



№49
(618)

ТВ-программа с 11 по 17 декабря 2023 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

ПЕРЕХОДИМ
НА ВИТАМИННОЕ
ПИТАНИЕ

стр. 12

КАК СНОВА
ПОВЕРИТЬ
В ЛЮБОВЬ

стр. 4

АЛЕКСАНДР
МАРШАЛ
ПЕСНИ ЧАСТО РОЖДАЮТСЯ
СПОНТАННО

стр. 2

КАЛЕНДАРИ
«ТЕЛЕКА»
НА 2024 ГОД

- ★ КАЛЕНДАРЬ КРАСОТЫ СТР. 24-25
- ★ ГОРОСКОП НА ГОД ДРАКОНА 13 ДЕКАБРЯ
- ★ ПРАВОСЛАВНЫЙ КАЛЕНДАРЬ 27 ДЕКАБРЯ

СКАЗКА ДЛЯ
РЕБЁНКА
СВОИМИ
РУКАМИ

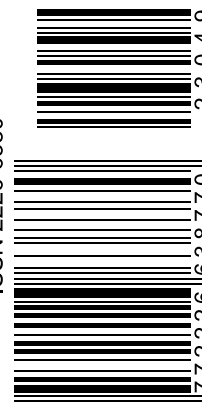
стр. 11

12+

КАРДОС
ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ГРУППА

Фото телеканала «Россия»

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 23049

Рок-музыкант, певец, бас-гитарист, автор песен Александр Маршал принял участие в самом загадочном и непредсказуемом гранд-шоу «Дуэты», которое стартует на канале «Россия 1» уже 8 декабря.

Александр МАРШАЛ:

Главная интрига проекта заключается в том, чтобы угадать, кто из популярных артистов скрывается за зеркальной стеной и вслепую выступает с тобой дуэтом?

В дуэтах – друзья-коллеги

– Александр, вы не первый раз принимаете участие в этом музыкальном шоу. Если соглашаетесь, значит, оно вам нравится?

– Да, в этом проекте я не новичок, участвовал в предыдущих сезонах. И это всегда было интересно. Как правило, со мной в дуэте оказывались симпатичные мне люди – Дима Харатьян, Зара, Юля Савичева... На сей раз интуиция меня подвела, я не угадал – кто окажется по ту сторону стены, хотя очень надеялся, что это будет представитель сильной половины человечества, поскольку песня, которую исполнили, была мужской. Но случилось все с точностью до наоборот. Кто в результате оказался со мной на сцене, вы узнаете, если посмотрите съемки нового сезона, это точно будет интересно. Мне самому было невероятно любопытно узнать, кто на сей раз станет моим партне-

«Песни часто рождаются спонтанно»



КСТАТИ

Роман с кинематографом

– Какие у вас сегодня взаимоотношения с кинематографом? Вы ведь писали музыку к фильмам, таким, например, как «Мальтийский крест». Больше не поступало предложений?

– Предложения есть, но не хочу говорить о том, что еще не случилось. К одной картине я, правда, уже написал песню, но фильм пока в производстве, и говорить об этом также преждевременно. Но, надеюсь, роман с кинематографом у меня продолжится. Эта сфера деятельности мне тоже интересна.

ром. Это всегда держит в напряжении, повышенном тоне. И когда поднимается зеркальная стена, и ты видишь, с кем имеешь дело, радость появляется невероятная, потому что это, как правило, оказываются друзья-коллеги, которых много лет знаю и искренне люблю-уважаю.

– Как вы считаете, в чём главная «фишка» проекта «Дуэты»?

– Это настоящее шоу XXI века, которое выполняет свое основное предназначение – дарить людям радость и эстетическое наслаждение. Надеюсь, мы справляемся с этой задачей.

«Журавли, журавли»

– Вы справляетесь и со многими другими задачами – готовите большой сольный концерт, пишете песни, выпустили новый альбом...

– Песен действительно написал много и хочу сказать поклонникам, тем, кто любит мои песни, что 20 февраля 2024 года в

Кремлевском Дворце состоится мой сольный концерт. Так что приходите, буду искренне рад.

Что касается нового альбома, он вышел нынешней осенью под названием «Журавли, журавли». Музыку к нему написал мой друг Владимир Петрович Пресняков. Я очень благодарен Володе за добрые слова, которые он сказал после записи альбома. Он очень талантливый человек, его мнение для меня важно.

Истории из жизни

– Больше половины песен в вашем репертуаре – собственные. Что заставило взяться за написание музыки и текстов?

– Жизненные истории, свидетелями которых я был или о которых мне рассказывали. Они так меня впечатляли, брали за живое, что по-другому было никак. Эти истории заслуживают того, чтобы о них рассказывали, в том числе в формате песен. Песни часто рождаются спонтанно. Тексты обычно пишу в поездках, потом возвращаюсь домой, беру гитару и сочиняю к ним незатейливые мелодии. Таким образом, получаются длинные рассказы в стихах, где основой выступает текст.

– Кроме профессиональной деятельности вы занимаетесь общественными делами, являетесь членом Общественного совета при Министерстве обороны и Следственного Коми-



ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– Всем здоровья, радости, мира. Храни всех Господь! И с наступающим Новым годом, дорогие друзья!

тета России. Что вам это даёт?

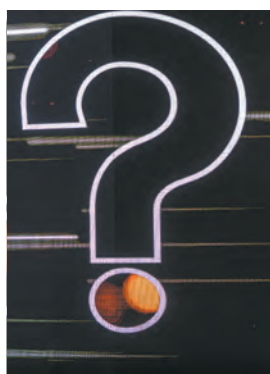
– В нынешнее непростое время вся деятельность Общественных советов направлена на помощь ребятам, которые с честью выполняют свой долг на передовой. И когда оказываюсь причастным к этой помощи, считаю, что работаю тут не зря.

Военная тема

– Ко всему прочему вы почти семь лет выступаете в качестве ведущего программы «Легенды армии». Как решились стать ведущим? Это ведь было новое для вас дело...

– Когда позвонил Алексей Пиманов и предложил вести эту программу, я сначала испугался, потому что действительно никогда не проявлял себя в подобном качестве. Но, поразмыслив, решил – почему бы нет? Тема для меня близкая, я из семьи военного, сам учился в военном училище, а тут предлагалась интересная тема – рассказывать о великих полководцах, о людях, которые с честью выстояли и продолжают проявлять мужество и героизм в разных войнах и военных конфликтах.

Наталья АНОХИНА



ДЕТАЛИ

Отец был живым примером

– Ваш отец – лётчик-инструктор. Он был, мягко говоря, расстроен, узнав, что вы оставили военное училище. Отец являлся для вас авторитетом?

– Не то слово. Виталий Павлович был настоящей личностью. Его курсанты впоследствии ста-

новились боевыми пилотами, лётчиками-испытателями, двое попали в отряд космонавтов. Он был умный, твердый, решительный. К сожалению, профессия занимала почти все его время, так что меня он почти не воспитывал. Но мне для примера было достаточно видеть, как он живет

и трудится, как выходит из сложных жизненных ситуаций, общается с людьми. Он был воспитателем, человеком с большой буквы. Я благодарен ему за все.

Отец был недоволен, когда узнал, что хочу оставить военное училище, стать музыкантом. Именно благодаря ему (в нака-

зание) еще год отслужил рядовым, был оператором радиолокационной станции. Считаю, мне это пошло на пользу, мужчина должен отслужить в армии. Так что никаких обид на отца не держу. Он навсегда остался примером во всех отношениях. Мне очень его не хватает.

«Синяя птица» зажигает новые «звёздочки»



На телеканале «Россия 1» продолжается десятый, юбилейный сезон Всероссийского конкурса юных талантов «Синяя птица». А это значит, что каждое воскресенье в телеэфире вновь зажигаются юные «звёздочки», чтобы тронуть сердце каждого зрителя. В жюри собралась признанная мастера в мире искусства: пианист-виртуоз Денис Мацуев, актриса театра и кино Марина Неёлова и ректор Академии русского балета им. А.Я. Вагановой Николай Цискаридзе.

– У меня «Синяя птица», прежде всего, ассоциируется с дружбой, – рассказал нам Николай Цискаридзе. – Я много лет дружу с Дашей Златопольской. Когда мы познакомились, я был совсем юным артистом, а она – молодой корреспонденткой. А потом, за все эти десять лет, в судействе были самые выдающиеся люди. Бесподобные артисты, на которых хочется равняться.

Фото телеканала «Россия»

«Ёлка телеканала «Карусель» приглашает на новогодние каникулы!

Новое высокобюджетное шоу «Ёлка телеканала «Карусель» будет ярким, волшебным, масштабным, весёлым и добрым. Оно пройдет с 23 декабря 2023 года по 7 января 2024 года в Crocus City Hall.

Впервые в одном сказочном сюжете объединятся очаровательные Царевны, жители Простоквашино, милый Лунтик с друзьями, неугомонные Волк и Заяц из «Ну, погоди!», веселые обитатели «Дракошии», доброе

семейство Оранжевых коров и любознательный Умка! Всех знакомых персонажей соберет на сцене Crocus City Hall лидер индустрии семейных развлечений – продюсерский центр «Седьмая Радуга».

В программе самой высокобюджетной елки России вас ждут игры с гигантскими надувными предметами, невероятные визуальные спецэффекты, объемные многоуровневые декорации, изумительные цирковые номера и бесподобные трюки.

Фото предоставлено Продюсерским центром «Седьмая Радуга»



«Недетское кино» покажут детям

Звезда сериалов «Кадетство» и «Кремлёвские курсанты» и нескольких фильмов «Ёлки» Александр Головин снялся в 12-серийной фэнтезийной комедии «Недетское кино». Это история о мальчике Дане и девочке Таисии, которые случайно активируют портал – и впускают в наш мир сказочных персонажей. Александр Головин играет одну из главных ролей: богатыря Даньслава, который раньше сражался с Кощеем Бессмертным, а теперь оказался в совершенно непривычном мире, где впервые попробовал мороженое. Также в фильме снялись Александр Яцко, Ольга Прокофьева, Александра Ребенок, Юрий Чурсин, Настасья Самбурская, Мари Шумакова, Александр Булатов и другие. Фильм покажут в новом, 2024 году на телеканале СТС.

«Звезда Рождества» поддержит добрые дела

С 19 декабря 2023 года по 16 января 2024 года в Москве пройдет масштабный благотворительный фестиваль «Звезда Рождества», который соберёт лучшие традиции ожидания и празднования главного зимнего торжества, соединив искусство и добрые дела. Публику ждут концерты, музейные экскурсии, театральные постановки, мастер-классы, большая благотворительная ярмарка рождественских сувениров, арт-аукцион. Особым событием станет премьера анимационного фильма на стихотворение Бориса Пастернака «Рождественская звезда».

– Добрые дела, поддержка тех, кто нуждается в помощи, – действительно прекрасные традиции.

И мы будем очень счастливы, если наш фестиваль послужит их возрождению и приобщит к ним молодое поколение, – поделилась генеральный продюсер фестиваля «Звезда Рождества» Вероника Вяткина.

В фестивале примут участие народная артистка Ирина Алфёрова, пианистка, заслуженная артистка России Екатерина Мечетина, Елена Захарова, Алиса Гребенщикова, Ксения Алфёрова и другие звезды.

Все вырученные средства пойдут в поддержку подопечных православной службы помощи «Милосердие», а также в пользу церковного штаба помощи беженцам в Москве.

ПРОДАЙТЕ СВОЕ ЗОЛОТО ДОРОГО, ДЕНЬГИ СРАЗУ!

24 ФИЛИАЛА В МОСКВЕ
БЕСПЛАТНЫЙ ВЫЕЗД ЮВЕЛИРА К ВАМ ДОМОЙ

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

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

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

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

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

2. Чем скупка «Аурум» отличается от других?

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

3. Выездная скупка от компании «Аурум».

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

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



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

Позвонила. Приехал приятный молодой человек. Угостила чаем, Артем (на фото) разложил на столе все свои приборы ювелира. Рассказал, как определяет пробу, смотрит камни. Очень увлекательно. Поболтали... В итоге предложил мне 73000 р. за три ненужных старых кольца и серьги. Согласилась, тут же пришел перевод на карту. Всем рекомендую. Сразу видно, что тут работают честно!



ВЫЗОВ ЮВЕЛИРА

8 (800) 551-84-34

ВЫПЛАТА НА МЕСТЕ,
НАЛИЧНЫЕ ИЛИ ПЕРЕВОД НА КАРТУ!



Максимальная оценка



Выплата наличными или переводом на карту



Любые драгоценные металлы, в любом состоянии



Высокие рыночные цены



Принимаем в скупку дороже любого ломбарда



Не продавайте без нашей экспертной наценки

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

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



СЕКРЕТ УСПЕХА

Медитация как рабочий инструмент

Медитативные упражнения помогают улучшить концентрацию внимания на работе и сосредоточиться на решении вопросов, не позволяя мыслям переключаться на побочные задачи и рассеивать внимание на ненужные мелочи.



ИЩЕМ ВОЗМОЖНОСТЬ

Конечно, это может быть непросто, особенно на начальных этапах, однако возможно.

- Начните с нескольких минут ежедневных практик, которые в перспективе смогут изменить вашу жизнь в лучшую сторону.
 - Используйте перерывы в течение дня для расслабления и дыхательных упражнений.
 - Выберите место для расслабления. Может подойти конференц-зал, парк или даже ваше рабочее место.
- Ученые доказали, что медитация на работе способствует не только расслаблению, но и улучшает отношения с сотрудниками, а также повышает удовлетворение от работы.

ВОЗМОЖНЫЕ НЕУДОБСТВА

Звуки офисной техники, разговоры коллег, телефонные звонки могут создавать фоновый шум, мешающий сконцентрироваться. Выход — наушники или наличие пустого кабинета для занятия.

Чтобы вас не отвлекали, предупредите коллег, что у вас перерыв, и попросите вас не беспокоить.

ГЛАВНОЕ — РЕГУЛЯРНОСТЬ

Медитативные техники могут быть самыми простыми: осознанное дыхание, медитация во время ходьбы и даже приема пищи. Подберите себе наиболее подходящие медитативные техники, и окружающие вас сотрудники даже не заметят, что вы их применяете. Главное — делать это регулярно и правильно. Тогда и результат не заставит себя ждать.

Желаем вам спокойствия и расслабления даже на работе!

После разочарования в отношениях снова довериться своё сердечко другому человеку очень сложно.

Особенно если предательство случилось не единожды. Хочется запереть душу на большой амбарный замок, чтобы больше никто не смог причинить вам боль. Но даже в самом закрытом сердце теплится надежда однажды снова испытать влюбленность и чувство полета от нахлынувших чувств. Как приблизить этот момент?

Не впадать в крайности

Превратиться в «снежную королеву» или сразу после разрыва предыдущих отношений броситься в новые как в омут? Психологи утверждают, что оба сценария не принесут ожидаемого облегчения и уж тем более счастья. В первом случае, застегнув свое эмоциональное «пальто» на все пуговицы, вы рискуете остановиться в точке страдания и застрять там надолго. Во втором случае велика вероятность допустить старые ошибки в новых отношениях.

Ваша задача — переосмыслить неудачный опыт и понять, какие внутренние настройки мешают вам быть счастливым человеком. И, конечно, изменить их!

Если любите, никогда не слушайте ничьих советов, не верьте слухам и доверяйте любимым. Но квартиру оформляйте на себя.



Изменить настройки

Обычно между человеком и его способностью быть счастливым стоят какие-то установки, усвоенные с детства или приобретенные на протяжении жизни. Их можно разбить на две группы: недовольство собой и завышенные требования к другим. Давайте разберемся с ними.

НЕДОВОЛЬСТВО СОБОЙ

Можно сказать, что речь идет о комплексах.

Как снова поверить в любовь?



де обратить на себя больше внимания.

Что делать? Самостоятельно или с помощью психолога постараться объективно взглянуть на себя, свои отрицательные и положительные стороны. Вы наверняка выясните, что вас есть за что любить, станете более цельным и не зависящим от чужого мнения человеком. Именно такие люди привлекательны для окружающих.

ЗАВЫШЕННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ДРУГИМ

Если вы мечтаете о сказочном принце, наделенном исключительно положительными качествами (часто противоречащими друг другу), то с большой вероятностью вы останетесь в одиночестве. К примеру, вы хотите видеть рядом эмоционального мужчину, который будет откликаться на ваши переживания. Такие действи-

тельно существуют, они часто вырастают в семьях, где детей воспитывают мамы и бабушки. Но ждать от такого мужчины волевых поступков, умения принимать решения не приходится. Его научили слушать и слушаться, но не брать на себя ответственность.

Что делать? Выяснить, какие качества в будущем супруге для вас действительно принципиальны, а какие — не очень. Психологи утверждают, что самое главное — найти человека с похожими на ваши взглядами на жизнь. Например, если вы оба мечтаете об уютном гнездышке, где будут звенеть детские голоса, вам по пути. Но если у одного на первом месте семья, а второй намерен сначала построить карьеру или объехать весь мир, а потом уже связываться с пеленками-распашонками, пару ждут скандалы.

Общие правила

Как выглядят отношения, в которых человек чувствует себя счастливым? Есть несколько критериев:

- Оба могут оставаться самими собой, потому что принимают друг друга именно такими.
- Оба могут развиваться в областях, которые им интересны, потому что получают поддержку от второй половинки.
- Между людьми в отношениях нет соперничества и собственности.
- Никто не играет в Пигмалиона и не подгоняет любимого человека под свои представления об идеале.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

РАЗБИРАТЬ РЕЧЬ ПО ТЕЛЕВИЗОРУ — ЭТО ПРОСТО!



ПРЕДЛАГАЕМ ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ С ПОВЫШЕННОЙ РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ

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

- + Гарантия качества
- + 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», пр-т Мира, д. 5, корп. 1
- «Белорусская», ул. Лесная, д. 8А

МИР СЛУХА
www.mirstuha.ru

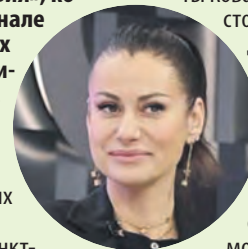
Реклама 119017, Москва, ул. Пятницкая, д. 28, ООО «Мир слуха Пятницкая», ОГРН 1157746542953

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.

