО ЗА ЗВОНОК.
 КУПЛЮ советские и дореволюционные: кн-
 ги, плакаты, афиши, документы, архивы, кар-
 тины, графику, открытки, фото, приглашения,
 значки, игрушки, статуэтки, изделия из фарфо-
 ра и любого металла. ВСЁ О ДИРИЖАБЛЯХ, СА-
 МОЛЁТАХ, КОСМОСЕ, РЕКЛАМЕ И МНОГОЕ ДРУ-
 ГОЕ. Тел.: 8 (916) 929-09-41, 8 (917) 515-71-93

8 (905) 796-72-32 Серебро столовое,
 коронки, ювелирку, янтарь, подстакан-
 ник, портсигары, фотоаппараты, пате-
 фоны, самовары, мельхиор, монеты,
 банкноты, медали, значки, значки, ар-
 хивы, фото, открытки, статуэтки, сер-
 визы, Касли, Федоскино, Палех, ёлочные
 игрушки, книги, картины. ДОРОГО, вы-
 езд и оценка сразу. Тел.: 8 (905) 796-72-32

КОЛЛЕКЦИОНЕР ДОРОГО. Награды, знач-
 ки, медали, монеты, банкноты, подста-
 канники, портсигары, фарфор. посуду,
 статуэтки, Касли, столовое серебро, ико-
 ны, игрушки СССР, ГДР, кортики, сабли,
 интересные старинные предметы. Вы-
 ЕЗД БЕСПЛАТНО. БУДНИ, ПОСЛЕ 19.00
 ИЛИ В ВЫХОДНЫЕ. ОПЛАТА СРАЗУ. Тел.:
 8 (985) 179-79-30, ВЛАДИМИР

8 (985) 124-11-80 Купим самовары,
 картины, иконы, портсигары, бюсты,
 старинные награды, монеты, антиква-
 риат. Военный антиквариат, форму во-
 енную и министерств СССР, наградные
 знаки, трофеи ВОВ, атрибутику СССР,
 и ВЧК-КГБ. Тел.: 8 (985) 124-11-80

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

Дет. книги, игрушки, фарфор, статуэ-
 тки, посуду, хрусталь, значки, магнито-
 фоны, духи, косметику, алкоголь СССР,
 готовальню, серебро, мельхиор, бус-
 сы, иконы. Часы, вазы, муз. инструм.,
 этикетки, картины, букинстику, кассе-
 ты, пластинки, спортивный инвентарь, фото-
 оборудован., ёлоч. игр., янтарь. Тел.:
 8 (905) 777-77-53

8 (915) 287-71-38 Куплю предметы
 старины, СССР: книги, открытки, ме-
 бель, иконы, картины, медали, знач-
 ки, статуэтки, сервизы, фарфор, хру-
 сталь, гжель. Приборы из мельхиора,
 серебро, золото. Часы, подвсечники,
 подстаканники, портсигары, самова-
 ры, патефоны, бижутерию, шкатул-
 ки, игрушки СССР, бинокли, аудио-,
 фотоаппаратуру. Выезд бесплатно.
 Тел.: 8 (915) 287-71-38

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

8 (925) 448-47-68 Куплю ёлочные
 игрушки, коллекции календариков, фан-
 тиков, открыток до 2000 года, пластинок,
 столовое серебро, старые духи, плюше-
 вых медведей, детские советские журна-
 лы, фарфоровые статуэтки, фотографии,
 азбуки, буквари, старинные книги. Тел.:
 8 (925) 448-47-68

8 (925) 585-40-56 Покупаю книги
 до 1945 г. от 1 000 руб. до 500 000 руб. Пол-
 ки, библиотеки, техническую литературу,
 ноты, фото, архивы, открытки, живопись,
 фарфор, мебель, самовары, значки, ста-
 туэтки, бронзу, монеты, модели машинок,
 ёлочные игрушки, иудаику и любой анти-
 квариат. Тел.: 8 (925) 585-40-56

8 (916) 774-00-05 КУПЛЮ РАДИОТЕХНИ-
 КУ, магнитофон, проигрыватель, усилитель,
 колонки, динамики, запчаст. В любом со-
 стоянии. Радионизмерительное оборудова-
 ние (осциллографы, радиодетали и т.д.).
 Пластинки, аудиокассеты, CD-диски. Старое
 студийное концертное оборудование. Дми-
 трий. Тел.: 8 (916) 774-00-05

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

8 (909) 150-07-71 САНЭПИДЕМСТАН-
 ЦИЯ. Уничтожение тараканов, клопов,
 блох, грызунов, плесени и запахов. Стои-
 мость от 800 руб. Избавим от пробле-
 мы навсегда. Препараты без запаха.
 Безопасно для детей и животных. Вре-
 дители не вернуться! Барьерная защи-
 та от соседей в подарок! Анонимно. Тел.:
 8 (909) 150-07-71

МОСКОМИССИОНТОРГ
ВЫКУПИТ ДОРОГО
 ВСЁ ДО 1980 г., в том числе:
 статуэтки, СЕРВИЗЫ (остатки),
 вазы, чугун, бронзу, награды,
 ФАРФОР Кузнецова, Гарднера,
 ЗНАЧКИ, подстаканники, ИКОНЫ,
 серебро, часы, фототехнику,
 ЯНТАРЬ, монеты, портсигары,
 всё из Китая, КОСТЬ, хрусталь.
 Выезд (Москва, МО), оценка бесплатно
8 (916) 359-05-00
8 (968) 907-44-82

Библиотеку домашнюю: собрание
 сочинений русских и зарубежных
 авторов, любую научную и техни-
 ческую лит-ру, книги по истории, фи-
 лософии, архитектуре, а также кн-
 ги до 1917 г. Куплю. Выезд. Тел.:
 8 (495) 721-41-46