НОВОСТИ ТВ, ТЕАТРА И КИНО

«Тайны следствия» представили новый сезон

Презентация нового сезона легендарного сериала «Тайны следствия», который выходит на телеканале «Россия», прошла в рамках международной выставки-форума «Россия» на ВДНХ. Новые серии гостям представили Анна Ковальчук и ее дочь Злата, а также Андрей Шарков. Исполнители главных ролей специально приехали для этого мероприятия из Санкт-Петербурга в Москву. На презентации Анна Ковальчук рассказала, что в новом сезоне ее героиня Мария Швецова все та же, что и в предыдущих. По признанию актрисы, этот персонаж всегда был ей симпатичен и



является для нее кумиром. Что касается Златы Ковальчук, то она помнит съемки сериала столько же, сколько саму себя: с самого детства работа на площадке детектива для нее была нормой, а все актеры сразу стали родными людьми. — Удивительным образом я попала в этот сериал, — с улыбкой вспоминает Злата. — Это часть моей жизни, и я не представляю себя без этого сериала. И я не верю, что это когда-то может закончиться, мне даже не хочется об этом думать... Гости мероприятия получили возможность задать актерам вопросы, а по его окончании — принять участие в автограф-сессии со звездами.

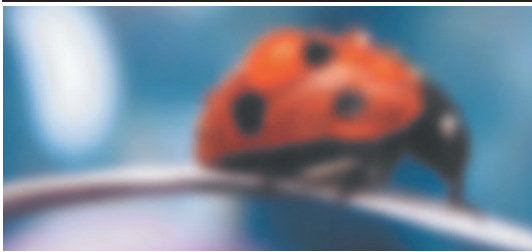
Фото телеканала «Россия»



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 иглолку вдевать 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...» Вот такое письмо с криком о помощи пришло в нашу редакцию. И, к сожалению, 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?



Кто-то довольствуется тем, что есть...



А кто-то выбирает «Глазник»

«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 всё 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 неё, увы, не застрахованы даже люди с хорошим зрением. А уж если есть хронические заболевания (такие как, например, как 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. Причём без операции и в домашних условиях!

Ещё мало кто знает, но учёные 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 нём. 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 метод 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 полётом 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 прошёл 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 чёткий, без чёрных 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 происходит лечение? И как долго сохраняется эффект? Тогда слушайте...

ЗАБУДЬТЕ ПРО КАПЛИ И УКОЛЫ В ГЛАЗА!

Забудьте всё, что Вы пробовали до этого в лечении глаз. Ведь часто то, что прописывают врачи, в лучшем случае только снимает симптомы и даёт кратковременный эффект. Или же предлагают кардинальное хирургическое лечение, на которое не каждый решится.

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

Поэтому создатели аппарата «Глазник» пошли совсем другим путём. 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! Во-вторых, «Глазник» способствует разрастанию капиллярной сетки глаз. Больше капилляров - лучше питание тканей и кровотока. Это позволяет быстрее справиться с истощением глазных тканей и дистрофией. Ведь именно это является первопричиной большинства глазных заболеваний! А как Вы правильно понимаете, вовремя устранить причину - это уже 90% успеха в лечении любой болезни!

А для людей, страдающих диабетом, аппарат «Глазник» вообще незаменим. Ведь глаза для них - слабое место! Аппарат поможет справиться с главной проблемой - диабетическими спутками в глазных капиллярах. И остановить потерю зрения. «Глазник» также нормализует глазное давление и стимулирует питание волокон нерва, которые ещё не атрофированы. То есть предотвращает дальнейшее ухудшение и, что важно, сохраняет здоровые участки.

В результате улучшается отток жидкости, диск зрительного нерва не пережимается из-за давления, и происходит невероятное - функция нерва начинает восстанавливаться! Вы можете себе представить такое?! Зрение после этого становится в разы лучше! Это же просто фантастика! При этом многим, чтобы увидеть первые улучшения, требуется всего один курс процедур!



А эффект от него держится длительное время!

КОМУ АППАРАТ «ГЛАЗНИК» МОЖЕТ ПОМОЧЬ?

У этого аппарата очень широкий спектр применения. Вот только некоторые заболевания, с которыми он справляется ну просто «на ура»:

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

Уверены, многие из Вас нашли в этом списке свой недуг. Но даже если Ваше зрение 100 %, после 45 лет мы советуем использовать «Глазник» для профилактики. Особенно 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 врачам, Вы сможете видеть чётко и наслаждаться всеми красками окружающего мира!

ОДОБРЕНО ПРОФЕССИОНАЛАМИ!

Аппарат «Глазник» - это настоящее сокровище! Он настолько уникален, что его даже нельзя ни с чем сравнить. Можно смело сказать, что пока аналогов у этого аппарата нет в России.

ЛУЧШИЙ ПОДАРОК ДЛЯ РОДНЫХ И ДРУЗЕЙ

Новогодние праздники - время волшебства и подарков. А главное это прекрасный повод, чтобы провести время в кругу родных и близких. Сегодня у Вас появилась прекрасная возможность - сделать им сюрприз. Как? Мы подскажем как порадовать любимых с выгодой! Положите под елочку самый лучший подарок для родных и близких. Удивительный аппарат по приятной новогодней цене. Торопитесь, ведь новогоднее предложение действует только до конца года!

**ВЫ АБСОЛЮТНО НИЧЕМ НЕ РИСКУЕТЕ!
ЕСЛИ РЕЗУЛЬТАТ ВАС НЕ УСТРОИТ МЫ ВЕРНЕМ ДЕНЬГИ!**

**БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА
ВНИМАНИЕ! КОЛИЧЕСТВО ФИЗИОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ
АППАРАТОВ «ГЛАЗНИК» ОГРАНИЧЕНО!
WWW.PRODEX.RU WWW.APTEKA.RU**

**ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!
8 (800) 333-17-38**

ИП Елифанова Татьяна Владимировна, ОГРНИП 306730205900051. Доставка АО «Почта России» или курьером до двери за счет покупателя. Стоимость доставки уточняйте у оператора. *Акция действует с 06.12.2023 по 06.01.2024. Информацию об организаторе мероприятия, о правилах его проведения, количестве призов или выигрышей по результатам такого мероприятия, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора. **Подробную информацию о возврате денежных средств уточняйте у оператора. ООО «Поток» ОГРН 1211600004550 Юридический адрес: 420140, Республика Татарстан, г. Казань, ул. Минская, д. 61, пом. 1014. АО НПК «КАТРЕП» ОГРН 1025403638875 Юридический адрес: 630559, Новосибирская область, рп. Кольцово, пр-кт Академика Сандахчиева, зд. 11. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПЕРЕД ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ.

На канале РЕН ТВ для любителей острых ощущений выходит 8-серийный боевик «Позывной неизвестен», где в центре внимания – отряд профессиональных бойцов с большим боевым опытом.

Они решают задачи, с которыми не может справиться никто кроме них. Этот отряд по всему миру отстаивает интересы России, вступая в противоборство с зарубежными спецслужбами, диктаторами, террористами и бандформированиями... Одного из четырех бойцов играет молодой, но уже популярный актер Павел Крайнов («Когда цветет папоротник», «Варавва», «Одиннадцать молчаливых мужчин» и др.), который рассказал «Телеку» о том, как снималось это кино, как выстраивались взаимоотношения в команде и в каких локациях проходили съемки.

Настоящая команда

– Павел, «Позывной неизвестен» – чисто мужское кино. Нет опасности, что это сузит зрительский интерес, что прекрасная половина не станет его смотреть?

– Нет, потому что этот сериал лишь по первому плану боевик, а на деле мы играем классных обаятельных ребят с чувством юмора и самоиронией. Они ходят на дискотеки, влюбляются в девчонок, между ними выстраиваются разные взаимоотношения. Четыре героя, четыре разных человека, у каждого свой характер, свое амплуа, своя профессиональная и психологическая роль в отряде. Все они отлично стреляют, дерутся, управляют боевой техникой, мгновенно принимают тактические и оперативные решения. Они – настоящая команда, для ко-

Павел КРАЙНОВ:

Люблю пробовать что-то новое!



Премьера сериала «Позывной неизвестен» – 18 декабря на телеканале РЕН ТВ.

торой нет невыполнимых заданий.

– Правда, что вашего командира по фильму играет бывший военный Геннадий Казачков?

– Да, у него военное образование, военное прошлое, и отчасти он играет то, что прожил когда-то сам, находясь в горячих точках. Другой коллега из нашей четверки – Виктор Смоляр, в прошлом чемпион мира по рукопашному армейскому бою. Так что двое из нас оказались профессиональными бойцами, которые были на съемках еще и консультантами. У нас получился прекрасный творческий союз, где все друг друга поддерживали, все были заряжены идеей, вооду-

шевлены. Это было абсолютное творчество, когда у всех, как говорится, глаз горел. Кстати, для режиссера картины Андрея Берченко и оператора Сергея Гурина это был дебют в кино. Так что старались все.

Современные богатыри

– События, происходящие в фильмах, происходят в разных точках земного шара. Где снимали картину?

– В Ростове-на-Дону, Таганроге, на Азовском море. Там оказались очень интересные локации, которые заставляют верить, что все события

разворачиваются в разных странах. Каждую из этих вымышленных стран оператор снимал в определенном цвете. Я видел фильм на озвучании и могу сказать – есть ощущение, что каждый раз ты попадаешь в новое пространство.

– «Позывной неизвестен» уже скоро выходит на экраны. Стало быть, актёр Павел Крайнов открыт для новых предложений...

– Я только закончил сниматься в замечательной фэнтези-истории «Молот ведьм» режиссера Евгения Бедырева. Это современная история про русских богатырей Алёшу Поповича, Илью Муромца и Добрыню Никитича, живущих в современном мире. У них и профессии современные, например, один из них айтишник. Но когда надвигается опасность в виде всякой нечисти, в этих молодцах просыпаются сказочные силы, и они превращаются в тех самых классических богатырей.

– Кого из них вы сыграете?

– Я играю Царевича. Кого еще я могу играть? (Смеется).

Надеюсь, что картина выйдет в будущем году. Еще одна замечательная картина, в которой мне довелось поучаствовать, – «Не будите лихого». Это российский боевик о бывших сослуживцах, прошедших через ужасы войны, вернувшихся домой и оказавшихся в мирной жизни по разные стороны закона. В целом получился настоящий боевик с очень мощными биографиями и драматическими судьбами. В главной роли – Роман Курцын, с которым уже работали раньше. Я в этой картине играю монаха – человека, который приходит к церкви и в этом ищет свое спасение, пытаюсь через послушание обрести прощение.

Пожелание читателям «ТЕЛЕКА»:

– Желаю учиться слушать и слышать друг друга. Не все, к сожалению, умеют это делать. Ещё – добра, здоровья, хорошего настроения! Пусть всё у вас будет хорошо!

На верном пути

– Первое ваше образование – техническое. Вы окончили Московский авиационный институт, и вдруг подались во ВГИК, выбрав профессию, где не ты выбираешь, а тебя выбирают...

– Когда пришел поступать на актерское отделение, я понимал, какую зависимую выбираю профессию. К тому же мастер, к которому я поступал, замечательный артист Всеволод Шиловский, прямо сказал: «У тебя уже есть хорошая профессия, зачем тебе это нужно? Ты готов всю жизнь быть с протянутой рукой, типа, дай мне роль?» Я ответил, что готов рискнуть.

Тогда же дал себе установку: если в течение пяти-семи лет после окончания ВГИКа не буду востребован, честно скажу себе, стоп, хватит! Но ровно в эти пять лет, что себе от-

мерил, начали поступать предложения и в кино, и в театре. Я снялся в картинах, за которые мне не стыдно. Например, фильмы «Варавва» и «Одиннадцать молчаливых мужчин» не прошли незамеченными, как и мои работы. Они дали понять, что я на верном пути. То есть профессия откликнулась, и это было здорово.

– А если случаются паузы в работе, куда направляет неистраченные силы и знания?

– В любом случае не унываю и руки не опускаю. Пытаюсь делать параллельную работу. У меня давно есть желание снять кино, уже разрабатываю короткометражные истории, где надеюсь выступить и в качестве режиссера.

Наталья АНОХИНА

Кстати

«Хочу научиться джигитовке»

– А любовь к спорту осталась? Вы ведь с 12 лет профессионально занимались фехтованием...

– И не только. Еще борьбой и плаванием. Спорт любил всегда. В фильме «Этерна» мне даже удалось применить навыки фехтования. Это большое счастье. Я вообще жадный до возможности попробовать что-то новое. И если в скором будущем у меня сложится одна история, то это будут уже лошади, настоящая джигитовка. Хорошо, когда совпадает то, что нужно для работы, и то, что тебе нравится.

– А кино любите смотреть или нравится лишь самому сниматься?

– Очень люблю и часто его смотрю. Делаю для себя открытия. И в театр хожу с удовольствием. Еще наши мастера во ВГИКе говорили: «Вы учитесь не только когда сами снимаетесь или выходите на сцену, но и когда смотрите, как это делают другие. Это такой же большой творческий процесс».



Виктор Смоляр, Павел Крайнов, Геннадий Казачков и Николай Белин на съемках сериала «Позывной неизвестен».

Игорю Ливанову – 70! В это трудно поверить, но факт остаётся фактом.

Игорь ЛИВАНОВ:

«Работа меня стимулирует»



иногда перед женой и детьми есть чувство вины.

О музыке и хозяйстве

– А ваши сыновья чем увлекаются?

– 16-летний Тимофей полностью погружен в музыку. Он окончил музыкальное училище по классу фортепиано, потом взялся изучать гитару, научился играть на ударных инструментах. Дай Бог, чтобы это увлечение переросло во что-то более серьезное. Младший Илья тоже ходит в музыкальную школу, ему очень нравится. Вообще, Ильюша все делает с удовольствием – занимается каратэ (у него уже желтый пояс), плаванием, ходит в конноспортивный клуб, где у него есть любимая лошадка Максимус. На выходные поедет на дачу, и он с ним увидится. Клуб находится недалеко от нашего дома. Когда сын получил желтый пояс, он спросил нас: «Ну что, я молодец?» – «Конечно, – говорим, – ты делаешь нашу жизнь счастливой».

– Игорь, вы упомянули дачу. Слышала, у вас целое хозяйство. Это правда?

– Да, у нас просторный двухэтажный деревянный дом. Возможно, не совсем такой, каким хотелось бы видеть его в идеале, поэтому мы его все время совершенствуем, доводим до ума. У нас большой сад, ухоженный огород и есть куры, гуся и 75-килограммовая собака. В пруду водятся трех-четырёхкилограммовые рыбы. Живность свою люблю, с ней не соскучишься (смеется).

Наталья АНОХИНА

В честь такого события LA'Театр представил на сцене Театра в Хамовниках юбилейный концерт, в котором приняли участие друзья и коллеги артиста. Среди них – Владимир Стеклов, Ольга Прокофьева, Валентин Смирнитский, Вадим Андреев, Дмитрий Харатьян, Павел Баршак, Денис Матросов, Эвклид Кюрдзидис и другие известные артисты.

Встреча с друзьями

– Игорь Евгеньевич, признайтесь, как вы относитесь к датам?

– Для меня этот юбилей стал поводом для встречи с давними друзьями, многих из которых не видел несколько лет, как, например, Диму Харатьяна и Вадика Андреева. Любимого мною Рому Мадянова, слава Богу, вижу, поскольку он является замечательным крестным моего младшего сына. А вот старшенький со своим крестным – Владимиром Стекловым – познакомился на этом юбилейном вечере (смеется). Я рад, что он состоялся. Спасибо художественному руководителю LA'Театра, моему другу Вадиму Дубровицкому.

О профессии и родителях

– Вы находитесь в том прекрасном возрасте,



ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ «ТЕЛЕКА»:

– На все свои желания и хотения нужно иметь здоровье. Так что будьте здоровыми!

когда можно оглянуться назад и подвести итоги. Какие мысли возникают по этому поводу?

– Я думаю о том, что выбрал удивительную профессию, которая дает возможность приподняться над обыденностью. Через тексты и смыслы, в них

спрятанные, разговаривать почти напрямую с Островским, Чеховым, Булгаковым. Еще – прожить жизни своих персонажей, счастливых и не очень, умирать и с ними возрождаться снова. И все это – процесс непростой, если копать глубоко, очень

ДЕТАЛИ

«Люблю петь под оркестр»

– На юбилейном вечере для многих стало откровением, что вы замечательно поёте, что не единожды исполняли песни к разным фильмам...

– На самом деле я давно дружу с музыкой, песней, поскольку еще мальчишкой пел в хоре Свешникова, и сегодня с удовольствием пою, если меня приглашают как исполнителя на какое-нибудь мероприятие. С Володей Качаном мы и вовсе устраивали музыкальные вечера. Петь люблю и, без ложной скромности, умею. Работал в кино с такими композиторами, как Геннадий Гладков, Исаак Шварц, Андрей Петров... Очень люблю петь под симфонический оркестр.

интересный. Я счастлив, что каждый месяц играю более двух десятков спектаклей. Работа меня стимулирует всегда и во всем.

– А что у вас сегодня в кино?

– Вот-вот выйдет на экраны фильм «Высшая мера» Вячеслава Рогож-

кина, где исполняю одну из главных ролей. Работа была серьезная, потребовала колоссальных усилий. Уверен, это кино не пройдет незамеченным, обязательно будет отклик.

– В день рождения принято вспоминать родителей. И вы, и ваш брат (актёр Аристарх Ливанов, – Прим. ред.) на юбилейном вечере много о них рассказывали. Родители застали ваш успех?

– Слава Богу. И то, что я есть, и такой, какой есть, – это абсолютно их заслуга. Они были такими, каким бы сам хотел быть. И я счастлив, что они всегда были рядом, всегда следили за нашими с братом успехами. Приходили на все спектакли. Считаю, что они правильно нас воспитали, правильные давали читать книги.

– А вы своим детям какие книги даёте?

– Прежде всего, мы дарим им свою любовь. Ничего не надо говорить – просто любить. Я всегда думаю, что, к моему большому сожалению, я мало бываю с семьей из-за плотного графика. И у меня из-за этого



ИНВЕСТИЦИОННЫЙ КАПИТАЛ
потребительский кооператив



«Ул. 1905 года», 7 мин. пешком,
г. Москва, Студенецкий пер., д. 3
Мы работаем: с 9:00 до 17:00
сб – вс выходной

8 (495) 005-77-48

8 (800) 707-77-48

ЗВОНОК ПО РОССИИ БЕСПЛАТНЫЙ

www.invkap.ru

ПРИНИМАЕМ СБЕРЕЖЕНИЯ

ВЫПЛАТЫ ЕЖЕМЕСЯЧНО
ФИНАНСОВЫЕ РИСКИ ДО 5 МЛН. РУБЛЕЙ
ПОЛНОСТЬЮ ЗАСТРАХОВАНЫ

- 15% ГОДОВЫХ НА СРОК 6 МЕСЯЦЕВ
- 18% ГОДОВЫХ НА СРОК 1 ГОД
- 20% ГОДОВЫХ НА СРОК 2 ГОДА

от **15%** до **20%**
годовых в рублях

СПЕЦИАЛЬНОЕ
ПРЕДЛОЖЕНИЕ
ДЛЯ ПЕНСИОНЕРОВ
ДЕЙСТВУЕТ ДО 31.12.2023 г.

23% ГОДОВЫХ
НА СРОК ОТ 1 ГОДА



Предложение действует только для членов Потребительского кооператива «Инвестиционный капитал» и не является финансовой услугой. Вступительный взнос 100 руб. Срок размещения сбережений от 6 мес. до 2 лет. Суммы от 50 тыс. руб. до 5 млн. и выше со ставкой от 15% до 20% годовых. Сбережения (денежные средства) принимаются по договору займа. Страхование финансовых рисков осуществляет НКО ПОВС «СМАРТ СТРАХОВАНИЕ». Полную информацию об условиях и специальном предложении, можно узнать по телефону: 8 (800) 707-77-48.
ИНН 9703003636, ОГРН 1197746628309

Реклама

Приближаются новогодние праздники – время самых веселых корпоративов.

Очень часто предпраздничное застолье проходит прямо в офисе, и сотрудники сами решают, чем будет заполнен их стол.

Мы предлагаем обратить особое внимание на тарталетки – идеальную закуску для офисного фуршета.

У тарталеток много преимуществ перед любыми другими блюдами: они не требуют приборов и при этом не пачкают рук, начинки для них можно (и нужно) приготовить дома и, наконец, выглядят тарталетки очень нарядно. Кроме того, приготовление начинок для тарталеток – это возможность блеснуть в рабочей среде кулинарным искусством, которое оценят по достоинству не только родные и близкие, но и коллеги.

ТАРТАЛЕТКИ ДЛЯ ФУРШЕТА

выбираем начинки

Из красной рыбы

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 209 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 200 г красной рыбы с/с ■ 2 яйца ■ 1 огурец
■ 1 ст. л. майонеза ■ 2 веточки петрушки или укропа ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, почистить, натереть на крупной терке.
- 2 Огурец очистить, нарезать мелкими кубиками. Отрезать несколько тонких полосок рыбы для украшения, остальную рыбу нарезать мелкими кубиками.
- 3 В миске аккуратно смешать рыбу, огурец и яйца, посолить, поперчить, заправить майонезом.
- 4 Разложить начинку по тарталеткам, сверху выложить свернутые розочкой полоски рыбы и 1-2 листика зелени.



Из курицы гриль с грибами

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 216 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 300 г готового куриного мяса (жареного или гриль) ■ 1 банка консервированных шампиньонов ■ 3 яйца
■ зелень для украшения ■ майонез
■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, очистить, мелко нарезать. Так же мелко нарезать куриное мясо и грибы (оставить несколько целых шампиньонов для украшения).
- 2 Соединить курицу, яйца и грибы, посолить, поперчить, заправить майонезом, разложить по тарталеткам, украсить листиком зелени и грибочком.

Из говяжьего языка

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 125 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 300 г отварного говяжьего языка
■ 2 маринованных огурчика ■ небольшой пучок укропа ■ 250 г творожного (или любого мягкого) сыра ■ молотый черный перец ■ соль ■ зелень и твердый сыр для украшения

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Язык и огурцы нарезать кубиками, укроп мелко нарубить (оставить 2-3 веточки для украшения).
- 2 Соединить язык, огурцы, укроп, посолить, поперчить, добавить творожный сыр, перемешать, разложить по тарталеткам, украсить листиками укропа.
- 3 Нарезать твердый сыр треугольниками, украсить им и зеленью тарталетки.



Из крабовых палочек

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 82 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 120 г крабовых палочек ■ 3 яйца
■ 100 г консервированной кукурузы
■ 1 огурец ■ 3-4 веточки петрушки
■ майонез ■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, нарезать мелкими (размером с зернышко кукурузы) кубиками.
- 2 Крабовые палочки и огурец нарезать такими же мелкими кубиками.
- 3 Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, заправить майонезом, разложить по тарталеткам, украсить листочками петрушки.



Из консервированного тунца

На 4 персоны. Калорийность (на 100 г): 123 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 банка консервированного тунца для салатов
■ 3 яйца ■ 2 небольших огурца ■ майонез
■ молотый черный перец ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, мелко нарезать.
- 2 Один огурец нарезать тонкими колечками, второй – мелкими кубиками.
- 3 Слить жидкость из банки с тунцом. Соединить тунца, яйца и нарезанный кубиками огурец, посолить, поперчить, заправить майонезом, разложить по тарталеткам, украсить колечками огурца.

ВАЖНО!

Начинки с использованием соусов и заправок – сметаны, майонеза и т.п. – лучше заправлять непосредственно перед тем, как разложить их по тарталеткам.

ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕРЖИТ ПОСТ

Тарталетки постные

На 6 персон. Калорийность (на 100 г): 92 ккал.

ИНГРЕДИЕНТЫ:

■ 1 стакан чечевицы ■ 1 луковица
■ 1 морковь ■ 1 стебель сельдерея
■ 6 помидорок черри
■ растительное масло
■ специи ■ соль

КАК ПРИГОТОВИТЬ:

- 1 Чечевицу сварить до готовности, дать остыть. Лук и сельдерей нарезать мелкими кубиками, морковь натереть на крупной терке, черри разрезать пополам.
- 2 На растительном масле обжарить лук, морковь и сельдерей, добавить чечевицу, посолить, посыпать специями, перемешать, снять с огня и дать полностью остыть.
- 3 Разложить чечевицу с овощами по тарталеткам, украсить половинками помидорок черри.



О правилах питания в пост с 11 ПО 17 ДЕКАБРЯ по строгому монастырскому уставу.

11 декабря, пн. – горячая пища с растительным маслом.

12 декабря, вт. – горячая пища с растительным маслом, разрешается рыба.

13 декабря, ср. – сырая пища без масла.

14 декабря, чт. – горячая пища с растительным маслом, разрешается рыба.

15 декабря, пт. – сырая пища без масла.

16 декабря, сб. – горячая пища с растительным маслом, разрешается рыба.

17 декабря, вс. – горячая пища с растительным маслом, разрешается рыба.

ВАЖНО! Нет единой нормы поста для монаха и мирянина. Поэтому в Православной церкви в правилах поста указаны лишь наиболее строгие нормы, к соблюдению которых должны по возможности стремиться все верующие.

АНГЕЛ-ХРАНИТЕЛЬ – ВАШ НЕБЕСНЫЙ ПОКРОВИТЕЛЬ

Покрытие серебром
999 пробы

Кристалл SWAROVSKI



Цветная печать

Всего за 399 руб.

∅ 33 мм

Ваш Ангел-Хранитель, на медали, покрытой чистым серебром – это надежный спутник, готовый всегда оберегать Вас своей любовью.

Закажите свою медаль с изображением Ангела-Хранителя всего за 399 руб. и пусть она всегда охраняет Вас от невзгод!

В преддверии новогодних дней, когда в воздухе витает атмосфера волшебства и радости, Народная казна выпустила медаль с изображением Ангела-Хранителя, символа благополучия и уверенности! Ангелы считаются посланниками Божества, которые приходят на помощь людям в трудные моменты. Все мы часто обращаемся к своему Ангелу-Хранителю в молитвах, прося защиту и благословение. Эта связь с небесным покровителем придает нам силу в трудные моменты.



Закажите прямо сейчас:

Бесплатная линия резервирования

8 (800) 234-32-19

Ежедневно с 8:00 до 21:00 (время московское)

или на сайте

www.imdvor.ru/saint-angel



Код специального предложения: **12872603**

Медаль с изображением Ангела – это ценный символ веры и надежды. Такая медаль станет прекрасным подарком для любого человека. Она будет напоминать о том, что всегда есть кто-то, кто заботится о нем и охраняет от невзгод. На реверсе медали молитва Ангелу-Хранителю: «ТЫ МЕНЯ СЕГОДНЯ ПРОСВЕТИ И ОТ ВСЯКОГО ЗЛА СОХРАНИ». Носите с собой Вашего верного покровителя и знайте, что за Вами крылья Ангела, дарующие защиту и надежду!

Пусть медаль с изображением Ангела-Хранителя станет для Вас символом благополучия!

Тираж медалей с изображением Ангела-Хранителя ограничен. Успеете заказать свой экземпляр всего за 399 руб.

Начало зимы для садоводов – период заслуженного отдыха, а также поиска и накопления новых идей для реализации в будущем сезоне.

Предлагаем вам освоить новую технологию – посадку луковичных в ящики. Таким образом можно высаживать любые весенние луковичные – гиацинты, мускари, нарциссы и тюльпаны. Идея простая, легко применимая и доказавшая свою эффективность. Попробуем разобраться: зачем и как высаживать луковичные в ящики?

Луковичные в ящиках: для чего и как?



Как высаживать правильно?

Информация для следующего сезона: идеальный срок высадки луковичных в ящиках тот же, что и для высадки лука и чеснока под зиму, – конец октября. Главное в этом деле не спешить, чтобы луковички не тронулись в рост раньше времени.

Как и для чеснока, для высадки любых луковичных работает правило: сажаем на глубину трех размеров луковицы. Вымерять глубину до сантиметра необязательно, можно действовать «на глазок», но именно на такой глубине луковички прекрасно зимуют, не вымерзают и хорошо прорастают весной.

Когда придет срок высадки луковичных в грунт, нужно выкопать углубление по размеру ящика, немного присыпать дно плодородной почвой, равномерно распределить луковички в ящике и засыпать слоем земли. Можно присыпать посадки опилками, пропитанными дегтем, чтобы защитить луковички от мышей. Затем закрыть посадки землей так, чтобы край ящика находился практически на уровне почвы.

КСТАТИ

Чтобы не тратить на покупку специальных корзин для посадки луковичных культур, можно использовать перфорированные пластиковые ящики, в которых хранят овощи.



После цветения

После того, как луковичные весной отцветут, ящик нужно будет выкопать, а на освободившееся место в цветнике можно высадить подросшую рассаду однолетников.

Выкопанные мини-клумбы прямо в ящиках можно перенести в дальний уголок сада, где луковички будут продолжать созревать и набираться сил для цветения в будущем году.

В середине лета, когда листва пожухнет, луковички из ящиков нужно выбрать для сушки и сортировки. Чтобы ничего не перепутать, заранее пометьте ящики: какие луковички в каком ящике росли.

Зачем это нужно?

• Чтобы облегчить ежегодный труд. Сортовые тюльпаны рекомендуют выкапывать ежегодно, чтобы разделить и просушить луковицы, а по осени высадить их снова. Выкопка луковиц по осени – дело нелегкое: нужно быть аккуратным, чтобы не повредить луковицу совком, нужно быть внимательным, чтобы не пропустить луковички при выкопке... Выкопать ящик можно, не заботясь о том, чтобы действовать аккуратно, и не волноваться о том, что какие-то луковички будут пропущены.

• Чтобы луковицы не потерялись в земле. Если луковицы не выкапывать в течение одного-двух сезонов (часто бывает, что по каким-либо причинам луковички не успели выкопать), они уходят глубоко в землю,

и их потом тяжело найти. Посадив луковичные в ящики, «побега» удастся избежать.



– Дорогая, ты прекрасна, как эти цветы!
– А я думала, я прекрасна, как этот золотой браслет...
– Нет. Ты прекрасна, как эти цветы!



и их потом тяжело найти. Посадив луковичные в ящики, «побега» удастся избежать.

• Чтобы не смешивать сорта. Очень эффектно

луковичные смотрятся не в единичном экземпляре, а когда они высажены группой. Сажая группки рядом прямо в грунт, вы рискуете при выкопке перепутать сорта, поса-

женные рядом. Если же высаживать луковички разных сортов в разные ящики, такой путаницы точно не произойдет.

• Для максимальной декоративности посадок. Прикопанные в пластиковых емкостях луковичные выглядят как компактная, красочная группа – густое цветущее пятно, под которым практически не видно почвы, аккуратное и привлекательное.



КАК САДОВОД САДОВОДУ

Особенности выращивания микрозелени на подоконнике

Микрозелень – это молодые побеги злаков, корнеплодов или зеленных культур в фазе двух-трех настоящих листочков. Микрозелень – настоящая витаминная «бомба», а вырастить её дома очень просто – главное, знать особенности выращивания.



• Семена для выращивания микрозелени нельзя использовать протравленные, инкрустированные или дражированные. Выбирайте только ничем не обработанный посевной материал.

• Определитесь со способом выращивания. Он может быть любым – в почве,

на бумаге, на ватных дисках или в проращивателе. Какой бы способ вы ни выбрали, существенно на урожай микрозелени это не влияет. Подготовьте все необходимое в соответствии с выбранным способом.

• Последовательность действий при разных вариантах выращивания будет одна и та же – посеете густо семена, увлажните их с помощью пульверизатора, сверху прикройте крышкой или

пленкой и поставьте в хорошо освещенное место.

• Когда появятся семядольные листочки и растения будут высотой около 5–7 см, микрозелень можно срезать ножницами или просто оторвать пальцами.

• Собирайте урожай прямо перед использованием, хранить микрозелень не имеет смысла: нежные ростки быстро теряют товарный вид и вкусовые качества. Добавь-

те микрозелень в салат, украсьте суп или омлет, используйте как гарнир к мясу или рыбе.

• Уход за микрозеленью заключается в регулярном смачивании посадок из пульверизатора: нельзя допускать высыхания субстрата, но и переувлажнять посадки не стоит.

• Когда появятся всходы, необходимо снять крышку или пленку.

С приближением Нового года для детей всё желаннее приход Деда Мороза, всё сложнее ожидание, всё интереснее волшебный миг получения подарков.

А чтобы ожидание не казалось таким долгим, предлагаем мамам сделать книжку, с помощью которой малыш не только найдет себе занятия по душе вплоть до самого прихода Нового года, но и поможет сделать ваш дом более уютным, красивым и наполненным теплом детского сердца.

Определяемся с форматом

Книга может иметь формат А4. В качестве наполнения – множество заданий, картинок и аппликаций на тему Нового года. Для аппликаций используйте журналы или газеты с красивыми праздничными картинками, которые можно вырезать. Книга может быть выполнена и в формате адвент-календаря. Каждый новый разворот – новый день, а значит, новое задание. Правда, для такого формата лучше дополнительно предусмотреть мешочек с подарками. Выполнил задание – вытянул из мешочка подарок.

Новогодняя сказка для ребёнка своими руками



Роли волшебника

На нескольких страницах книги можно разместить задания, чтобы малыш сам почувствовал себя в роли доброго волшебника. Например, можно предложить ему подготовить подарки близким родственникам: маме, папе, сестре, брату, бабушкам, дедушкам. До Нового года ведь остается не так много времени. Чтобы дома стало еще более празднично, предложите ребенку вырезать из бумаги снежинки и украсить ими окна или зеркала.

ДЕТАЛИ Ещё задания в книгу

- Вспомни название всех зимних месяцев и назови их по порядку.
- Приготовь с мамой имбирных пряничных человечков. И не забудь сделать в печенках перед отправкой в духовку сверху отверстия коктейльной трубочкой, чтобы готовые лакомства можно было повесить на елку.

Чудеса шаг за шагом

Чтобы Дедушка Мороз успел подготовить подарок ребенку, попросите малыша написать сказочному волшебнику письмо с рассказом о себе и о том, что он хочет получить на Новый год. В зависимости от возраста, написать может он сам, а может попросить родителей о помощи. Но придумывать текст должен непременно ребенок! Затем Дедушка Мороз в книге сказок загадывает ребенку загадку, а отгадку предлагает нарисовать. Дедушка ведь так любит детские рисунки! А еще Дедушке очень нравится, когда ему декламируют новогодние стихи или поют песни. Пусть ребенок выучит небольшое стихотворение, чтобы рассказать его Морозу при встрече.

Всё для настроения

Дедушка Мороз знает много зимних сказок и историй. А вы их знаете? Несколько заданий в книге можно посвятить получению впечатлений. Предложите ребенку прочитать новую новогоднюю сказку или посмотреть мультфильм. А еще к празднику нужно сделать новогоднюю маску! Кем хочет быть малыш в праздничный вечер: зайкой, лисичкой или белочкой? Сделайте маску из фетра или картона. Не забудьте украсить ее бантиками, бантиками или другими украшениями.

Фантазию в дело!

У маленьких детей очень хорошая фантазия. Почему бы этим не воспользоваться и не придумать новогоднюю сказку, участником которой будет сам малыш? Правда ведь, увлекательно? Ближе к концу декабря задания из вашей книги начнут касаться украшения квартиры. Предложите малышу порисовать... на стеклах! Нарисуйте заснеженный домик, лесных зверят и не забудьте про Дедушку Мороза! Окна украшены, значит, самое время наряжать красавицу-елочку! Пусть малыш помогает и вешает на нее игрушки. А для самой пушистой ветки сделает игрушку сам (с вашей помощью, конечно).

Вот так весело и забавно Новый год постучится и в ваши двери. Что ж, Новый год, заходи!

Светлана СИДОРЧУК



Уважаемые читатели! С 4 по 14 декабря 2023 года «Почта России» проводит «Всероссийскую декаду подписки» на 1-е полугодие 2024 года и на весь 2024 год (на 12 месяцев). Успеете подписаться в этот период на газету «ТЕЛЕК pressa.ru»* ПО ЛЬГОТНОЙ ЦЕНЕ.