8 (925) 509-28-94 Выкуп книг, посу-
 ды, фотоаппаратов, картин, подста-
 канников, швейных машин, мельхи-
 ора, статуэток, биноклей, игрушек
 (машинки, солдатки, куклы), знач-
 ков, магнитофонов, часов, духов.
 Тел.: 8 (925) 509-28-94

8 (925) 514-36-14 Открытки, актёры,
 фотографии, журналы, календари, фан-
 тики, афиши, грамоты, ноты, кубки, ста-
 туэтки, сервизы. Предметы искусства,
 фарфор, марки, ёлочные игрушки, бижу-
 терия, телефоны, магнитофоны, кассеты,
 CD, серебро, военную амуницию; масштаб.
 мод. машин, самолётов, желез. дорог,
 кукол, юбилейные рубли, значки. Тел.:
 8 (925) 514-36-14

8 (495) 508-53-59 Модели авто,
 железную дорогу, старые фото, военную
 форму, генеральские вещи, фарфор, хрусталь,
 подстаканники, самовары, монеты, книги,
 иконы, янтарь, статуэтки, патефоны, фото-
 аппараты, хронометры, игрушки и духи
 СССР, Касли, солдатиков, кукол, часы, мар-
 ки, открытки, документы, значки, этикет-
 ки, радиоаппаратуру, игровые приставки.
 Тел.: 8 (495) 508-53-59

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

8 (916) 428-41-93 ФАРФОРОВЫЕ
 СТАТУЭТКИ, ЗНАЧКИ, ёлочные и старые
 игрушки, хрусталь, цветное стекло, сто-
 ловые приборы, остатки сервизов, чай-
 ные пары, часы, зеркала, бижутерию,
 награды, ИКОНЫ, монеты, марки, карти-
 ны, курительные трубки, опасные брит-
 вы, железную дорогу, солдатиков, са-
 мовары, сувениры СССР. Люстры. Тел.:
 8 (916) 428-41-93

8 (965) 386-47-09 100% ПРОФЕССИ-
 ОНАЛЬНАЯ ОБРАБОТКА любой сложности
 (дезинсекция, дезинфекция, дератиза-
 ция) ТАРАКАНОВ, КЛОПОВ – пар холодного
 и горячего туманов. Безопасные пре-
 параты для людей и животных. ГАРАНТИЯ
 КАЧЕСТВА – официальный договор. Рабо-
 таем 24/7 без выходных. Система скидок
 есть. Тел.: 8 (965) 386-47-09

8 (499) 409-91-42 Московская социаль-
 ная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ кон-
 сультации. 20 лет адвокатской практики. Со-
 ставление исков. Участие в судах. Все споры,
 в т.ч.: вернём или расслужбим квартиру.
 Выпишем из квартиры. Наследство. Семей-
 ные споры. Автотеда. Банкротство физлиц.
 www.securisty.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ **СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ** **ПОШИВ ОДЕЖДЫ**

IRBIS **СТАЛЬНЫЕ И МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ**
ДВЕРНАЯ ФАБРИКА **МЫ ЗНАЕМ О ДВЕРЯХ ВСЕ!** www.dveri-irbis.ru
 БЕЗ МАГАЗИННОЙ НАЦЕНКИ! МЕБЕЛЬ, КУХНИ, ШКАФЫ, АНТРЕСОЛИ, АРКИ, ПОРТАЛЫ, ОБИВКА.

ВЫЗВАТЬ СПЕЦИАЛИСТА С КАТАЛОГОМ БЕСПЛАТНО! **АКЦИЯ! ДВЕРЬ В ПОДАРОК** **СКИДКИ ДО 20%**
ВХОДНЫЕ ДВЕРИ **СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ!** **МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ**
 от 10600 руб. **от 5500 руб. ВСЕ ВКЛЮЧЕНО**
 В стоимость входит: Дверное Полотно, Коробка, Наличники, Замок, Глазок.
ЗАМЕНА ЗАМКОВ
8 (495) 201-38-70
 с 09:00 до 21:00 (БЕЗ ВЫХОДНЫХ)

ЗАМКИ
ВРЕЗКА ЗАМЕНА РЕМОНТ УСТАНОВКА УКРЕПЛЕНИЕ ВСКРЫТИЕ
(495) 740-21-51
 круглосуточно

■ 8 (985) 723-87-03 Косметический ремонт квартир, комнат. Укладка ламината, паркетной и массивной доски, линолеума. Установка дверей. Отделка пластиковыми панелями ванных комнат, лоджий. Сборка-разборка мебели, навес карнизов, люстр, полки и многое другое. Помощь в выборе и доставке материалов. Тел.: 8 (985) 723-87-03

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

■ 8 (985) 212-60-60 Надоело уговаривать мужа поменять кран на кухне? Некому заменить лампочку? Хотите перекрасить потолок? Отклеились обои? Протекает бачок унитаза? Потемнела затирка на кафеле? Некому повесить полку на балконе? Не беда! Я готов Вам помочь! Качественно и недорого. Пенсионерам скидка. Тел.: 8 (985) 212-60-60

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

■ 8 (965) 290-04-18 Модельер предлагает изящные халатки тёплые и лёгкие. Качественные и недорогие. Р. 46-58. Принимаю заказы на пошив одежды. Тел.: 8 (965) 290-04-18, Елена.