СКИДКА
**
8%

** От цены основной подписки на 1-е полугодие 2024 г.

Оформить подписку до почтового ящика можно во всех почтовых отделениях

Газета выходит 1 раз в неделю

Подписной индекс:
П2939 – на 1-е полугодие 2024 года
ПП105 – на 2024 год

Стоимость ПОДПИСКИ на 2024 год

Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 декабря	Срок подписки	В основной период	В период с 4 по 14 декабря
на 1 месяц	271,07 ₽	248,73 ₽	на 4 месяца	1 084,28 ₽	994,92 ₽
на 2 месяца	542,14 ₽	497,46 ₽	на 5 месяцев	1 355,35 ₽	1 243,65 ₽
на 3 месяца	813,21 ₽	746,19 ₽	на 6 месяцев	1 626,42 ₽	1 492,38 ₽
			на 12 месяцев	3 254,11 ₽	2 985,95 ₽

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

Оформить подписку до почтового ящика можно также НЕ ВЫХОДЯ ИЗ ДОМА

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

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

Отсканируйте QR-код, перейдите на сайт Почты России и оформите подписку на издание «ТЕЛЕК [Pressa.ru](http://pressa.ru)»

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



- Выберите город, чтобы узнать цену на подписку для данного населенного пункта.
- Выберите газету* (по индексу – П2939 на первое полугодие, ПП105 на год) или названию – «ТЕЛЕК [Pressa.ru](http://pressa.ru)»).
- Выберите способ доставки.
- Введите данные получателя: адрес доставки, ФИО.
- Выберите период подписки.
- Пройдите простую процедуру регистрации, если оформляете подписку на сайте впервые, или авторизуйтесь на сайте.
- Оплатите заказ банковской картой.



П2939
на первое полугодие
ПП105
на год
«ТЕЛЕК [Pressa.ru](http://pressa.ru)»

ПОДПИСКА – ЭТО ЗАБОТА О СЕБЕ И СВОИХ БЛИЗКИХ!

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

Зима – сложное время для нашего организма. Холод, недостаток света, истощение запаса витаминов – всё это факторы стресса, ослабляющие иммунитет и действующие на наше здоровье в целом не самым лучшим образом.

Поэтому именно зимой наш организм нуждается в особой помощи. Все знают, конечно, что для укрепления здоровья и зимой необходимо больше двигаться и бывать на свежем воздухе. Другая и очень важная помощь организму – это подпитка его витаминами, особенно полезными в холодный сезон. В это время нам нужны витамины для бодрости и энергии, для укрепления иммунитета и хорошего сна, для предотвращения сухости кожи и тусклости волос. Все эти витамины содержатся в продуктах питания – простых и доступных. Нужно просто чуть скорректировать свой рацион, сделать его более разнообразным и обдуманым. Вне зависимости от внешних факторов, зимой крайне полезно употреблять много зелени, свежих овощей и фруктов. Стоит отдать предпочтение продуктам, в которых много клетчатки и разнообразных минералов. Перечислим особо важные для зимы витамины и напомним ряд продуктов, в которых они содержатся.

Витамин С

Один из самых важных и нужных витаминов зимой. Витамин С не только укрепляет иммунитет, но и помогает бороться с различными инфекциями, обладая природными противовирусными свойствами. Этот витамин способствует уменьшению риска заражения, а в случае болезни – уменьшению ее тяжести и сокращению продолжительности. Витамин С – один из основных помощников в борьбе с сезонными заболеваниями.

Наибольшее количество витамина С содержится в следующих продуктах:

- цитрусовые;
- сладкий (болгарский) перец;
- яблоки, киви;
- шиповник, облепиха, клюква;
- капуста (все виды, в том числе квашеная);
- листовая зелень;
- томаты, картофель.

Две подруги. – Ты знаешь, где содержится самое большое количество витаминов? – Конечно, знаю: в аптеке.



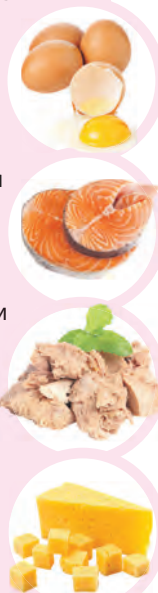
ПЕРЕХОДИМ НА ВИТАМИННОЕ МЕНЮ

Витамин D

Организм способен вырабатывать витамин D самостоятельно, но только под воздействием солнца. Зимой время прогулок на открытом воздухе ограничено и выработка этого витамина практически сводится к нулю. А ведь витамин D укрепляет не только иммунитет, но и опорно-двигательную систему, кости и зубы, так как способствует усвоению кальция. Кроме того, витамин D важен для нервной системы, его недостаток приводит к депрессивным состояниям, нарушениям сна.

Наибольшее количество витамина D содержится в следующих продуктах:

- яйца,
- жирная морская рыба,
- печень трески,
- твердые сыры и другие молочные продукты.



Витамин В

Эта группа витаминов необходима для поддержания уровня энергии и здоровья клеток. Кроме того, витамины группы В – номер один для работы нервной системы и органов зрения, для настроения и борьбы со стрессами. Также это главные витамины красоты – здоровья волос, кожи и ногтей, качественного обновления клеток.

Наибольшее количество витаминов группы В содержится в следующих продуктах:

- орехи и цельное зерно,
- красное мясо и печень,
- яйца,
- грибы,
- листовая зелень,
- бобовые.



Витамин Е

Дефицит витамина Е – явление нечастое, но, тем не менее, недостаток этого витамина приносит очень много проблем: тусклые ломкие волосы, сухая воспаленная кожа, активное появление новых морщин. Витамин Е просто необходим, чтобы кожа была мягкой и упругой, а волосы – здоровыми и красивыми.

Наибольшее количество витамина Е содержится в следующих продуктах:

- орехи, семечки, цельнозерновые продукты;
- растительные масла;
- креветки;
- авокадо;
- спаржа;
- брокколи.



Витамин А

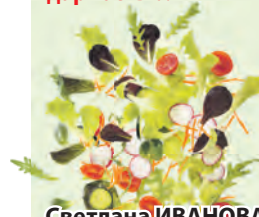
Витамин А (или ретинол) зимой работает как антиоксидант, укрепляя естественную защиту организма от внешних воздействий и снижая риск инфекций. Этот витамин необходим для нормального функционирования органов зрения, а также для здоровья зубов, костей и мышц.

Наш организм производит витамин А самостоятельно из бета-каротина.

Наибольшее количество витамина А и/или бета-каротина содержится в следующих продуктах:

- яйца;
- все фрукты и овощи оранжевого цвета (морковь, тыква, сладкий перец, дыня, персик, абрикос);
- авокадо;
- листовая зелень и капуста;
- красное мясо, печень;
- молочные продукты.

Добавляйте в ваш ежедневный рацион продукты, содержащие витамины, и организм ответит вам благодарностью.



Светлана ИВАНОВА

Эксклюзивные товары к Новому году с иллюстрациями советских открыток художника Е.Н. Гундобина уже в продаже на WILDBERRIES и OZON!

Календарь на пружине 12+ | Календарь на скрепке 12+ | Новогодние гирлянды | Советские открытки 2024 | Набор карманных календариков на 2024 год 0+ | Набор новогодних ретро-открыток в красочной упаковке 0+

В поисковой строке на сайте маркетплейса наберите «Издательская группа КАРДОС» или перейдите в наш магазин на маркетплейсе по QR-коду, указанному ниже.



OZON
ozon.ru¹



WILDBERRIES
wildberries.ru²

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

Всем известно: чтобы похудеть, нужно в первую очередь убрать из рациона вредные продукты.

Но согласитесь, не такто просто отказаться от привычных вещей. Чтобы не возникло дискомфорта, будем не отказываться, а заменять. Вместо вредностей наполним рацион вкусными полезностями.

Авокадо вместо майонеза

Даже домашний майонез излишне жирный и очень калорийный. Что уж говорить про покупной (714 ккал на 100 г!), который может быть также «обогащен» консервантами, красителями и искусственными ароматизаторами. Гораздо полезнее и не менее вкусно будет заменить майонез на авокадо. Сравните: обычное пюре из авокадо содержит всего 103 ккал на 100 г. Или можно приготовить из авокадо соус с добавлением лимонного сока, чеснока, с небольшим количеством соли и растительного масла – жирность и калорийность с добавками станет побольше, но с майонезом все равно не сравнить.



Полезная замена

Цельнозерновые макароны вместо обычных

По калорийности они не очень сильно отличаются. Зато у цельнозерновых макарон ниже гликемический индекс (а значит, чувство сытости будет дольше), в них больше витаминов группы В, Е, больше клетчатки. Внешне очень легко отличить цельнозерновые макароны от обычных – они имеют характерный коричневатый цвет. Самое главное их не переваривать, а готовить до состояния альденте – оставлять слегка недоваренными.



КСТАТИ

Ешь медленно – худей быстро

Все наши ощущения контролирует мозг. Как только он получит сигнал от желудка, что тот пуст, вы сразу же почувствуете голод, и наоборот. Но эта информация не передается молниеносно. В результате

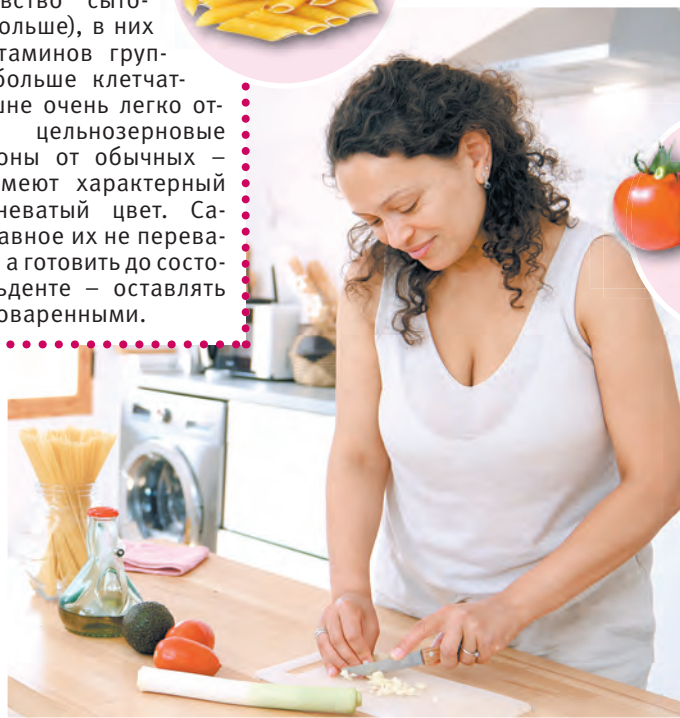
экспериментов ученые пришли к выводу, что для появления чувства сытости требуется в среднем 20 минут. Поэтому, когда необходимо похудеть, крайне важно не переждать, а значит, есть неспешно, тщательно пережевывая пищу.

Помидоры вместо кетчупа

Если с майонезом все понятно, то томатный кетчуп на его фоне выглядит крайне безобидным. Главный ингредиент – это же помидоры. На самом деле кетчуп – это не альтернатива помидорам, это в первую очередь соус, который кроме помидоров содержит большое количество сахара, а также крахмал для загущения. Поэтому если вы хотите похудеть и придерживаетесь правильного питания, томатные кетчупы лучше заменить на свежие помидоры или томатную пасту, в состав которой входят только томаты и соль.



– Как перестать есть на ночь?
– Могу рассказать.
– Рассказать и я могу, а как перестать?



МНЕНИЕ СПЕЦИАЛИСТА

УМЕНЬШАЕМ ПОРЦИИ



На наши вопросы отвечает врач-диетолог НИИ Склифосовского,

кандидат медицинских наук, член национальной ассоциации диетологов и нутрициологов Дарья Русакова.

– Заменяв вредные продукты на полезные, нужно ли также уменьшить и объемы порций?

– Обязательно нужно. Даже самые полезные продукты и блюда при несоблюдении размера порций приводят к превышению суточной калорийности рациона. Так, например, калорийными за счет высокого содержания растительных жиров являются орехи, семена растений, авокадо.

– Какие полезные продукты имеют большую калорийность?

– Цельнозерновые (каши, хлеб, хлебцы, мюсли), несмотря на очевидную пользу за счет пищевых волокон, ценных макро- и микроэлементов, являются продуктами калорийными с высоким содержанием углеводов.

Татьяна МИХАЛЁВА

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

ПРЕСТО ГЕЛЬ

ЖИВИ БЕЗ ЗАДНЕЙ МЫСЛИ

Серия средств Престогель способствует уменьшению болевых ощущений, снижению местной воспалительной реакции, укреплению сосудистой стенки и уменьшению кровоточивости при геморрое, что приводит к устранению дискомфорта и раздражения кожи периаанальной области. Не содержит спирта. Не содержит компонентов животного происхождения.



ГЕЛЬ ПРЕСТОГЕЛЬ. Инновационный гель для облегчения симптомов геморроя (боли, зуда, жжения, воспаления в области ануса).

СОДЕРЖИТ НАТУРАЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ



Сок листьев алоэ *Barbadensis** – высокоэффективный бактериальный блокатор



Экстракт листьев погостемона *Cablin** дает ощущения холода и тепла и улучшает кровообращение



Экстракт стеблей герани *Thunbergii** создает охлаждающий и успокаивающий эффект

Частая причина длительно незаживающих ран и трещин в анальной области – недостаточная гигиена, поэтому фекальные кислоты и токсины усиливают раздражение и воспаление нежной кожи периаанальной области. Надлежащая гигиена анальной зоны правильными средствами после каждого похода в туалет поможет не только заживить старые анальные трещины при геморрое, но поможет не допустить новых.



ЖИДКОЕ МЫЛО ПРЕСТОГЕЛЬ гигиеническое средство для ухода за поврежденной периаанальной областью

ВЛАЖНЫЕ САЛФЕТКИ ПРЕСТОГЕЛЬ гигиеническое средство для очищения и успокоения раздраженной периаанальной кожи



ПОКУПАЙТЕ В АПТЕКАХ ВАШЕГО ГОРОДА И НА МАРКЕТПЛЕЙСАХ

Алоэ барбадосское, погостемон каблин, герань Тунберга

ТРАДИЦИОННОЕ НЕМЕЦКОЕ КАЧЕСТВО



Геленк Нарунг – источник коллагена

Здоровье суставов и позвоночника

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

Спрашивайте в аптеках вашего города.

Справки и консультации по телефонам:

8-800-333-06-07 (звонок бесплатный),

Москва **8 (495) 220-76-76**

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

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

РЕКЛАМА

ПЕРВЫЙ



22.55 «Большая игра». (16+)

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информ. канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ИЩЕЙКА». НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
22.55 «Большая игра». (16+)
23.55 ПОДКАСТЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
00.40 ПОДКАСТЛАБ «Свидетели Эйзенштейна». (16+)
01.25 ПОДКАСТЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
02.10 ПОДКАСТЛАБ «Обман веществу». (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТЛАБ «Произвольная программа». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КУПЧИНО». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «КУПЧИНО». (16+)
10.40 «ВОЗВРАЩЕНИЕ». (16+)
12.40 «АЗ ВОЗДАМ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «АЗ ВОЗДАМ». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
22.20 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
02.40 «СЛЕД». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



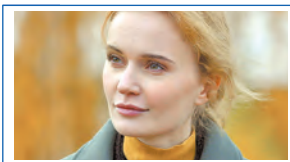
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

- 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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести.
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
У моста найдено тело студентки Лизы Тюриной с тремя ножевыми ранениями. При ней нет ни денег, ни телефона. Панов устанавливает, что смерть наступила примерно 12 часов назад. В медицинском институте, где училась Тюрина, ничего толком про неё сказать не могут, она была необщительной. Был ли у неё парень, не знает даже её соседка по общежитию.
23.30 «Военкоры». (16+)
00.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.30 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
Брагин просит у Павловой разрешения помочь коллегам. Она согласна, но при условии, что после этого Брагин уйдёт со «Скорой» и вернётся на работу в «Склиф».