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ **МЕЖКОМНАТНЫЕ ВХОДНЫЕ ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ**

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО **СКИДКИ до 30%**

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

Более 1000 моделей от простых до элитных любых размеров
Распродажа складских запасов от 1800 Р
8 (495) 208-03-88
 ОТДЕЛ ПРОДАЖ 7:00 – 23:00 ЕЖЕДНЕВНО
 • РАССРОЧКА: 0%
 • ДОСТАВКА: 0 Р
 • ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА: 0 Р

ЗАМЕНА ЗАМКОВ
ВЕТЕРНАМ НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

■ 8 (495) 978-03-44 РЕМОНТ КВАРТИРЫ ПОЭТАПНО: косметический и капитальный. Обои, плитка, сантехника, электрика... Недорого. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка массива, ЛАМИНАТА, доски. НАТЯЖНОЙ потолок. ОКНА, остекление лоджий. Монтаж входных и межкомнатных ДВЕРЕЙ. Выбор и доставка материалов. Выезд в область. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

ЗДОРОВЬЕ
НАРКОЛОГ НА ДОМ
 24ч Психотерапия
 ГИППОКРАТ www.hippocrat.info
ЗАПОИ, КОД, АНОНИМНО
8 (495) 223-23-63
 ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ С ВРАЧОМ

ПРОЧИЕ УСЛУГИ

■ 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60 Предлагаем парики, хвосты, шиньоны, косы, локоны. Искусственные и натуральные. В наличии и на заказ. Изготовление париков. Подбор и консультации. Мастерская рядом с м. «Чертановская». Телефоны: 8 (985) 782-22-34, 8 (916) 527-82-60

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80 **Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. «Газель». Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. Тел.: 8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80**

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

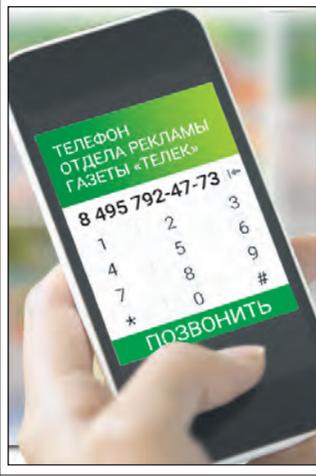
■ 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. Тел.: 8 (495) 589-00-78

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

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

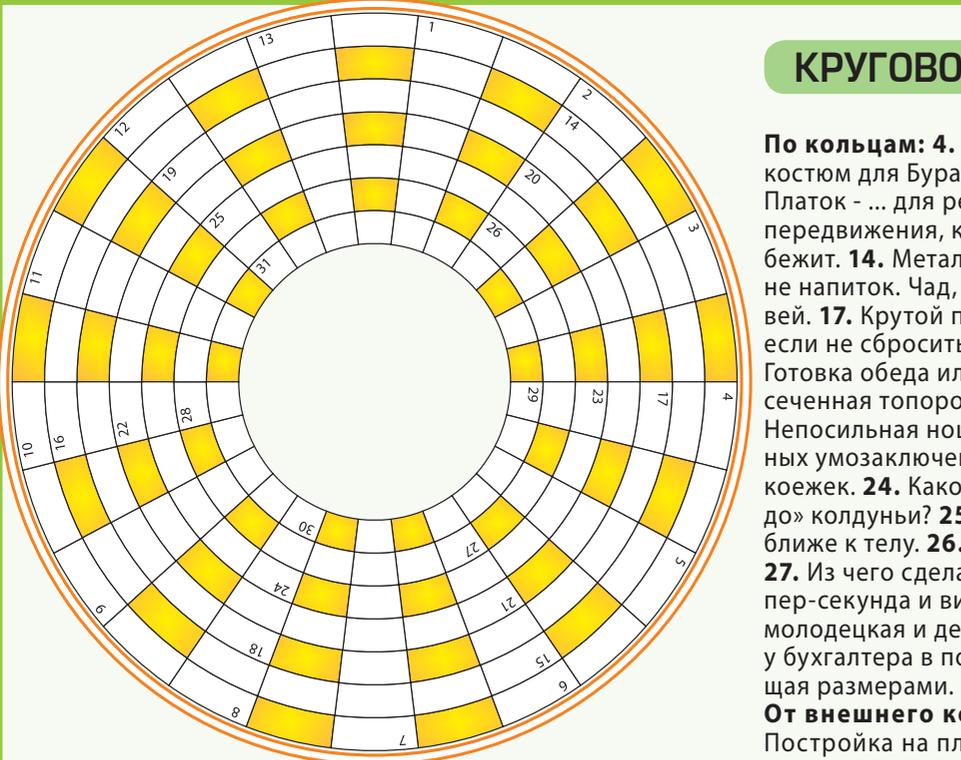
Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК», 8 (495) 792-47-73, м. «Марьяна Роща»

РА «Информ Экспресс», 8 (495) 543-99-11, м. «Ленинский проспект»	000 «Арт Коруна» 8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07, м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО	РА «МангоАдв» 8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно	Stroki.info (РА «Магазин рекламы») 8 (800) 551-50-98, 8 (495) 133-16-22, м. «Шоссе Энтузиастов»
РА 000 «ГРИН КЛАССИК» 8 (495) 926-38-00, многоканальный, м. «Семеновская», курьер БЕСПЛАТНО	РА «Мир рекламы» 8 (495) 228-06-30, м. «ВДНХ», выезд курьера БЕСПЛАТНО	РА «А-ПРЕСС» 8 (495) 788-77-03, м. «Китай-город» Дизайнер, курьер — бесплатно	000 «100МЕДИА.РУ» 8 (495) 961-00-97 м. «Арбатская», круглосуточно
РА «НОВЫЙ ВАРИАНТ» 8 (985) 933-58-69, м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО	«РЕКЛАМА 21 ВЕК» 8 (495) 774-74-20, 8 (916) 408-49-91 м. Солнцево	ИД «ВСЕ ДЛЯ ВАС» 8 (495) 909-98-96 м. Алексеевская	РА «Солидарность-Паблицер» 8 (800) 300-81-43, м. «Аэропорт», курьер БЕСПЛАТНО



■ 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43 **Деньги срочно! День в день! Ставка от 0,2%, от 10 тыс. руб., от 1 мес. Нужен только паспорт. Одобрение 99%. Пенсионерам скидки! Тел.: 8 (495) 208-59-20, 8 (925) 815-55-43. 000 МКК «Выручай-деньги» СРО «МирР» № 32 000068, Пер. № 2110132000808. ОГРН 1113256019469.**

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



КРУГОВОЙ

По кольцам: 4. Один из портных, шивших костюм для Буратино в домике Мальвины. 8. Платок - ... для ревности Отелло. 12. Средство передвижения, когда одна нога едет, а другая бежит. 14. Металл для лужения. 15. Байкал, но не напиток. Чад, но не дым. 16. Кривизна бровей. 17. Крутой поворот шоссе, на котором, если не сбросить скорость, снесет в кювет. 18. Готовка обеда или стали. 19. Часть дерева, отсеченная топором. 20. Нитки для кружев. 21. Непосильная ноша забот. 22. Мастер строительных умозаключений. 23. Грейпфрут для сладкоежек. 24. Какое фирменное жидкое «блюдо» колдуньи? 25. Страна рубашки, которая ближе к телу. 26. Балетный костюм в обтяжку. 27. Из чего сделан колпачок Буратино? 28. Ампер-секунда и висюлька на цепочке. 29. Удаль молодецкая и девичья ... 30. Проверка - всё ли у бухгалтера в порядке. 31. Вещь, поражающая размеры.

От внешнего кольца к внутреннему: 1. Постройка на пляже для переодевания. 2.

Быстрая виртуозная музыкальная пьеса для клавишного инструмента. 3. Деревенский коврик «хенд-мейд». 4. Добавка к основной массе. 5. «Двигатель» в недрах ГЭС. 6. Неровность рельефа, узкий неглубокий овраг. 7. Игра с шашками-перевертышами. 8. «Отличительный знак» на рукаве капитана футбольной команды. 9. «Когда караван поворачивает назад, впереди оказывается хромой ...» (восточная мудрость). 10. Местная разновидность языка. 11. Боковая пристройка к дому. 12. Пиджак, который мужчина надевает, отправляясь на раут. 13. Сукно черного или темно-коричневого цвета с белыми прожилками.

10. Диалект. 11. Флигель. 12. Смокинг. 13. Маренго. Довесок. 5. Турбина. 6. Ложбина. 7. Еврепс. 8. Повязка. 9. Верблюд. 4. Ложбинка. 3. Лоповик. 2. Токката. 3. Лоповик. 4. Ложбинка. 1. Кабинет. 2. Токката. 3. Лоповик. 4. Ложбинка. 5. Турбина. 6. Ложбина. 7. Еврепс. 8. Повязка. 9. Верблюд. 10. Диалект. 11. Флигель. 12. Смокинг. 13. Маренго. 15. Озеро. 16. Ложбина. 17. Вираж. 18. Вираж. 20. Кривош. 21. Бремза. 22. Логик. 23. Свитка. 24. Зелье. 25. Изнанка. 26. Трико. 27. Носок. 28. Куплон. 29. Краска. 30. Аудит. 31. Громада. **От внешнего кольца к внутреннему:** 4. Дятел. 8. Пловод. 12. Самокат. 14. Опыло.

Уложив Марусю спать, я налила себе чая и, не включая в кухне свет, подошла к окну.

Дочка весь день промучилась кашлем, температура, сопливилась. Пришлось вызывать скорую. Мы обе измучились и устали. Маруся, приняв лекарство, быстро уснула, а ко мне сон не шел. Я давно перестала нормально спать. С тех пор, как...

Больше я его не видела

– Галь, давай оставим ее, напишем отказ, – муж хватал меня за руки и с мольбой и страхом заглядывал в глаза. – Врач же сказал, что долго она не проживет. Зачем длить эту муку? Пусть девочкой занимаются профессионалы, паллиатив. Они знают, как облегчить и скрасить ее дни до того, как... как...

– Девочкой? – взревели я и тут же ухватилась за взорвавшийся болюш на животе, застонала. – Девочкой? А ничего, что это наша с тобой дочь, которую я девять месяцев вынашивала внутри себя? Которую рожала в муках? Которую мы так ждали?

– Семь, – кисло ответил муж.

– Что семь? – не сразу поняла я.

– Ты вынашивала ее семь месяцев. И не рожала, тебе сделали кесарево.

– После пяти часов схваток и боли, – зло посмотрела я на мужа. – Да и какая разница, сколько, как? Разве все это имеет значение? Она наша с тобой дочь, и это мы должны быть рядом с ней, а не, как ты выразился, профессионалы. Смогут твои профессионалы дать ей любовь? Ласку? Нежность? Будут они петь песни у ее колыбели? Разве не это скрасит

Счастье, подаренное январём



дни нашей малышки?

– Какой колыбели? – муж тоже посмотрел на меня зло. – Неужели ты до сих пор не поняла? Не будет никакой колыбели. Этому ребенку нужна специальная кровать, аппараты, куча лекарств и круглосуточный уход. Ты что, бросишь свою студию? Откажешься от любимого дела? Запрещь себя в четырех стенах с больным ребенком? И сколько ты так выдержишь, позволь поинтересоваться?

– Сколько нужно, – сквозь зубы процедила я, снова ухватившись за живот.

Муж ничего не сказал тогда больше. Покачал головой, поджал губы, развернулся и торопливо походилкой вышел за двери роддома. Больше я его не видела. Ни разу.