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.45 «Герой 115». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00
Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
12.40 13.25 15.05 17.15 03.20 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
18.00 «Битва оружейников». (16+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Ищу своих». (12+)
22.45 «Между тем». (12+)
00.50 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «СТРЯПУХА». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Большое кино». (16+)
08.45 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
10.45 «Петровка, 38». (16+)
10.55 «Городское собрание». (12+)
11.30 События
11.50 «СТРЯПУХА». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ». (12+)
16.55 «Русские тайны». (16+)
17.50 События
18.10 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: МОСКОВСКОЕ ВРЕМЯ. ЗА ЗАКРЫТЫМИ ДВЕРЯМИ». (12+)
Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Софья Хилькова, Петр Рыков.
22.00 События
22.35 Специальный репортаж. (16+)
23.05 «Знак качества». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Тайная комната. Клан Кеннеди». (16+)
01.25 «Татьяна Бестаева. Разлучница». (16+)
02.05 «Заброшенный замок. Воспитание нацистской элиты». (12+)
02.45 «КТО ПОЙМАЛ БУКЕТ НЕВЕСТЫ». (12+)
04.15 «Большое кино». (16+)
04.40 «Короли эпизода». (16+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЛЕТ». (12+)
07.30 20.00 «Календарь»
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00
13.00 14.00 15.00 16.45
18.00 Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30
13.10 14.05 18.20 01.50
ОТражение
10.10 Родительское собрание
10.55 «Коллеги». (12+)
11.35 «Песня остается с человеком». (12+)
11.50 03.55 «За дело!» (12+)
15.10 «КРИМИНАЛЬНЫЙ КВАРТЕТ». (12+)
16.35 «Разбудить волка». (16+)
17.00 «Очень личное». (12+)
17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
20.30 21.20 «ЛАНЦЕТ». (16+)
22.15 «СТРАННОЙ БУЛЬВАР». (16+)

НТВ НТВ



00.50 «ЗОЛОТО ЛАГИНА». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
В шикарном загородном доме незнакомец вешает мужчину. Вахтанг, прибывший на место преступления, не находит в себе силы зайти внутрь, ведь имя жертвы - Игорь Гнездилов! А сам Гнездилов решает выдать себя за привидение.
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 «ЛИХАЧ». (16+)
Смерть Щукина Карапетян ставит в вину Лихачу, его отстраняют от расследования. Но Лихач решает во что бы то ни стало выяснить правду о Щукине и найти заказчиков его убийства. Он вновь отправляется к Очигаве и узнаёт, что тот сбегал на этапе и мог направиться в город Горнинск.
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЛИХАЧ». (16+)
00.50 «ЗОЛОТО ЛАГИНА». (16+)
03.25 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00
14.00 14.35 15.00 15.25
16.00 17.00 17.35 18.00
19.00 19.30 20.00 20.30
21.00 21.30 22.00
22.25 23.00 «Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30
«Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 «Сити». (12+)
13.45 16.40 «Доктор 24». (12+)
15.30 «Торги Москвы». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
21.20 23.40 «Московский патруль». (16+)
23.30 «Рейд 112». (16+)
00.00 Профилатика на канале с 00.00 до 06.00

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



08.30 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО»

- 06.30 «Пешком...»
07.05 Черные дыры. Белые пятна
07.45 «Невский ковчег. Теория невозможного»
08.30 «БАЛЛАДА О ДОБЛЕСТНОМ РЫЦАРЕ АЙВЕНГО»
10.00 12.30 17.00 19.30
Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.25 XX век
12.15 «Забытое ремесло»
12.45 Новости. Подробно. АРТ
13.00 XXIV Международный телевизионный конкурс юных музыкантов «Щелкунчик». II тур. Духовые и ударные инструменты
15.00 Линия жизни
15.55 «Агора»
17.15 02.25 «Роман в камне»
17.45 «Семнадцать мгновений весны». Штирлиц, а вас я попрошу остаться!»
18.25 «Первые в мире»
18.40 «Рассказы из русской истории»
19.45 Главная роль
20.05 «Правила жизни»
20.35 «Спокойной ночи, малыши!»
20.55 «Сати. Нескучная классика...»
21.50 «Острова»
22.30 «ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ»
00.05 «До бронзы». (16+)
00.20 00.40 01.00 «ПОРУС»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Вкусно 360». (12+)
06.40 «Самое вкусное». (12+)
07.10 «Вкусно, как в кино»
07.40 11.05 14.10 17.40 04.30
«Внимание, еда!» (12+)
08.00 09.00 12.00 17.00 18.00
20.00 21.00 «Новости 360». (16+)
08.05 09.05 15.10 16.05 «Невероятная наука-2». (12+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.30 «Неравнодушные». (16+)
12.30 «Зима в Подмоскowie». (12+)
13.05 «Инспектор Travel». (12+)
13.35 «Суперферма». (12+)
14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
15.00 «Новости МО». (16+)
17.05 «Город с историей». (12+)
18.15 20.10 «Док. кино». (16+)
21.05 «Не факт». (16+)
23.50 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



14.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 «100 мест, где поесть». (16+)
09.05 «Царство против разбойников». (6+)
10.25 «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА». (6+)
12.20 «Кот под прикрытием». (6+)
14.20 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-3». (16+)
США - Франция - Болгария, 2014 г. Боевик. В ролях: Сильвестр Сталлоне, Джейсон Стэйтем. Барни, Кристмас и остальные члены команды сходятся лицом к лицу с Конрадом Стоунбэнком, одним из основателей «Неудержимых».
16.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 Премьера! Суперниндзя. (16+)
22.00 Суперниндзя. Секреты сезона. (16+)
23.10 Премьера! Молодёжка. 10 лет. (16+)
00.35 Премьера! «Кино в деталях» с Фёдором Бондарчуком. (18+)
01.40 «НЕУДЕРЖИМЫЕ-2». (18+)
03.10 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
04.40 «6 кадров». (16+)
05.05 «Мультфильмы». (16+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.00 «Мультитро». (0+)
06.30 07.35 «Мой район. Навигатор». (16+)
06.40 07.05 07.45 08.05 Мой район. Энциклопедия. (12+)
08.15 15.45 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ». (12+)
09.30 «Тайны нашей эстрады». (12+)
09.55 16.55 «Тайны кино». (12+)
10.45 «БЛИЗНЕЦЫ». (6+)
12.10 20.45 «ЗА ВИТРИНОЙ УНИВЕРМАГА». (12+)
13.50 «ИГРА В ЧЕТЫРЕ РУКИ». (12+)
17.50 «Звёзды советского экрана». (12+)
18.20 «ТРИНАДЦАТЬ ЗА СТОЛОМ». (16+)
20.00 «МЕДВЕДЬ». (12+)
22.20 «АС». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>22.15 «Водить по-русски». (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». (16+)</p> <p>12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>15.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «МАЛЫШ НА ДРАЙВЕ». (16+)</p> <p>22.15 «Водить по-русски». (16+)</p> <p>23.30 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>00.30 «ЦЕНТУРИОН». (16+)</p> <p>02.15 «ФРАНЦУЗСКИЙ ВЕСТНИК. ПРИЛОЖЕНИЕ К ГАЗЕТЕ «ЛИБЕРТИ. КАНЗАС ИВНИНГ САН». (18+)</p>	<p>12.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>07.50 «Вызов». (16+)</p> <p>09.00 «Новые Звёзды в Африке». (16+)</p> <p>11.30 «ПОЛЯРНЫЙ. Фильм о сериале». (16+)</p> <p>12.00 «ПОЛЯРНЫЙ». (16+)</p> <p>20.00 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)</p> <p>Макаров счастлив в новых отношениях - он сошелся с адвокатшей Маргаритой, с которой у них когда-то был роман. Туркина находит кольцо у Криминалиста и уверена, что он собирается сделать ей предложение.</p> <p>22.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>23.00 «Комеди Клуб». (16+)</p> <p>00.00 «Такое кино!» (16+)</p> <p>00.30 «Лига городов». (16+)</p> <p>01.55 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.35 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.10 «Импровизация». (16+)</p>	<p>14.30 Кадони шоу. (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.15 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Знаки судьбы. (16+)</p> <p>12.20 Гороскоп от Василисы Володиной. (16+)</p> <p>12.25 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>14.30 Кадони шоу. (16+)</p> <p>15.30 Гадалка. (16+)</p> <p>17.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ЛЕСНИК». (16+)</p> <p>23.30 Вы поёте великолепно. (16+)</p> <p>01.00 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)</p> <p>05.45 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя.</p> <p>08.30 Решала. (16+)</p> <p>10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>Россия, 2004-2013 гг. В ролях: Иван Моховиков, Александр Лымарев, Алексей Маклаков, Алексей Ошурков, Ольга Фадеева, Борис Щербakov, Роман Мадянов. Комедийный сериал «Солдаты» повествует о тяготах и радостях армейской жизни. Армия представлена «изнутри»: речь идет о трудных солдатских буднях, о любви, дружбе, вражде и даже дедовщине.</p> <p>17.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>20.00 Охотники. (16+)</p> <p>22.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 Утилизатор. (16+)</p>	<p>06.30 «Всё о главном». (12+)</p> <p>06.00, 14.20 «Спортивный век». (12+)</p> <p>06.30 «Всё о главном». (12+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.25, 03.55 Новости</p> <p>07.05, 21.55, 00.45 Все на Матч!</p> <p>10.05 Лица страны. (12+)</p> <p>10.25 «Игра миллионов». (12+)</p> <p>11.25, 20.45 Футбол. МИР Российская Премьер-Лига. Обзор тура. (6+)</p> <p>12.35 Спецрепортаж. (12+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.55 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. (6+)</p> <p>15.25 «Громко»</p> <p>16.25 «БОРГ/МАКИНРОЙ». (16+)</p> <p>18.30 Хоккей. Прощальный матч Евгения Кетова. Пр.тр.</p> <p>22.40 Футбол. «Кальяри» - «Сассuolo». Пр.тр.</p> <p>01.25 Матч! Парад. (16+)</p> <p>01.55 Самбо. (12+)</p> <p>04.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (6+)</p>	<p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «РОДНЫЕ И БЛИЗКИЕ». (16+)</p> <p>19.00 «ПО ТУ СТОРОНУ СОЛНЦА». (16+)</p> <p>23.20 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>00.30 «Порча». (16+)</p> <p>01.25 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.50 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.20 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.45 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+)</p> <p>06.05 «6 кадров». (16+)</p>

Проблемы с алкоголем?

Анонимные Алкоголики могут Вам помочь.

Бесплатно. Анонимно.
Добровольно. Без записи.

www.aamos.ru

Реклама. 18+

– Сынок, кого ты больше слушаешь – маму или папу?

– Я больше слушаю маму.

– Почему?

– Потому что она больше говорит.

– Мама, когда я вырасту, я буду дворником!

– А почему, сынок?

– Тогда я целый день буду гулять на улице.

– Я сегодня закончила семидневную диету.

– Я думал, ты начала её только вчера...

– Ну да, закончила пораньше, и что?

ЗАМУЧИЛИ ЧАСТЫЕ ПОХОДЫ В ТУАЛЕТ И НЕДЕРЖАНИЕ? ВЫХОД ЕСТЬ!

Частое мочеиспускание вызывают следующие заболевания мочеполовой системы:

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

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

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

УРОСТИМОЛ – ЭТО СИЛА И ЗДОРОВЬЕ НА ДОЛГИЕ ГОДЫ

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

ДУАЛЬ

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

По горизонтали: Вопрос. Серебро. Галдеж. Лакировка. Яхта. Остов. Аудит. Кэб. Мегафон. Почерк. Эскалоп. Котильон. Струя. Фатализм.

По вертикали: Взгляд. Пальто. Орел. Зефир. Лесоруб. Трактор. Жаворонок. Аспарегус. Аэробика. Неясить. Деньги. Эконом. Пора.

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 // АВАНС ОТ 5000 Р.

ТЕПЛОХОДЫ «РОДНАЯ РУСЬ» И «РУСЬ ВЕЛИКАЯ»

01.05.2024 – 15.05.2024 «ЗДЕСЬ И БЕЛАЯ, И ВЯТКА, И ПЛАНЕТА АРКМИ» от 111 899 р.
Москва – Городец – Н. Новгород – Свияжск – Елабуга (Мамалдыш) – автотур: Агидель – Уфа – Арзамас – Казань – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Чкаловск – Ярославль – Москва

18.05.2024 – 05.06.2024 «КОМУ-ТО АРХАНГЕЛЬСК И ПИТЕРА НОЧЬ» от 120 099 р.
Москва – Горький – о. Валаам – о. Коневец – С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – Сосновец – Повенец – Мышкин – Москва

29.05.2024 – 12.06.2024 «УРАЛЬСКИЙ ИЕРУСАЛИМ» от 81 499 р.
(Круиз + тур) Москва – Н. Новгород – Чебоксары – Елабуга – Чайковский – Пермь – автотур: Верхотурье – Невьянск – Екатеринбург – Ганина Яма – Пермь – Казань – Тутаев – Москва (Новинка)

16.06.2024 – 26.06.2024 «АЙ, ДА КАЗАНЧКА» от 43 799 р.
Москва – Казань – Ярославль – Н. Новгород – Макарёв – Козьмодемьянск – Свияжск – Казань – Чебоксары – Городец – Кострома – Москва

22.07.2024 – 05.08.2024 «ВОТЧИНА СТРОГАНОВЫХ» от 68 599 р.
Москва – Н. Новгород – Чебоксары (Йошкар-Ола) – Елабуга – Чайковский (Воткинск) – Пермь – Березники (Усьолье – Соликамск/Иердиль) – Казань – Макарёв – Тутаев – Москва

26.07.2024 – 10.08.2024 «АРХАНГЕЛЬСК – МОРСКИЕ ВОРОТА АРКТИКИ» от 123 399 р.
С.-Петербург – кр. Орешек – Ст. Ладога – Кижы – Соловки (2 дня) – Архангельск (2 дня) – о. Кий – г. Онега – Беломорск – Сосновец – Повенец (г. Воттоваара) – Петрозаводск (В. Кивач) – Москва

06.09.2024 – 20.09.2024 «ЗДРАВСТВУЙ, МУРМАНСК, КОЛЬСКИЙ КРАЙ!» от 133 499 р.
Москва – Кижы – Повенец – (тур вкл.) Мурманск – Терiberka – Мурманск – Кемь) – Соловки – Архангельск – Беломорск – Сосновец – Беломорск

18.10.2024 – 29.10.2024 «ЛИНКОВ ПЕТРА И КАЗАКОВ ДОРОГА» от 49 399 р.
Автотур: Москва – Тула – Ясная Поляна – Воронеж – Костомарово – Павловск – Калач-на-Дону – Пятиморск – на т/х: Волгоград – Хвалынский – Тольятти – Свияжск – Н. Новгород – Кострома – Москва (скидка до 20%)

СО СКИДКОЙ ДО 15% + АКЦИЯ «ОТЛИЧНАЯ ЦЕНА 2024», ТЕЛ.: 8 (495) 241-23-64
Действительно при наличии мест. Реклама

ПЕНСИОНЕРАМ!

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

ПО ДОГОВОРУ РЕНТЫ

ЖИЛСОЦГАРАНТИЯ
«Жилсоцгарантия» является непосредственным плательщиком аренды*

28 лет стабильной работы!

Звоните:
(495) 626 45 55

*ООО «Жилсоцгарантия» ИНН 7701090069, ОГРН 1157746172220

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА	МУЛТ!
06.00 Волейбол. Чемпионат России. Раги Суперлига. Женщины. «Динамо» (Краснодар) - «Динамо-Метар» (Челябинск). (6+)	16.20 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Зенит» (Санкт-Петербург). (6+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости	18.10 «Универсиада. 10 лет спустя». Документальный фильм. (12+)
07.55 «Что по спорту? Махачкала». (12+)	18.55 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МИНСК» (Белоруссия) - «Енисей» (Красноярск). Прямая трансляция
08.25 «Универсиада. 10 лет спустя». Документальный фильм. (12+)	20.55 «Громко». (12+)
09.10 «Лица страны. Диана и Сергей Рябовы». (12+)	21.50 Спортивная неделя. Итоги. (12+)
09.30 Спортивная неделя. Итоги. (12+)	22.20 Специальный репортаж. (12+)
10.05 Прыжки на лыжах с трамплина. Международные соревнования. Трансляция из Нижнего Тагила. (6+)	22.40 «Есть тема!» (16+)
12.35 «Здоровый образ. Фигурное катание». (12+)	23.50 «Неделя КХЛ». (12+)
13.05 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Пари Нижний Новгород» - «ПАРМА» (Пермский край). (6+)	00.40 Дартс. PARI Профессиональная лига. Про Тур 8. Трансляция из Москвы. (0+)
15.00 «Неделя КХЛ». (12+)	02.50 «Зачётный спорт». Специальный репортаж. (12+)
16.00 Специальный репортаж. (12+)	03.10 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
	03.25 Боулинг. VetBoom Кубок КЛБ. Гранд-финал. Трансляция из Тюмени. (0+)
	05.30 «Что по спорту? Махачкала». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	ДЕТСКИЙ МИР
05.00 Муз'итив. (16+)	06.00, 12.35, 18.00, 00.35 «Фиксики». (6+)
06.00 Каждое утро. (16+)	06.30, 08.25, 12.00, 15.55, 18.30, 20.25, 00.00 «Тима и Тома». (0+)
08.35 PRO-новости. Лучшее. (16+)	07.00, 13.00, 19.00, 01.00 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
09.00 Чарт Золотой граммофон Русского Радио. (16+)	07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
10.00 Плейлист. Зима. (16+)	07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Тру и Радужное королевство». (6+)
11.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)	08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)
12.30 Top-30: Народный хит. (16+)	09.30, 17.00, 21.30 «Команда Флоры». (6+)
15.00 PRO-новости. Лучшее. (16+)	09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)
15.30 10 самых! (16+)	10.30, 22.30 «Барбоскины на даче». (6+)
16.00 Юмор FM чарт. (16+)	11.45, 15.45, 23.45 «Енотки». (0+)
	14.10 «Супер МЯУ». (0+)
	14.25 «Барбоскины Театр». (6+)
	22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
	22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛТ!	О!	КАРУСЕЛЬ
06.00, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	05.00, 13.00, 21.00 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)	05.00 Ранние птицы. «Приключения Тайо», «Маша и Медведь», «Лунтик», «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)	05.50, 13.50, 21.50 «Цып-цып». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Роботы-поезда». (0+)	06.00, 14.00, 22.00 «Доставка Пиквика». (0+)	07.35 «Петроникс». (0+)
08.15, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)	07.00, 15.00, 23.00 «Чик-зарядка». (0+)	08.05 «Вип Петс». (6+)
08.50 «Чик-Чирино. Тайна розовой валентинки». (0+)	07.05 «Вип Петс». (6+)	08.30 «ДиноСити». (0+)
10.00, 14.30, 17.00, 21.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)	07.05 «Вип Петс». (6+)	10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
10.40 «Геройчики». (0+)	07.30, 15.30, 23.30 «Три кота». (0+)	10.45 «Что в тарелке?» (0+)
11.15 «Мини-Мишки». (0+)	09.40, 17.40, 01.40 «Пластилинки». (0+)	11.05 «Маша и Медведь». (0+)
13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)	09.45, 17.45, 01.45 «Мир за минутку». (0+)	12.30 «Петроникс». (0+)
14.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)	09.50, 17.50, 01.50 «Звездная логика». (0+)	12.45 «Инфинити Надю». (6+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)	11.45, 15.05, 19.45, 23.05, 03.45 0! Музыка! (0+)	13.00 «Дикая скричеры!» (6+)
15.30 «Буба». (6+)	12.00, 20.00, 04.00 «Команда СТИМ!» (6+)	13.25 «Диностер». (6+)
17.30 «Простоквашино». (0+)	18.00, 02.00 «Оранжевая корова». (0+)	14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)		14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
18.30 «Лунтик». (0+)		15.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)		16.00 «БФФ - Лучшие друзья навсегда!» (0+)
20.35 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». (0+)		16.15 «Клуб Винкс». (6+)
20.55 «Машины сказки». (0+)		17.10 «Команда Флоры». (0+)
21.35 «Турбозавры». (0+)		18.10 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
22.05 «Смешарики». (0+)		18.25 «Цветняшки!» (0+)
22.35 «Бодо Бородо. БОДПутешествия». (0+)		18.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
		20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
		20.45 «Оранжевая корова». (0+)
		22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
		22.30 «Флип Чейнджер». (6+)
		22.45 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
		23.00 «Фьюжи Макс». (6+)
		23.25 «Макс Грин и инопланетяне». (6+)
		00.40 «Фиксики». (0+)
		02.30 «Барбоскины». (0+)
		03.50 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР	МУЛТИЛАНДИЯ
06.00, 12.35, 18.00, 00.35 «Фиксики». (6+)	06.00 «Фиксики». (0+)
06.30, 08.25, 12.00, 15.55, 18.30, 20.25, 00.00 «Тима и Тома». (0+)	07.00 «Мульти-Россия». (0+)
07.00, 13.00, 19.00, 01.00 «Смешарики. Новые приключения». (6+)	07.00 Цикл коротких мультфильмов о самых разных местах нашей страны.
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)	07.10 «Бодо Бородо». (0+)
07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Тру и Радужное королевство». (6+)	07.10 Главный персонаж сериала Бодо Бородо - горе-учитель, который не умеет читать и писать, не знает географию, но сам учит детей.
08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)	09.00 «Простоквашино». (0+)
08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)	11.00 «Три кота». (0+)
09.30, 17.00, 21.30 «Команда Флоры». (6+)	13.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)	14.00 «Фиксики». (0+)
10.30, 22.30 «Барбоскины на даче». (6+)	16.00 «Простоквашино». (0+)
11.45, 15.45, 23.45 «Енотки». (0+)	17.30 «Бодо Бородо». (0+)
14.10 «Супер МЯУ». (0+)	18.30 «Фиксики». (0+)
14.25 «Барбоскины Театр». (6+)	20.00 «Буба». (0+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)	21.00 «Простоквашино». (0+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)	23.25 «Буба». (0+)
	01.00 «Фиксики». (0+)
	02.45 «Три кота». (0+)