Неожиданная гостья

Подморозило. Я смотрела в ночь на заиндевшие деревья, окна припаркованных во дворе машин, танцующие в круге фонарного света снежинки, собаку, жмущуюся к колесам недавно въехавшего во двор кроссовера.

А собака-то с ошейником, и даже, кажется, шлейка болтается. Дрожит. Может, сбежала от кого? Или потерялась?

Недолго думая, я накинула пуховик, сунула ноги в унты, натянула шапку и, тихонечко прикрыв дверь квартиры, чтобы не разбудить Марусю, кинулась вниз по лестнице. Лифт вызывать не стала – ждать дольше. Через минуту вылетела из подъезда и сразу

попала в цепкие объятия ночного мороза.

– Уф, – не сдержала возгласа, задохнувшись от ветра и холода.

Взглядом поискала хвостатую беглянку. Вот она, так и жмется к колесам машины. Осторожно двинулась в сторону собаки, та смотрела на меня грустно-страдальческим взглядом, даже не думая рычать и сопротивляться.

– Ты чья, подруга? – обратилась я к ней, делая несмелый шаг поближе. – Есть у тебя хозяин? Ты чего ночью одна на улице-то делаешь? В гости пойдешь? Я накормлю, и топят у меня в квартире исправно, согреешься. А завтра объявление дадим, найдем твоих хозяев.

За разговорами я совсем близко подошла к собаке, наклонилась, крепко ухватила ее за ошейник. Животик совсем замерзла, и потому, видимо, пошла со мной, стоило слегка потянуть за шлейку.

– Ешь, – я села на пол рядом с гостьей, пододвинула ей миску с гречневой кашей и мясом. – Чем богаты.

Собака обнюхала угощение и, не почуяв никакого подвоха, принялась с аппетитом уплетать гречку. Я налила себе еще чая, взяла печенье, снова села на пол рядом с собакой.

– Со старым Новым годом тебя, – отсалютовала ей чашкой. Станный у ме-

ня получался праздник, но забавный. Я улыбнулась.

Череда чудес

– Мирка, ну что же ты? – мужчина опустил около собаки на колени, та поставила ему передние лапы на плечи, радостно завилась хвостом и даже, кажется, пару раз восторженно взвизгнула. – Спасибо вам! – мужчина с благодарностью глянул на меня.

– Да что вы, – я улыбнулась. – Я ничего не сделала, просто написала объявления.

– Вы нашли и приютили мою собаку, не прошли мимо. Да что там, Мирка для меня больше, чем собака, она мой друг. Взял вот ее на дачу к приятелю, а у него своих три овчарки, Мирка и растерялась, сбежала. Она трусиха у меня, по совести сказать. Зато добрая и верная. Надеюсь, за те несколько дней, что она прожила у вас, неприятностей не было?

– Нет, мы подружались, – я улыбнулась и потрепала Миру по холке.

– Ну, мы пойдем? – мужчина поднялся на ноги. – Спасибо вам еще раз. Я ваш должник.

И тут Мирка удивила нас – попятилась назад, отказываясь выходить из квартиры. Ни лакомства,



Когда любишь, то такое богатство открываешь в себе! Даже не верится, что ты так умеешь любить.

Антон Чехов

ни уговоры не помогли.

– Собака, ты чего? – удивленно посмотрел на нее мужчина. А Мирка

ухватила его зубами за брючину и потянула в сторону... Марусиной комнаты.

Дочка широко заулыбалась, когда заметила, что ее новая «подружка», виляя хвостом, входит в комнату.

– Простите, я... – мужчина, влекомый своей питомицей, тоже зашел в комнату, я следом.

– Привет, – ничуть не смутившись при виде ребенка в специальном инвалидном кресле, поздоровался с малышкой мужчина.

Маруся заулыбалась еще шире.

...Это был странный старый Новый год. Это был странный январь. Станный и счастливый. Алексей и Мира остались с нами. Не сразу, нет. Поначалу выяснилось, что Алексей детский реабилитолог. И это было первое чудо. Он взялся заниматься с Марусей... бесплатно. И это было второе чудо. А потом я влюбилась, и оказалось, что и Алексей ко мне неравнодушен – чудеса продолжались. И вот теперь мы вместе, и эта гирлянда из волшебных совпадений и радостных моментов продолжает гореть. Недавно я узнала, что беременна. Маруся ждет сестренку, Мирка не отходит от меня ни на шаг, а Алексей, кажется, и вовсе голову от счастья потерял. Присматривает квартиру побольше. Сумасшедший. Дорогой. Любимый человек. Счастье, подаренное мне странным январем.

ГАЛИНА

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



Обогнать Филеаса Фогга

Роман Жюль Верна «Вокруг света за 80 дней» был написан настолько ярко и убедительно, что читатели легко поверили в возможность такого путешествия. А некоторые даже взялись проверить. Через 17 лет после публикации 25-летняя американская журналистка Элизабет Кокрен решила повторить путь Филеаса Фогга и его спутников. Как и полагается репортеру, она официально зарегистрировала все этапы путешествия и регулярно отправляла отчеты в газету. Сам Жюль Верн следил за передвижениями искательницы приключений. Видимо, за прошедшие с момента публикации годы транспортная система значительно улучшилась, потому что Элизабет закончила путешествие за 72 дня.



Зачем пингвинам голые лапки?

Лапки у пингвинов очень напоминают утиные или гусиные. Но самое главное – они голые, без шерсти, хотя пингины обитают в гораздо более суровых условиях. Так почему же эволюция не позаботилась о том, чтобы согреть бедолаг? На самом деле это не так. Во-первых, вены и артерии в пингвинных лапах расположены близко друг к другу, поэтому горячая артериальная кровь согревает остывшую венозную. А во-вторых, температура лап чуть выше нуля по Цельсию позволяет пингвинам ходить по льду.