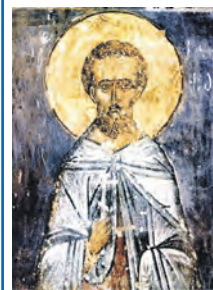
ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)	20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
05.10 «РАДУГА». (12+)	21.00 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1: На родине. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)	22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)
11.00 Двенадцать. (16+)	23.05 Прямая линия жизни. (16+)
11.35 Социальный проект о борьбе с алкогольной зависимостью. (0+)	00.05 День Патриарха. (0+)
11.35 День Ангела. Священномученик Серафим (Чичагов). (0+)	00.20 Идущие к... Послеловие. (16+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)	00.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.05, 13.30, 14.00 Монастырская кухня. (0+)	01.45 Святыни России. (6+)
14.35 «СТАНЦИОННЫЙ СМОТРИТЕЛЬ». (0+)	02.40 Поле битвы. (16+)
16.00 «ДВА КАПИТАНА». (0+)	03.10 Лествица. (6+)
18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)	03.40 Отец Герман. (12+)
	04.35 Царская дорога. Фильм 1: Два послушника. (0+)

Православный календарь

11 декабря

Седмица 28-я по Пятидесятнице. Глас 2. Мч. Иринарха и святых семи жен.



Прмч. и исп. Стефана Нового. Мчч. Стефана, Василия, Григория, другого Григория, Иоанна и иных многих. Свт. Феодора, архиеп. Ростовского. Сщмч. митр. Серафима. Сщмчч. Алексия, Алексея пресвитеров, Василия диакона, прмчч. Рафаила, Викентия и мц. Анисии. Мц. Параскевы. Сщмч. Николая пресвитера. Обретение мощей прп. Сергия, исп.

Рождественский пост.

«Честь человека состоит в добродетели, в помыслении о будущем, в том, чтобы делать все для будущей вечной жизни и презирать настоящею».

Свт. Иоанн Златоуст



НА ДОСУГЕ

Найди 10 отличий

Все на каток!

Зима делает нам подарок – отличные естественные катки. Какое же удовольствие встать на коньки и прокатиться по лёгкому морозцу!

Отвечать: Бабушкины сказки на ветке слева и т.д.

ПРАВОСЛАВНЫЕ!

*Ты хочешь милости, добра?
Будь сам его источником на свете.
Построим храм – пусть добрые дела
Помогут всем: и нам, и нашим детям!*

Подворье Лужецкого Богородицерождественского Ферапонтова мужского монастыря, расположенного в деревне Новопокров Можайского района Московской области после пожара, произошедшего 28 февраля 2014 года оказалось в бедственном положении. Сгорел братский корпус и домик настоятеля.

На сегодняшний день с Божьей помощью и благодаря вашим пожертвованиям многое удалось сделать. Но на окончательное завершение работ нет средств.

Будем признательны всем неравнодушным людям за любую посильную помощь. Храни вас Господь!

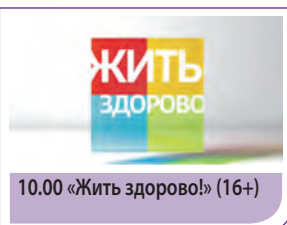
Реквизиты Подворья для перевода денег через банк:
ИНН 5028997962
КПП 502801001
Религиозная организация «Подворье Лужецкого монастыря»
Р/с 40703810740000002238
Банк: ПАО СБЕРБАНК
БИК 044525225
К/с 3010181040000000225
Адрес: 143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров

Адрес для перевода денег по почте:
143263, Московская обл., Можайский р-н, д. Новопокров,
Почтовое отделение «Поречье», Храм Покрова Пресвятой Богородицы Настоятелю подворья монастыря иеромонаху Димитрию (Леонову Анатолию Сергеевичу)

8-915-216-76-77

Телефон для справок:
8-965-391-33-91, р.Б. Фотинья

1 ПЕРВЫЙ



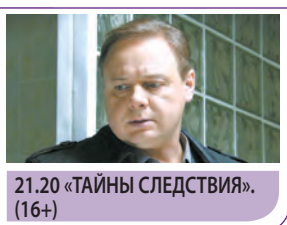
10.00 «Жить здорово!» (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ИЩЕЙКА». НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Легкие деньги». (16+)
00.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Хоккей не футбол». (16+)
01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Жизнь замечательных». (16+)
02.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Триггеры». (16+)
03.00 Новости
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Свидетели Эйзенштейна». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КУПЧИНО». (16+)
08.20 «Страна советов». (16+)
08.55 «Знание - сила». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «КУПЧИНО». (16+)
10.15 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
10.15 «ПУСТЫНЯ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «ПУСТЫНЯ». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
22.20 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (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 «Наши». (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
На окраине города рабочие обнаруживают в коллекторе труп мужчины. Ни документов, ни телефона нет. Он пролежал в люке порядка десяти часов. Панов устанавливает, что причина смерти - болевой шок. Перед смертью мужчину избивали и пытали электричеством.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
Павлова обеспокоена состоянием Кривицкого и настаивает, чтобы он продолжал жить у неё. Тот признаётся, что у него серьёзные проблемы с сердцем, и поможет только трансплантация. Ханина с дочерью временно переезжают к Куликову.
04.00 «МОРОЗОВА». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.05 12.40 13.25 15.05 17.15 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
18.00 «Битва оружейников». (16+)
18.50 «Спецрепортаж». (16+)
19.55 «По горячим следам». (16+)
20.10 «Улика из прошлого». (16+)
22.45 «Между тем». (12+)
00.50 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «СТРЯПУХА». (12+)

06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...» (16+)
08.40 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ». (12+)
10.40 «Актёрские драмы. За кулисами музыкальных фильмов». (16+)
11.30 События
11.50 «СТРЯПУХА». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.00 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)
16.55 «Русские тайны». (16+)
17.50 События
18.10 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: БУМЕРАНГ. ПАРАНОЯ». (12+)
Россия, 2021 г. Детектив. В ролях: Софья Хилькова, Петр Рыков.
22.00 События
22.35 «Закон и порядок». (16+)
23.05 «Битва за алименты». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «90-е. Пауки в банках». (16+)
01.25 «90-е. Кто правит жиром?». (16+)
02.05 «Адольф Гитлер. Двойная жизнь». (12+)
02.45 «АКТЁРЫ ЗАТОНУВШЕГО ТЕАТРА». (12+)
04.15 «Большое кино». (16+)
04.40 «Актёрские драмы. За кулисами музыкальных фильмов». (16+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

06.00 01.00 «Большая страна». (12+)
06.50 «Очень личное». (12+)
07.30 20.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 01.50 ОТражение
10.10 11.05 20.30 21.20 «ЛАНЦЕТ». (16+)
12.00 «Чингиз Айтматов». (12+)
15.10 «СТРАСТНОЙ БУЛЬВАР». (16+)
17.00 «За дело!» (12+)
17.40 «Отчий дом». (12+)
22.15 «МАКАРОВ». (16+)
23.50 «...Которого любили все». (12+)
03.55 «За дело! Поговорим»

НТВ НТВ



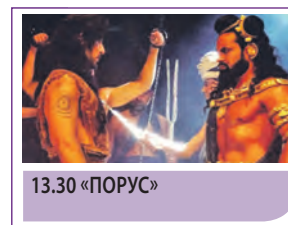
01.40 «ЗОЛОТО ЛАГИНА». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Во время телефонного разговора двух подруг одна из них умирает. Обстоятельства ее смерти весьма загадочны. На месте преступления полицейские находят несколько подарочных коробок и бабочек, летающих по комнате.
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 «ЛИХАЧ». (16+)
В Сочи одно за другим происходит три угона машин, принадлежащих небольшому таксопарку «Волна». Подозреваемым в кражах становится владелец автопарка Харламов, который таким образом мог бы заработать на страховке.
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЛИХАЧ». (16+)
00.40 «Сердце лидера». Памяти Гейдара Алиева. (16+)
01.40 «ЗОЛОТО ЛАГИНА». (16+)
03.20 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 «Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 «Сити». (12+)
13.45 16.40 01.40 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.35 «Московский патруль». (16+)
23.30 02.30 «Рейд 112». (16+)
00.10 «Мослекторий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.30 «ПОРУС»

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 15.15 «Новый взгляд на доисторическую эпоху»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.55 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»
10.00 12.30 17.00 18.45 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.10 XX век
11.50 «Тихий свет»
12.45 Новости. Подробно. Книжки
13.00 23.40 «Запечатленное время»
13.30 13.50 14.10 00.10 00.30 00.50 «ПОРУС»
14.30 «Острова»
16.15 «На волне моей памяти». К 90-летию со дня рождения Валентина Терявского
17.15 «Эрмитаж»
17.45 «Верными курсами...»
19.00 Торжественное закрытие XXIV Международного телевизионного конкурса юных музыкантов «Щелкунчик». Прямая трансляция из КЗЧ
21.05 Искусственный отбор
21.45 «Белая студия»
22.30 «ПЕГИЙ ПЕС, БЕГУЩИЙ КРАЕМ МОРЯ»
01.50 Мастера фортепианного искусства
02.40 «Забываемое ремесло»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Вкусно 360». (12+)
06.40 21.05 «Не факт». (16+)
08.00 09.00 12.00 18.00 20.00 21.00 «Новости 360». (16+)
08.05 09.05 15.10 16.05 «Невероятная наука-2». (12+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.05 14.10 17.40 04.30 «Внимание, еда!» (12+)
11.30 «Неравнодушные». (16+)
12.30 «Зима в Подмосковье». (12+)
13.05 01.10 «Инспектор Travel». (12+)
13.35 «Суперферма». (12+)
14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
15.00 «Новости МО». (16+)
17.00 «Викторина 360». (0+)
18.15 20.10 «Док. кино». (16+)
23.50 «Шестое чувство». (12+)
00.40 «Тет-а-тет с Марусей»

СТС СТС



20.00 «КРУШЕНИЕ». (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
07.00 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 Суперниндзя. (16+)
11.30 «Царство против разбойников». (6+)
12.55 «Стражи терракоты». (12+)
В древние времена императоры создали каменных воинов. Многие века эти бойцы стояли в бессмертной темноте, время на них не влияло. Они стояли наготове в вечном ожидании...
15.10 ПРЕМЬЕРА! «ЛЕГЕНДА ЛОНГВУДА». (12+)
17.15 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 «КРУШЕНИЕ». (16+)
Великобритания - США, 2023 г. Триллер. В ролях: Джерард Батлер, Майк Колтер, Ань Йосон.
Пилот Броуди Торранс во время ужасного шторма вынужден посадить свой коммерческий самолёт на затерянном острове, где он, вместе с пассажирами, неожиданно оказывается в зоне боевых действий.
22.05 ПРЕМЬЕРА! «ЗОВ ВОЛКА». (16+)
00.35 «ОТМЕЛЬ». (18+)
02.05 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
04.50 «6 кадров». (16+)
05.05 «Мультфильмы». (16+)
05.50 Ералаш. (0+)
07.05 07.40 08.15 00.45 02.55 03.30 04.30 05.05 «Мой район. Навигатор». (16+)
06.10 06.35 07.15 07.50 09.40 10.10 10.40 17.05 00.55 03.05 04.40 05.15 05.50 Мой район. Энциклопедия. (12+)
08.25 15.50 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ». (12+)
11.00 20.00 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОЙ». (6+)
12.35 21.30 «ЗАЙЧИК». (12+)
14.05 «АС». (16+)
17.30 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ». (16+)
23.00 «ИГРА В ЧЕТЫРЕ РУКИ». (12+)
01.20 «ТРИНАДЦАТЬ ЗА СТОЛОМ». (16+)
03.45 «Тайны кино». (12+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ХАННА». (16+)	 09.30 «САШАТАНЯ». (16+)	 19.30 «ЛЕСНИК». (16+)	 08.30 Решала. (16+)	 06.30 «Наши иностранцы». (12+)	 14.20 Твой Домашний доктор. (16+)	
05.00 18.00 02.25 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Военная тайна». (16+) 10.00 «СОВБЕЗ». (16+) 11.00 «Как устроен мир». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Засекреченные списки». (16+) 17.00 03.10 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ХАННА». (16+) 22.05 «Водить по-русски». (16+) 23.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 00.30 «ВЫЖИВШАЯ». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «Салон». (16+) 09.30 «САШАТАНЯ». (16+) 18.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВИМ». (16+) Премьера. В ОВД проходят съемки полицейского сериала. Саламатин договаривается с режиссером, что сыграет в одном эпизоде, Верба путает актера и подозреваемого... 22.00 «Однажды в России». (16+) 23.00 «РЫЦАРЬ ДНЯ». (12+) США, 2010 г. Боевик. В ролях: Том Круз, Кэмерон Диаз. Знакомство с загадочным агентом Миллером обрывается для Джун лихим экшном с погонями, взрывами и лав-стори... 01.15 «Импровизация. Команды». (16+) 02.50 «Студия «Союз». (16+) 05.10 «Импровизация». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 08.15 «Слепая». (16+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 Гадалка. (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Гороскоп от Василисы Володиной. (16+) 12.25 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.30 Кадони шоу. (16+) 15.30 Гадалка. (16+) 17.15 «Слепая». (16+) Галина много работала и мечтала об отпуске. Наконец у нее появилось время. Но что-то все время мешало Галине. 19.30 «ЛЕСНИК». (16+) 23.30 «ПОСТ МОРТЕМ». (16+) 01.30 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+) 05.30 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+) 08.30 Решала. (16+) Каждый день тысячи россиян становятся жертвами аферистов. О подобных преступлениях редко заявляют в полицию, а те, которые всё-таки попадают в сводки, раскрыть почти невозможно. Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведёт свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги и восстановить справедливость. 10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 17.00 Улётное видео. (16+) 20.00 Охотники. (16+) 22.00 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! 02.50 Утилизатор. (12+)	06.00, 14.20 «Спортивный век». (12+) 06.30 «Наши иностранцы». (12+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.25, 03.55 Новости на Матч! 07.05, 15.25, 19.40, 01.00 Все на Матч! 10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 10.25 «Игра миллионов». (12+) 11.25, 18.30 Еврофутбол. Обзор. (6+) 13.00 «Есть тема!» 14.55 «Что за спорт?» (12+) 16.10 «Новички: Идеальный бросок». (16+) 20.30 Футбол. ПСВ (Нидерланды) - «Арсенал» (Англия). Лига чемпионов. Пр.тр. 22.45 Футбол. «Манчестер Юнайтед» (Англия) - «Бавария» (Германия). Лига чемпионов. Пр.тр. 01.55 Футбол. (6+) 04.00 Баскетбол. (6+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.15 Давай разведёмся! (16+) 08.15 Тест на отцовство. (16+) 10.20 23.30 «Понять. Простить». (16+) 11.30 00.35 «Порча». (16+) 12.35 «Знахарка». (16+) 13.10 «Верну любимого». (16+) 13.45 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.20 Твой Домашний доктор. (16+) 14.35 «МЕЖДУ СВЕТОМ И ТЕНЬЮ». (16+) 19.00 «МЕЖДУ НАМИ ВЫПАЛ СНЕГ». (16+) 01.30 «Знахарка». (16+) 01.55 «Верну любимого». (16+) 02.25 «Голоса ушедших душ». (16+) 02.50 «РАЙСКИЙ УГОЛОК». (16+) 06.10 По делам несовершеннолетних. (16+)	



ГОРОДСКАЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННАЯ СЛУЖБА ПО ВОПРОСАМ ПОХОРОННОГО ДЕЛА

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

ЖИВВИТЕ
ДО 100!