Загадочный Плутон

Плутон открыли лишь в XX веке. Год на Плутоне длится 248 земных лет, то есть прожить хотя бы один год на этой планете не смог бы ни один человек. Один день длится чуть меньше земной недели. Гравитация там такова, что 90-килограммовый человек весил бы на Плутоне около 5,5 кг. Однако там так холодно (средняя температура составляет -229 градусов), что вряд ли когда-нибудь туда ступит нога человека. И кстати, ученые не считают Плутон полноценной планетой.



Ужас с экрана

Сейчас при съёмках ужастиков в ход идут компьютерные технологии, а полвека назад приходилось прибегать к более простым приёмам. Например, в 1959 году на экраны вышел фильм «Тинглер» о пришельце из космоса, который проник в позвоночник человека и начинал там паразитировать. В разгар сеанса экран гас, голос из динамика сообщал, что существо с экрана проникло в зал, и призвал сохранять спокойствие. А после этого кресла под зрителями неожиданно начинали вибрировать. Эффект был оглушительный!

Светлана СИДОРЧУК

LEOMAX

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

Включай и заказывай в прямых эфирах
на сайте **leomax.ru** или на кнопке пульта твоего ТВ:

МТС 34, МГТС 24, Орион Экспресс 21, триколор 29, акдо телеком 59, Билайн 38, Ростелеком 40, нТВ, плюс 403

БЕСПЛАТНАЯ ДОСТАВКА ПРИ ОПЛАТЕ КАРТОЙ!

Ваш ПОДАРОК за заказ*!

Сумка кросс-боди «Харизма» из натуральной кожи



Лимонадница «Муза»

лот 28463 **1999.-**

- Выполнена из высококачественного стекла, украшенного рельефной окантовкой.
- Позволит красиво подать на стол морсы, соки и другие напитки.
- Удобный кран поможет налить напиток аккуратно.
- Материал корпуса: стекло.
- Объем: 2 л. Высота: 46 см с крышечкой.



Шиньон «Интрига», 2-й в ПОДАРОК!

лот 69545 **999.-**

- Изготовлен из искусственных волос с эффектом легкого мелирования.
- Можно мыть шампунем и сушить феном.
- Материал: канекалон. Объем пучка: 6 см.
- В наборе 2 одинаковых шиньона.
- Цвет укажите при заказе.

До После

Блонд Шатен Темный каштан Темно-коричневый



Матрас-топпер «Соната Комфорт»

лот 27848 от **2999.-**

- Анатомический эффект.
- Не поглощает влагу и запахи.
- Материал: стеганый чехол – 100% ПЭ; наполнитель – холкон. Толщина: 5 см.
- Размер: 70×200 см, 90×200 см, 120×200 см, 140×200 см, 160×200 см (укажите при заказе).
- Расцветка в ассортименте без возможности выбора.

Простыня на резинке

лот 27839 от **1299.-**

Белый, оливковый, персиковый

лот 16558 Мятный, розовый, желтый, кофейный, синий

Материал: 100% хлопок.

Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.

Цвет и размер укажите при заказе.



Медицинский нейростимулятор «Остео»

лот 93405 ~~8999~~ **3999.-**

«Остео» поможет:

- при болях в шее, головных болях;
- при метеочувствительности и мигренях;
- при снижении остроты зрения, головокружениях, онемении пальцев рук и при других симптомах шейного остеохондроза.

Материал: пластик, металл. Питание: 2 батарейки AA.

Размер (Д×Ш×В): 16×15×6 см. В комплекте: нейростимулятор, 2 батарейки AA, инструкция.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

Электроды



Кадка с гнетом «Разносолы»

лот 28938-02 **2999.-**

- Ароматные заготовки квашеной капусты, соевых огурцов и моченых яблок в настоящих липовых кадках!
- Материал: древесина липы, нержавеющая сталь. Объем: 10 л.



Набор для стрижки «Ваш парикмахер»

лот 41763-03 **1499.-**

- 4 насадки для стрижки разной длины.
- Лезвия из нержавеющей стали.
- В комплекте: машинка, ножницы, 4 сменные насадки, расческа, щетка для чистки лезвий, масленка.
- Материал: пластик, металл.
- Размер: 19×5,5×5,5 см.
- Питание от сети 230 В. Мощность: 10 Вт.

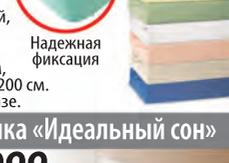


Анатомическая подушка «Идеальный сон»

лот 15661-01 1 шт. **1999.-**

лот 15661-02 2 шт. **2999.-**

- Поможет сохранять правильное положение головы и шеи во время сна.
- Материал: чехол – 50% хлопок, 50% ПЭ; наполнитель – силиконизированное волокно по технологии EcoFiber Balls. Размер: 43×65 см.



Аппарат для коррекции артериального давления «КАРДИО компакт»

лот 93404 ~~6499~~ **3999.-**

Эффективен при:

- эпизодическом повышении давления при стрессах, изменении погоды, бессоннице;
- стабильно высоком артериальном давлении.

Наденьте «Кардио компакт» на руку и выберите программу.

Материал: пластик, металл.

Размер: 45×27,5×20 мм (с ремешком).

Встроенная аккумуляторная батарея. Заряжается от сети.

В комплекте: аппарат, зарядное устройство, инструкция.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



Комбайн «Здоровье+»

лот 28089 **1999.-**

- Заменит терку, шинковку и шнековую соковыжималку.
- Готовим салаты, соки, соусы и др.
- Размер: 29×18×20 см.
- Материал: пластик, нержавеющая сталь.
- В комплекте: база для комбайна, насадка-овощерезка с толкателем и двумя насадками, насадка-соковыжималка (шнековая), ручка, инструкция.



Жилет из шерсти «Ласковое тепло»

лот 305659 **1499.-**

Материал: 60% акрил, 40% шерсть.

Размер: 46-48, 50-52, 54-56, 58-60, 62-64.

Длина по спинке для 50-52-го размера: 72 см.

Цвет: черный, серый (укажите при заказе).

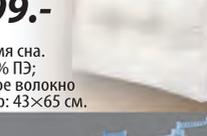
Серый



Сушилка «Так удобно»

лот 19272 ~~4999~~ **2999.-**

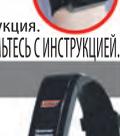
- Вертикальная складная конструкция сушилки экономит пространство.
- Одновременно можно разместить до 50 вещей.
- Материал: сталь (окрашенная), пластик.
- Размер: 173,5×70×66 см (в сложенном виде: 173,5×70×23 см).
- Максимальная нагрузка: 15 кг.



«Браслет здоровья»

лот 44663 ~~2499~~ **1999.-**

- Не требует подключения к мобильным приложениям и к Интернету.
- Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, расчет потраченных калорий.
- Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
- Материал корпуса: гипоаллергенный пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор.
- НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Электрический измельчитель «Молния»

лот 22634-01 **1699.-**

- Простое управление одним нажатием.
- 3 в 1: заменит блендер, миксер и мясорубку.
- Материал: пластик, нержавеющая сталь.
- Напряжение: 220 В. Мощность: 300 Вт.
- Объем чаши: 1,8 л. В комплекте: измельчитель, одинарный нож, двойной нож.



Брюки на резинке «Стрелочка»

лот 305634 **1499.-**

Материал: 90% ПЭ, 10% спандекс.

Размер: 50, 52, 54, 56, 58, 60.

Длина по внутреннему шву для 50-го размера: 74 см.

Глубина посадки: 30 см.

Цвет: изумрудный, темно-синий, черный, фиолетовый, бордовый (укажите при заказе).

ИЗумрудный

Рост модели: 183 см.



Стул «Титан» для купания в ванной и душе

лот 28594 **2999.-**

- 6 положений высоты.
- Отверстие для фиксации душевой лейки.
- Нескользящие и не царапающие ножки.
- Материал: пластик, алюминий. Вес: 2,3 кг.
- Размер (Ш×Г×В): 51×31×53 см.
- Ножки регулируются по высоте от 39 до 52 см.
- Максимальная нагрузка: 120 кг.



Складные очки «Фокус Плюс», 2-е в ПОДАРОК!

лот 43063 **1999 999.-**

- Визуальное увеличение до 160%.
- Складная конструкция.
- Подходят мужчинам и женщинам.
- Материал: пластик.
- Расстояние между дужками: 13,5 см.
- В комплекте: очки с футляром – 2 шт.



Электрическая ножеточка LEOMAX «Острые грани» (беспроводная)

лот 21703-04 **799.-**

- Наточит ножи, ножницы, отвертки и др.
- Есть поддон для опилок.
- Материал: пластик, металл. Размер: 6×8,5×14 см.
- Работает от 4 батареек типа AA (в комплект не входят).



Пояс эластичный согревающий «Сила верблюда»

лот 43103 **999.-**

- Изготовлен из эластичных волокон, покрытых верблюжьей шерстью.
- Материал: 38% верблюжья шерсть, 47% хлопок, 9% латекс, 6% ПЭ. Размер: 54-58, 60-64, 64-68.



Велотренажер «Кардио»

лот 401808 ~~2999~~ **1999.-**

- Для тренировки ног и рук.
- Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
- Регулируемый уровень нагрузки.
- Компактный.
- Материал: металл, пластик.
- Размер: 40×53,5×25,5 см. Вес: 2,4 кг.



Усилитель звука «Чуткий слух»

лот 402930 **999.-**

- Может усиливать звуки до 40 дБ.
- 6 уровней громкости.
- Материал: металл, пластик, силикон. Вес: 10 г.
- В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные силиконовые вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
- Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см.



Интерьерный обогреватель

лот 18868 **999.-**

- Легкий монтаж без проводов.
- Датчик движения.
- Материал: ПВХ. Светильника: 9 см. Яркость: 180 лм.
- Датчик движения/освещения: дальность срабатывания до 10 м. Крепление: двухсторонний скотч.
- Работает от 3 батареек AAA (в комплект не входят).



Термобелье «Нежные объятия»

лот 43363 **999.-**

- Согревает и моделирует силуэт.
- Незаметно под одеждой.
- Материал: 60% вискоза, 30% нейлон, 10% спандекс.
- Размер универсальный: от М(44) до 4XL(56).
- Цвет: сиреневый, «капучино» (укажите при заказе).
- Сиреневый



Чудо-трость

лот 40814 **1999.-**

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость компактно складывается.
- Высота трости регулируется.
- Встроенный фонарик работает от 3 батареек типа AAA (в комплект не входят).
- Материал: металл, пластик, резина.
- Высота: от 88 до 98 см.

Фонарик

Компактно складывается

Устойчивое основание



Чудо-мазь «Маули», 2-я в ПОДАРОК!

лот 402634-01 **СОГРЕВАЮЩАЯ 1199.-**

лот 402633-01 **ОХЛАЖДАЮЩАЯ 1199.-**

- Уникальный состав из 20 трав.
- Мазь с охлаждающим эффектом может помочь облегчить симптомы при отечности и болях в ногах.
- Мазь с согревающим эффектом может помочь облегчить симптомы при болях в области спины, поясницы, суставов.
- Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см.

2 шт. по 500 мл



Гибкие настенные панели 3D «Премиум», 10 шт.