8 495 100 7 100

RITUAL.RU

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

ДАЛЬШЕ — НАША ЗАБОТА. ЗВОНИТЕ



СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА**
- 06.00, 13.05** Баскетбол. Единая лига ВТБ. «МИНСК» (Белоруссия) - «Енисей» (Красноярск). (6+)
- 07.50, 10.00, 13.00, 15.55** Новости
- 07.55** «Громко». (12+)
- 08.50** «Зачётный спорт». Специальный репортаж. (12+)
- 09.05, 21.25** «Неделя КХЛ». (12+)
- 10.05** Прямая линия с трюками. Международные соревнования. Смешанные команды. Трансляция из Нижнего Тагила. (6+)
- 11.30** «Жизнь - подарок!» Документальный фильм. (12+)
- 12.20** «Мой первый тренер. Мария Вадеева». (12+)
- 12.40** «Пара на дистанции. Алексей и Татьяна Мишины». (12+)
- 14.55** «Небесная грация». (0+)
- 15.10** «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
- 15.25, 20.55** «бхб». Вольноборное обозрение. (12+)
- 16.00, 22.20** Специальный репортаж. (12+)
- 16.20, 03.55** «Спортивный интерес». (12+)
- 16.50** Профессиональный бокс. Альберт Батыргазиев (Россия) - Лазаро Альварес (Куба). Бой за титул чемпиона мира IBA. Трансляция из ОАЭ. (16+)
- 18.55** Волейбол. Чемпионат России. Риги Суперлига. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Динамо-ЛО» (Ленинградская область). Прямая трансляция
- 22.40** «Есть тема!» (16+)
- 23.50** «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)
- 00.25** «Лица страны. Диана и Сергей Рябовы». (12+)
- 00.40** Дартс. PARI Профессиональная лига. Про Тур 8. Трансляция из Москвы. (0+)
- 02.50** Водное поло. Чемпионат России. Мужчины. «КОС Синтез» (Казань) - «Спартак-Волгоград». (0+)
- 04.25** Самбо. Гран-при. Финал. (12+)
- 05.30** Спортивная неделя. Итоги. (12+)

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ**
- 05.00** Муз'итив. (16+)
- 06.00** Каждое утро. (16+)
- 06.40** PRO-новости. (16+)
- 07.00** Каждое утро. (16+)
- 08.40** PRO-новости. (16+)
- 09.00** Top-15 Like FM. (16+)
- 10.00** Top-30. Русский плейлист недели. (16+)
- 12.00** Хиты по-русски. (16+)
- 13.00** Консервы. (16+)
- 14.00** Плейлист. Зима. (16+)
- 15.00** PRO-новости. (16+)
- 15.20** В десятку! (16+)
- 16.00** МузРаскрутка. (16+)
- 16.30** Хиты по-русски. (16+)
- 17.00** Ждите ответа. (16+)
- 18.00** PRO-новости. (16+)
- 18.20** Русский чарт. (16+)
- 19.20** Лолита. 60 лет без комплексов. (16+)
- 19.40** XXV церемония награждения ежегодной Российской Национальной премии «Товар года». (16+)
- 22.00** Необъяснимое: Зловещие тайны шоубиза. (16+)
- 23.00** PRO-новости. (16+)
- 23.25** Плейлист. Зима. (16+)
- 00.30** Хиты по-русски. (18+)
- 01.30** Муз'итив. (16+)
- 03.00** Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ**
- 06.00, 11.00** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00, 12.00, 16.00** «Время малышей». (0+)
- 08.00** «Роботы-поезда». (0+)
- 08.10, 13.25** «Маша и Медведь». (0+)
- 09.00** «Сказочный патруль. Хроники чудес. Сказочные мечты». (0+)
- 09.45, 14.30, 17.00, 21.00** «Фиксики. Новенькие». (0+)
- 10.25** «Героички». (0+)
- 11.35** «Чик-Чирикино». (0+)
- 13.00** «Барбоскины». (0+)
- 14.00** «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 15.00** «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 15.30** «Буба». (6+)
- 17.30** «Простоквашино». (0+)
- 18.00** «Школьный автобус Гордон». (0+)
- 18.30** «Лунтик». (0+)
- 19.15** «Мини-Мишки». (0+)
- 20.00** Дартс. PARI Профессиональная лига. Про Тур 8. Трансляция из Москвы. (0+)
- 20.30** «Маша и Медведь», «Машины страшилки», «Машины сказки». (0+)
- 21.35** «Турбозавры». (0+)
- 22.05** «Смешарики». (0+)
- 22.30** «Бодо Боро. БОДОпутешествия». (0+)
- МУЛЬТИЛАНДИЯ**
- 06.00** «Фиксики». (0+)
- 07.00** «Мульти-Россия». (0+)
- 07.10** «Бодо Боро». (0+)
- 09.00** «Простоквашино». (0+)
- 11.00** «Три кота». (0+)
- 07.30, 15.30, 23.30** «Три кота». (0+)
- 09.40, 17.40, 01.40** «Доктор Малышкина». (0+)
- 09.45, 17.45, 01.45** «Динозавры». (0+)
- 09.55, 17.55, 01.55** «Мой музей». (0+)
- 10.00, 18.00, 02.00** «Оранжевая королева». (0+)
- 11.45, 15.05, 19.45, 23.05, 03.45** О! Музыка! (0+)
- 12.00, 20.00, 04.00** «Команда СТИМ!» (6+)
- 05.00, 13.00, 21.00** «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
- 05.50, 13.50, 21.50** «Цып-цып». (0+)
- 06.00, 14.00, 22.00** «Доставка Пиквика». (0+)
- 07.00, 15.00, 23.00** «Чик-зарядка». (0+)
- 07.05** «Вип Петс». (6+)
- 07.30, 15.30, 23.30** «Три кота». (0+)
- 09.40, 17.40, 01.40** «Доктор Малышкина». (0+)
- 09.45, 17.45, 01.45** «Динозавры». (0+)
- 09.50, 17.50, 01.50** «Спроси у ТриО!» (0+)
- 09.55, 17.55, 01.55** «Мой музей». (0+)
- 10.00, 18.00, 02.00** «Оранжевая королева». (0+)
- 11.45, 15.05, 19.45, 23.05, 03.45** О! Музыка! (0+)
- 12.00, 20.00, 04.00** «Команда СТИМ!» (6+)
- 05.00** Ранние птицы. «Приключения Тайо», «Маша и Медведь», «Лунтик», «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 07.00** «С добрым утром, малыши!» (0+)
- 07.35** «Петроникс». (0+)
- 08.05** «Вип Петс». (6+)
- 08.30** «Черепашки». (0+)
- 10.15** «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
- 10.45** «Что в тарелке?» (0+)
- 11.05** «Мышкин дом». (0+)
- 11.20** «Маша и Медведь». (0+)
- 12.30** «Петроникс». (0+)
- 12.45** «Инфинити Надю». (6+)
- 13.00** «Дикие скричеры!» (6+)
- 13.25** «Диностер». (6+)
- 14.00** «Навигатор. Новости». (0+)
- 14.10** «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
- 15.00** Час «Союзмультфильма». (6+)
- 16.00** «БФФ - Лучшие друзья навсегда!» (0+)
- 16.15** «Клуб Винкс». (6+)
- 17.10** «Команда Флоры». (0+)
- 18.10** «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
- 18.25** «Цветяшки!» (0+)
- 18.45** «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 20.30** «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
- 20.45** «Оранжевая королева». (0+)
- 22.00** «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
- 22.30** «Флип Чейнджер». (6+)
- 22.45** «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
- 23.00** «Фьюжн Макс». (6+)
- 23.25** «Макс Грин и инопланетяне». (6+)
- 00.40** «Фиксики». (0+)
- 02.30** «Барбоскины». (0+)
- 03.50** «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС**
- 05.00** День Патриарха. (0+)
- 05.10** «ЗА ТЕХ, КТО В МОРЕ». (0+)
- 06.40** Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 07.00, 09.00** Утро на СПАСЕ. (0+)
- 11.00** Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1. (0+)
- 11.55** Знак равенства. (16+)
- 12.05** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 13.05, 13.30** Монастырская кухня. (0+)
- 14.00, 03.40** Восход победы. Курская буря. (0+)
- 15.00, 16.30** «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». 1-2 серии. (12+)
- 18.00** Вечер на СПАСЕ. (0+)
- 20.00** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 21.00** Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2: На чужбине. (0+)
- 22.00, 22.30** Поле битвы. (16+)
- 23.05** Служба спасения семьи. (16+)
- 00.05** День Патриарха. (0+)
- 00.20** Профессор Осипов. (0+)
- 00.50** Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
- 01.45** Святыни России. (6+)
- 02.40** Поле битвы. (16+)
- 03.10** Лестница. (6+)
- 04.30** Дарская дорога. Фильм 2: Чудо. (0+)

Православный календарь

12 декабря
Седмица 28-я по Пятидесятнице. Глас 2.
Мч. Парамона и с ним 370 мучеников.



Мч. Филумена. Прп. Акакия Синайского. Сщмч. Сатурнина, первого еп. Тулузского. Сщмч. Авива, еп. Некресского (Груз.). Свт. Мардария (Серб.). Прп. Нектария Печерского. Сщмч. Сергия пресвитера.

Рождественский пост.
Разрешается рыба.

«Не должно искать чести и домогаться первенства. Каждый должен предпочитать себе всех».
Свт. Василий Великий

НАША БЛИЦ-ВИКТОРИНА

Морской российский флаг – Андреевский стяг

11 декабря 1699 года Петром I учреждён Андреевский флаг в качестве официального флага военного флота России. Наша викторина – о главном символе чести и мужества отечественных военных моряков.

1 «Морской устав» Петра Великого в 1720 году закрепил вид флага – белое полотнище с крестом Андрея Первозванного. К этому времени Андреевский крест на флаге получил дополнительный смысл: четыре его конца символизировали четыре моря, на которых утвердилась Российская империя. Какие моря вошли в этот список?

а) Балтийское, Белое, Каспийское и Азовское.
б) Балтийское, Белое, Чёрное, Азовское.
в) Балтийское, море Лаптевых, Азовское, Японское.

2 По «Морскому уставу» Петра I существовал прямой запрет спускать с мачты Андреевский флаг перед кем бы то ни было. А чтобы во время боя не допустить к флагу противника, да и для защиты от случайного обрыва или возможного повреждения в бою (что в эпоху парусных флотов и абордажей было весьма частым делом), было предусмотрено именно это...

а) Особый пост у кормового флагштока.
б) Специальное ограждение.
в) Перед боем флаг прибавали к мачте.

3 В День Военно-Морского флота в 1992 году на всех боевых кораблях были в последний раз подняты флаги ВМФ СССР. Под звуки гимна СССР они были спущены. В этот же день, 26 июля, под гимн РФ были подняты Андреевские флаги. Однако один корабль и сегодня поднимает прежний флаг. Какой корабль до сих пор поднимает флаг ВМФ СССР?

а) Первый торпедный катер АНТ-3 «Первенец», ставший историей.
б) Первый советский авианосец «Адмирал флота Советского Союза Кузнецов».
в) Мемориальная советская подводная лодка С-56.

ОТВЕТЫ

1-а. Балтийское, Белое, Каспийское и Азовское. **2-а.** Особый пост у кормового флагштока. Таких постов на корабле было два: у флага и у кормового (горючего склада на корабле). **3-в.** В День уважения к подвигу советских моряков в годы Великой Отечественной войны на советский подводной лодке С-56 ежегодно проходит церемония подъёма и спуска флага ВМФ СССР. Это военный мемориал во Владивостоке.



ОБРАЩАЕМСЯ КО ВСЕМ НЕРАВНОДУШНЫМ ЛЮДЯМ!

ЛАПШОВ ДЕНИС, 11 лет
Ивановская область, г. Приволжск
ДИАГНОЗ: Мышечная дистрофия

НОМЕР КАРТЫ: 5469 9801 6347 5722
по номеру телефона:
8 (920) 674-65-48
Любимова Татьяна Николаевна

Помогите поставить сына на ножки. У сына мышечная дистрофия, мы живем в небольшом городе Приволжск Ивановской области. Мы, как могли, пытались справиться с бедой, которая настигла нас, когда сынуле исполнилось 3 года. Сначала он начал ходить на носочках, а дальше становилось только хуже. Мы обследовались в нескольких ведущих клиниках. Сдали несколько дорогостоящих генетических анализов, врачи говорят – поломка гена. На данный момент особых сдвигов в лучшую сторону нет. Денису нужно дорогостоящее лечение в Германии. Будем рады любой помощи!

1 ПЕРВЫЙ



05.00 Телеканал «Доброе утро»

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
- 09.00 Новости (с субтитрами)
- 09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
- 10.00 «Жить здорово!» (16+)
- 10.50 Информационный канал. (16+)
- 12.00 Новости (с субтитрами)
- 12.15, 17.00 Информационный канал. (16+)
- 15.00 Новости (с субтитрами)
- 15.15 Премьера. «Давай поженимся!». (16+)
- 16.05 «Мужское / Женское». (16+)
- 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
- 18.30 Информационный канал. (16+)
- 19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
- 21.00 «Время»
- 22.00 «ИЩЕЙКА». НОВЫЕ СЕРИИ.** (16+)
- 23.00 «Большая игра». (16+)
- 00.00 ПОДКАСТЛАБ «Психика». (16+)
- 00.45 ПОДКАСТЛАБ «Драгоценные истории». (16+)
- 01.30 ПОДКАСТЛАБ «Обман веществу». (16+)
- 02.15 ПОДКАСТЛАБ «Летописи конца времен». (16+)
- 03.00 Новости
- 03.05 ПОДКАСТЛАБ «Легкие деньги». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
- 05.50 «КУПЧИНО».** (16+)
- 08.55 «Знание - сила». (0+)
- 09.00 «Известия». (16+)
- 09.30 «КУПЧИНО».** (16+)
- 10.15 «АМЕРИКЭН БОЙ».** (16+)
- 12.35 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ».** (16+)
- 13.00 «Известия». (16+)
- 13.30 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ».** (16+)
- 17.00 «Известия». (16+)
- 17.30 «СЛЕД».** (16+)
- 21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6».** (16+)
- 22.20 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4».** (16+)
- 00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
- 02.40 «СЛЕД».** (16+)
- 03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА».** (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ТАИНЫЕ СЛЕДСТВИЯ». (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 «Наши». (12+)
- 16.00 Вести
- 16.30 «Малахов». (16+)
- 17.30 «60 минут». (12+)
- 20.00 Вести
- 21.05 Вести.
- 21.20 «ТАИНЫЕ СЛЕДСТВИЯ».** (16+)
Строители, приехавшие на капремонт старого дома, обнаруживают, что в нём было совершено ритуальное убийство. Свечи, пентаграммы и обнажённый труп парня с проникающим ранением в сердце. Убитый обнаружен на столе, но убивали его на лестнице. Там видны следы крови и волочения. По мнению Панова, труп пролежал здесь около недели, а значит, парня должны были искать.
- 23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
- 02.05 «СКЛИФОВСКИЙ».** (12+)
Найден донор для Кривицкого, он ложится в кардиологический центр, чтобы сдать необходимые анализы.
- 04.00 «МОРОЗОВА».** (16+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.05 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА. ЗАПАДНЫЙ ФРОНТ».** (16+)
- 07.00 «Сегодня утром». (12+)
- 09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
- 09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
- 11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА».** (12+)
- 12.35 13.25 15.05 17.15 «ЖДИ МЕНЯ».** (16+)
- 18.00 «Освенцим». (16+)
- 18.50 «Спецрепортаж». (16+)
- 19.55 «По горячим следам». (16+)
- 20.10 «Секретные материалы». (16+)
- 22.45 «Между тем». (12+)
- 00.50 «ТАСС УПОЛНОМOCHEН ЗАЯВИТЬ...»** (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «СТРЯПУХА: КОНФЕТНАЯ ЛЕДИ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
- 08.10 «Доктор И...» (16+)
- 08.40 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ-2».** (16+)
- 10.40 «Актерские драмы. Смерть по собственному желанию». (16+)
- 11.30 События
- 11.50 «СТРЯПУХА: КОНФЕТНАЯ ЛЕДИ».** (12+)
- 13.40 «Мой герой». (12+)
- 14.30 События
- 14.50 Город новостей
- 15.00 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ».** (12+)
- 16.55 «Русские тайны». (16+)
- 17.50 События
- 18.10 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ: ОДЕРЖИМОСТЬ. ВЗРЫВ».** (12+)
Россия, 2022 г. Детектив. В ролях: Софья Хилькова, Петр Рыков.
- 22.00 События
- 22.35 «Хватит слухов!» (16+)
- 23.05 Хроники московского быта. (16+)
- 00.00 События. 25-й час
- 00.30 «Петровка, 38». (16+)
- 00.45 «Дорогие товарищи. Покушения на вождей». (16+)
- 01.25 «Знак качества». (16+)
- 02.05 «Четыре жены Председателя Мао». (12+)
- 02.50 «ПОКОПАЙТЕСЬ В МОЕЙ ПАМЯТИ».** (12+)
- 04.15 «Большое кино». (16+)
- 04.45 «Актерские драмы. Смерть по собственному желанию». (16+)
- 05.25 «Мой герой». (12+)

OTP OTP

- 06.00 00.55 «Большая страна». (12+)
- 06.50 17.00 «Преодоление». (12+)
- 07.30 20.00 «Календарь». (12+)
- 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00 Новости
- 08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20 01.50 ОТражение
- 10.10 11.05 20.30 21.20 «ЛАНЦЕТ».** (16+)
- 12.00 «Вспомнить всё». (12+)
- 15.10 «МАКАРОВ».** (16+)
- 16.45 «Брут». (12+)
- 17.40 «Конструкторы будущего». (12+)
- 22.15 «НАСЛЕДНИКИ».** (16+)
- 00.05 «На пьедестале народной любви». (12+)
- 03.55 «За дело! Поговорим»

НТВ НТВ



00.55 «ЗОЛОТО ЛАГИНА». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».** (16+)
- 06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
- 08.00 «Сегодня»
- 08.25 «ПЁС».** (16+)
- 10.00 «Сегодня»
- 10.35 «ПЁС».** (16+)
В автосервисе обнаружено тело Василия Марновского. Под подозрением оказывается его родной брат Никита, так же, как и Василий, - претендент на наследство.
- 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 «ЛИХАЧ».** (16+)
Лихач узнаёт от Карапетяна, что Кувалдин в курсе, полицейские знают об истинной подоплёке убийства Щукина. Остаётся понять, какая роль во всей этой истории отведена Свиридову. В это время приходит известие о похищении Дианы, которую увезли в неизвестном направлении. Виктор признаётся, что задолжал крупную сумму денег одному клиенту...
- 23.35 «Сегодня»
- 00.00 «ЛИХАЧ».** (16+)
- 00.55 «ЗОЛОТО ЛАГИНА».** (16+)
- 02.40 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА».** (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 «Утреннее вещание». (16+)
- 11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
- 11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
- 12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
- 13.40 16.50 «Сити». (12+)
- 13.45 16.40 01.40 «Доктор 24». (12+)
- 18.15 «Интервью». (12+)
- 18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
- 21.20 23.40 04.35 «Московский патруль». (16+)
- 23.30 02.30 «Рейд 112». (16+)
- 00.10 «Мослестерий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