лот 92576 **2999.-**

- Обновляют интерьер, утепляют стены и улучшают звукоизоляцию.
- Легко режутся под размер.
- Не впитывают воду, легко очищаются от загрязнений.
- Клеятся на любую поверхность.
- Материал: вспененный полиэтилен.
- Цвет: белый (1), «светлый кирпич» (2), «золотой мрамор» (3), «серый мрамор» (4). Укажите при заказе.
- Размер одной панели: 70×77 см. В наборе: 10 шт.

1 набор – 5 м²



Термоносочки «Аляска», 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

лот 45368 **999.-**

- Согреют ваши ноги в любую погоду.
- Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс.
- Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.). В комплекте: 2 пары + 2 пары в ПОДАРОК!

Черный Светло-серый Синий



Универсальная массажная подушка

лот 45732 **2499.-**

- Поможет снять напряжение в мышцах.
- Можно использовать на работе, в автомобиле.
- Мощность: 24 Вт. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В.
- В комплекте: массажер, сетевой и автомобильный провода, чехол на молнии. Размер: 31,5×18×8,5 см. Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. Цвет в ассортименте без возможности выбора.

Пульт управления



Корректор осанки «Здоровая спина»

лот 400573 **999.-**

- Эффективный способ сформировать правильную осанку.
- 10 специальных магнитов вдоль линии позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
- Размеры по объхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3).
- Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.
- Цвет и размер укажите при заказе.

Встроенные магниты



Изолирующая лента «Супер Фикс» + ПОДАРОК!

лот 16466-02 ~~1999~~ **999.-**

- Заклеит, уплотнит и отремонтирует почти всё.
- Можно использовать даже под водой.
- Контактирует с поверхностями из ПВХ, акрила, металлов, дерева, керамики, стекла и др. Материал: клей, ПВХ. Размер: 20×150 см, лента в подарок: 10×100 см.

ВТОРАЯ ЛЕНТА в ПОДАРОК!



Специальные носки без резинки «Комфорт», 3 пары + 3 пары в ПОДАРОК!

лот 45988 **999.-**

- Предупреждают тяжесть и усталость в ногах.
- Не нарушают кровообращение.
- Материал: 87% хлопок, 13% ПЭ.
- Размер: 35-37, 38-40, 41-43, 44-46.
- В комплекте 3 пары: черные, светло-серые, синие. Дополнительно 3 пары в ПОДАРОК!

Черный Светло-серый Синий



Матрас с функцией массажа и подогрева

лот 40479 **4999.-**

Способствует:

- активизации циркуляции крови,
- восстановлению мышечного баланса,
- улучшению сна,
- уменьшению жировых отложений.

4 массажные зоны: шея, спина, поясница, ноги. 5 вибромоторов. 2 программы.

Размер: 171×59 см. Напряжение: 220-240 В.

Материал: текстиль, пластик, металл.

В комплекте: массажный матрас, ремни-крепления на диван или кресло, сетевой адаптер, пульт управления, инструкция.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.



Наколенник «Двигайся легко», 2-й в ПОДАРОК!

лот 45295 **1999 999.-**

- Уменьшает нагрузку на сустав.
- Не нарушает кровоток.
- Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
- Незаметен под одеждой.
- Материал: 68% нейлон, 32% спандекс.
- Размер универсальный.
- Высота: 28 см.
- Максимальный обхват ноги до 50 см.

2-й в ПОДАРОК!



«Супер Сварка», 2-я в ПОДАРОК!

лот 18581 **999.-**

- Гель под действием ультрафиолетового светодиода превращается в сверхпрочный прозрачный материал.
- Склеит пластик, резину, стекло, дерево и фарфор.
- В комплекте: устройство, батарейка CR1620L.
- Материал корпуса: ПВХ. Размер: 13×3×1,3 см.

2-я в ПОДАРОК!



Утепленные тапочки-бабуши «Маруся»

лот 701978 **1299.-**

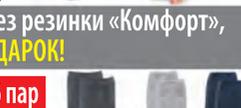
Материал: 20% шерсть, 80% ПЭ.

Материал подошвы: термопластичная резина.

Размеры: 36-37, 38-39, 40-41, 42-43.

Цвет: бежевый, серый (укажите при заказе).

Серый Бежевый



Фонарик

лот 40814 **1999.-**

- Устойчивое основание.
- Удобный фонарик на ручке.
- Трость компактно складывается.
- Высота трости регулируется.
- Встроенный фонарик работает от 3 батареек типа AAA (в комплект не входят).
- Материал: металл, пластик, резина.
- Высота: от 88 до 98 см.



Фиксатор голеностопа «Легкий шаг», 2-й в ПОДАРОК!

лот 46869 **1999 999.-**

- Компрессионный эффект.
- Фиксирует и снижает нагрузку на голеностоп.
- Материал: нейлон, спандекс, латекс.
- Размер: универсальный. Высота: 22,5 см.
- Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).

2-й в ПОДАРОК!



ЯСНЫЙ УМ И КРЕПКИЕ НЕРВЫ В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ!



Медицинский научно-производственный комплекс

 **БИОТИКИ**

Биотредин®

Регистрационное удостоверение Р N003744/01

Пиридоксин+Треонин
таблетки подъязычные 5 мг+100 мг
30 таблеток

Улучшает краткосрочную
и долгосрочную память

Повышает умственную
работоспособность

Уменьшает психоэмоциональное
напряжение

Способ применения: см. инструкцию по применению

ПОЗВОЛЯЕТ



Улучшать память
и внимание



Справляться со стрессом



Повышать умственную
работоспособность



чтобы узнать подробнее,
отсканируйте этот код, 18+



БИОТИКИ
СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД

реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