18.30 «Роман в камне»

- 06.30 «Пешком...»
- 07.00 Легенды мирового кино
- 07.30 15.15 «Новый взгляд на доисторическую эпоху»
- 08.30 «Жизнь и судьба»
- 08.55 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»**
- 10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
- 10.15 «Наблюдатель»
- 11.10 01.10 XX век
- 12.10 «Забывтое ремесло»
- 12.45 Новости. Подробно. Кино
- 13.00 23.40 «Запечатленное время»
- 13.30 13.50 14.10 00.10 00.30 00.50 «ПОРУС»**
- 14.30 Искусственный отбор
- 16.10 «Сказки из глины и дерева»
- 16.20 «Сергей Доренский. Уроки мастерства». К 90-летию со дня рождения Валентина Терьявского
- 17.15 «Библейский сюжет»
- 17.45 02.10 Мастера фортепианного искусства
- 18.30 «Роман в камне»
- 19.00 Уроки русского. Чтение
- 19.45 Главная роль
- 20.05 «Семинар»
- 20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
- 21.05 Абсолютный слух
- 21.45 «Острова»
- 22.30 «ПЕГИЙ ПЕС, БЕГУЩИЙ КРАЕМ МОРЯ»**
- 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Вкусно 360». (12+)
- 06.40 21.05 «Не факт». (16+)
- 08.00 09.00 12.00 18.00 20.00 21.00 «Новости 360». (16+)
- 08.05 09.05 15.10 16.05 «Невероятная наука-2». (12+)
- 10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
- 11.05 14.10 17.40 04.30 «Внимание, еда!» (12+)
- 11.30 «Неравнодушные». (16+)
- 12.30 «Зима в Подмосковье». (12+)
- 13.05 01.10 «Инспектор Travel». (12+)
- 13.35 «Суперферма». (12+)
- 14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
- 15.00 «Новости МО». (16+)
- 17.00 «Викторина 360». (0+)
- 18.15 20.10 «Док. кино». (16+)
- 23.50 «Шестое чувство». (12+)
- 00.40 «Тет-а-тет с Марусей»

СТС СТС



00.05 «ВИРТУОЗ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
- 06.55 «Мультфильмы». (0+)
- 07.25 «Простоквашино». (0+)
- 07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
- 08.00 Суперниндзя. (16+)
- 09.55 Суперниндзя. Финалисты. (16+)
- 10.55 Уральские пельмени. (16+)
- 11.00 «Кот под прикрытием». (6+)
Два полицейских спец-агента должны раскрыть дело о похищении секретного минерала. Каждый из них привык работать исключительно своими, отличными от тех, что у напарника, методами.
- 13.05 «ПРЫГУЧАЯ БРАТВА».** (6+)
- 15.00 «СТОП-КРАН».** (12+)
- 16.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
- 20.00 «АВАНГАРД. АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ».** (12+)
Китай, 2020 г. боевик. В ролях: Джеки Чан, Ян Ян, Мия Муци. Служба безопасности «Авангард» охраняет известного бизнесмена, который утаил от них некоторые обстоятельства... Синдикат наёмников намерен выкрасть его дочь.
- 22.00 00.05 «ВИРТУОЗ».** (16+)
- 02.10 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ».** (12+)
- 04.50 «6 кадров». (16+)
- 05.05 «Мультфильмы». (16+)
- 05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.15 07.35 00.00 «Мой район. Навигатор». (16+)
- 06.30 23.35 Мой район. Энциклопедия. (12+)
- 07.50 10.20 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
- 08.35 15.40 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ».** (12+)
- 09.50 «Тайны нашей эстрады». (12+)
- 11.05 20.00 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА».** (12+)
- 12.00 20.50 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ».** (12+)
- 13.10 17.00 03.15 «Тайны кино». (12+)
- 14.00 21.55 «БЛЕФ».** (12+)
- 17.50 «Звёзды советского экрана». (12+)
- 18.20 «ЗАГАДКА МЕРТВЕЦА».** (16+)
- 00.10 «СМЕРТЬ НА НИЛЕ».** (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 фотоаконы предоставлены компанией ЗАО «Сервис-ТВ». Знаком возрастного ограничения не отмечены телепередачи, транслируемые в эфире без предварительной записи или являющиеся информационной продукцией, имеющей значительную историческую, художественную или иную культурную ценность для общества, или предназначенные для детей, не достигших возраста 6 лет

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>20.00 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+)</p> <p>12.00 «Информационная программа 112». (16+)</p> <p>13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Тайны Чапман». (16+)</p> <p>20.00 «ГНЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСКИЙ». (16+)</p> <p>22.20 «Смотреть всем!» (16+)</p> <p>00.30 «ДИТЯ ОСИРИСА». (16+)</p>	<p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>09.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>09.00 «САШАТАНЯ». (16+)</p> <p>18.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+)</p> <p>Премьера. Семён приглашает Попову на ужин, чтобы познакомиться с отцом. Макаров просит Синицкую в очередной раз «прикрыть» Маргариту, но той надоело...</p> <p>22.00 «Однажды в России». (16+)</p> <p>23.00 «ГОРОД ЗОЛОТОГО ПАУКА». (18+)</p> <p>Китай, 2022 г. Боевик. В ролях: Лю Линьчэн, Нин Сяохуа. Исследователь Сыма Цун и его девушка Лиза ищут легендарный спрятанный город, в котором, если верить слухам, находится секрет вечной жизни.</p> <p>00.55 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.40 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.05 «Импровизация». (16+)</p>	<p>13.30 Охотники за привидениями. (16+)</p> <p>06.00 «Утренние гадания». (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.15 «Слепая». (16+)</p> <p>09.30 «Гадалка». (16+)</p> <p>11.15 «Знаки судьбы». (16+)</p> <p>12.20 «Гороскоп от Василисы Володиной». (16+)</p> <p>12.25 «Мистические истории». (16+)</p> <p>13.30 «Охотники за привидениями». (16+)</p> <p>14.30 «Кадони шоу». (16+)</p> <p>15.30 «Гадалка». (16+)</p> <p>17.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ЛЕСНИК». (16+)</p> <p>23.30 «ДРУГАЯ». (16+)</p> <p>США, 2021 г. Ужасы. В ролях: Тай Симпкинс, Аннелиз Джадж. Кажется, что Дэниелсы - это идеальная семья. Любящие муж и жена, старший сын - спортивная звезда школы, а младшая дочь обожает брата...</p> <p>01.15 «ЧТО И ТРЕБОВАЛОСЬ ДОКАЗАТЬ». (16+)</p> <p>05.00 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>06.00 «Улётное видео». (16+)</p> <p>08.30 «Решала». (16+)</p> <p>10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>17.00 «Улётное видео». (16+)</p> <p>20.00 «Охотники». (16+)</p> <p>Ведущие проекта «Охотники» под предводительством Влада Чижова выходят на борьбу с мошенниками. Их задача не просто вернуть деньги и проучить аферистов. Их цель - остановить или предотвратить мошенничество. Они идут по следу преступников через подозрительные объявления, рекламу и форумы с пострадавшими.</p> <p>22.00 «Решала». (16+)</p> <p>23.00 «Опасные связи». (18+)</p> <p>02.50 «Утилизатор». (16+)</p> <p>Участник программы сможет продать свой старый автомобиль по выгодной цене и заработать ещё, ответив на вопросы викторины. Отвечай на вопросы правильно, иначе машину на твоих глазах раздавит бульдозер.</p>	<p>06.30 «Голевая неделя. РФ». (6+)</p> <p>06.00 «Спортивный век». (12+)</p> <p>06.30 «Голевая неделя. РФ». (6+)</p> <p>07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.25, 03.55 «Новости на Матч!»</p> <p>07.05, 16.50, 19.40, 01.00 «Все на Матч!»</p> <p>10.05, 12.35 «Специальный репортаж». (12+)</p> <p>10.25 «Игра миллионов». (12+)</p> <p>11.25, 18.30 «Футбол. Лига чемпионов. Обзор». (6+)</p> <p>13.00 «Есть тема!»</p> <p>14.20 «Вид сверху». (12+)</p> <p>14.55 «Вolleyбол. «Локомотив» - АСК. ЧР. Pari Суперлига. Пр.тр.</p> <p>17.25 «Вы это видели». (12+)</p> <p>20.30 «Футбол. «Црвена Звезда» - «Манчестер Сити». Лига чемпионов. Пр.тр.</p> <p>22.45 «Футбол. «Ньюкасл» - «Милан». Лига чемпионов. Пр.тр.</p> <p>01.55 «Футбол. (6+)</p> <p>04.00 «Вolleyбол. (6+)</p>	<p>07.35 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>06.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)</p> <p>07.35 «Давай разведёмся!» (16+)</p> <p>08.35 «Тест на отцовство». (16+)</p> <p>10.45 «23.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.50 «00.35 «Порча». (16+)</p> <p>13.00 ««Знахарка». (16+)</p> <p>13.35 ««Верну любимого». (16+)</p> <p>14.10 ««Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.45 ««НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ИЗ ЖИЗНИ ДОКТОРА КАЛИСТРАТОВОЙ». (16+)</p> <p>19.00 ««СЧАСТЬЕ МЕНЯ НАЙДЁТ». (16+)</p> <p>01.30 ««Знахарка». (16+)</p> <p>01.55 ««Верну любимого». (16+)</p> <p>02.25 ««Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.50 «Тест на отцовство. (16+)</p> <p>04.30 «Давай разведёмся!» (16+)</p>	

«РОССИЙСКИЙ ЦЕНТР РЕНТЫ»

ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ - В МИЛЛИОНЕРЫ!

ДОГОВОР ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

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

Желающим предоставляем проживание в пансионате

С НАМИ ВЫ ВСЕГДА НАДЕЖНО ЗАЩИЩЕНЫ И ОКРУЖЕНЫ ЗАБОТОЙ

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

МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ КОЛЛЕГИЯ АДВОКАТОВ «ВАРГИ» ОГРН 1197700009209

8 (495) 227-37-30

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

ПОМОЩЬ В РАСТОРЖЕНИИ:

- Договоров ренты
- Договоров с юристами

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ:

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

ПЕРЕОФОРМЛЕНИЕ РЕНТЫ

8 (800) 555-20-16

Реклама

Слышно даже тишину BERNAFON

СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

АКЦИЯ!!!

С 1 ноября по 31 декабря 2023 г. СКИДКИ НА НОВИНКИ -15 % серия Zerena и серия Viron

Батарейки в подарок!

Москва, ул. Сергия Радонежского, д. 29/31 (рядом со ст. м. «Площадь Ильича»)

Тел.: **8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58**
8 (495) 764-38-65, 8 (499) 340-08-75

*Сроки проведения акции с 01.11 по 31.12.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефонам: 8 (499) 705-20-30, 8 (495) 678-16-58, 8 (495) 764-38-65. ООО «ИНТЕРАУДИОФАРМСЕРВИС», ОГРН 1037739248755. 127473, г. Москва, ул. Достоевского д. 2, стр. 1

ОЗНАКОМЬТЕСЬ С ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ. ВОЗМОЖНЫ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.

РЕКЛАМА

КРОССВОРД «ЦЕПОЧКА»

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

1. Некрупная мраморная речная утка. **2.** Речная рыба с красноватыми плавниками и хвостом. **3.** Имя актрисы, героиня которой сказала: «Управдом - друг человека!» **4.** Что рабочий должен выполнить за смену? **5.** Как назвать хозяйку дома, если этот дом во Франции? **6.** «Друг» устами испанца. **7.** Драгоценный или полудрагоценный камень с резным изображением. **8.** Расплавленная масса в глубинах Земли. **9.** Подобно извести, она бывает как гашеной, так и негашеной. А еще с зубчиками или без таковых. Чаще всего на бумаге и с клеем на обратной стороне. **10.** Новосел получил ... от квартиры.

Ответы: 1. Чирок. 2. Окунь. 3. Нонна. 4. Нонна. 5. Нонна. 6. Марта. 7. Лемма. 8. Лемма. 9. Марка. 10. Ключик.

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, КРОЛИКА

ЖЕНСКИЕ И МУЖСКИЕ ГОЛОВНЫЕ УБОРЫ

Ремонт меховых изделий

РАСПРОДАЖА!

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 Электrozаводский переулок», ул. Электrozаводская, 21, проходная № 4.
При себе иметь документ, удостоверяющий личность.

ЗИМНИЕ СКИДКИ!

АКЦИЯ ПРОДЛИТСЯ ДО 31 ДЕКАБРЯ


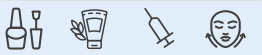







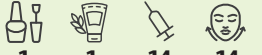










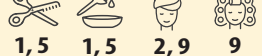
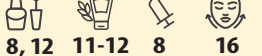

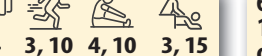
8 (495) 971-55-55, 8 (926) 843-95-55

Внутренний телефон 43-53

Предъявителю купона скидка на шубы **3000** рублей

Лунный календарь

В новом году больше внимания старайтесь уделять своему отдыху и здоровью. Обязательно находите время не только для консультации с врачами, но и для визитов в салон красоты и спортзал. Не забывайте о регулярных пеших прогулках и просто активном досуге. Согласитесь, хороша банька, да после пробежки. Веничком дубовым хворобу погонять, мышцы расслабить, сосуды прокачать. А после – скрабом кофейным тело уставшее натереть и масочку вкусно пахнущую на личико. Эх, и хорошо! Наш календарь красоты и здоровья на будущий год таких «хорошо» обещает немало. И он, календарь, скорее напоминает о том, что можно подарить себе отдых, поплавать в бассейне, сделать массаж, поднажать в спортзале – и ни в коем случае не ограничивает вас в выборе дат. Просто подсказывает, когда та или иная активность может принести наилучший результат. Но все, конечно, очень индивидуально, и выбор всегда за вами.

МЕСЯЦ	Благоприятные дни для манипуляций с волосами	Благоприятные дни для косметологии, маникюра, педикюра	Благоприятные дни для водных процедур	Благоприятные дни для физической активности	Особые дни: избегайте стрессов и конфликтов
ЯНВАРЬ	 5 5 9 5 9 10 20 28 30 28 29 30	 3 3 8 17 14 8 14 31 17 16 31	 6 1 6 1 12 12 13 6 27 24 24 24 27	 2 7 2 15-16 16 15 7 23 23 22 24 26 27 26 26 27	4 – йога 11 – аромаванна, тихие прогулки 18 – расслабляющий массаж 25 – чтение, цигун
	1-10 ЯНВАРЯ	11 ЯНВАРЯ	12-24 ЯНВАРЯ	25 ЯНВАРЯ	26-31 ЯНВАРЯ
ФЕВРАЛЬ	 4 4 7 4 8 7 9 7 18 9 23 22 28 22 28	 1 1 11 1 17 11 29 20 17 29 20	 2 2 1 15 15 11 25 25 15	 5 6 5 6 14 12 12 14 17 26 17 27 27 28 26	3 – простая пища, контрастный душ 10 – доброе кино 16 – прогулка на природе 24 – дневной сон
	1-9 ФЕВРАЛЯ	10 ФЕВРАЛЯ	11-23 ФЕВРАЛЯ	24 ФЕВРАЛЯ	25-29 ФЕВРАЛЯ
МАРТ	 2 2 7 8 8 8 9 12 9 12 12 16 23 21 23 24	 1 1 14 14 4 5 31 28 28 31	 9 9 13 9 23 13 23 29 30 24 29 29	 1 1-4 4-6 1 6 11 11 9 19 18 20 11 26 27 26 27	3 – прогулка в парке, кундалини-йога 10 – воскурение ароматических палочек 17 – ванна с солью 25 – медитация
	1-9 МАРТА	10 МАРТА	11-24 МАРТА	25 МАРТА	26-31 МАРТА
АПРЕЛЬ	 5 4 4-5 5 6 13 18 18 18 19 23 23 28 23 28	 3 3 9 3 10 10 17 30 26 17 26 30 26	 5 6 6 5 6 14 11 11 14 19 14 19 20 28 28 20	 1 1-4 4 1 5 12 5 12 16 16 16 19 29 29 19	2 – ароматерапия 8 – стрейчинг 15 – кислородный коктейль 24 – массаж головы, чтение
	1-7 АПРЕЛЯ	8 АПРЕЛЯ	9-23 АПРЕЛЯ	24 АПРЕЛЯ	25-30 АПРЕЛЯ
МАЙ	 3 3 2,11 3 11 16 16 17 17 17 22 26 26 22 31 31	 5 10 5 10 12 12 21 25 18 14 29 25 21	 4, 10 4 4 11 11 9 10 19 24 11 19 24 28 24 24 28	 6 4,7 4-6 6 13 12 13 12 17 20 20-22 17 27 22 27 22	1 – пение 8 – СПА-процедуры 15 – прогулка в парке 23 – дыхательная гимнастика
	1-7 МАЯ	8 МАЯ	9-22 МАЯ	23 МАЯ	24-31 МАЯ
ИЮНЬ	 1,5 1,5 2,9 9 9 13 15 25 15 24 23 25 30 30	 8,12 11-12 8 16 21 16 21 27 25 28 28 28	 1 1 1 7 7 7 23 12 20 23 30 23 30	 3-4 3,10 4,10 3,15 19 18 15,17 17,19 23 19 23 28 28 30 28 30	6 – массаж стоп 14 – масляные обертывания 22 – время для хобби 29 – медитация
	1-5 ИЮНЯ	6 ИЮНЯ	7-21 ИЮНЯ	22 ИЮНЯ	23-30 ИЮНЯ

В колонке «Особые дни» указаны рекомендации, которые позволят провести не самые благоприятные дни максимально комфортно.

КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

2024 ГОД

МЕСЯЦ	Благоприятные дни для манипуляций с волосами	Благоприятные дни для косметологии, маникюра, педикюра	Благоприятные дни для водных процедур	Благоприятные дни для физической активности	Особые дни: избегайте стрессов и конфликтов
ИЮЛЬ	4, 11 5, 11 4 5 17 17 13,25 25 26 20 27 30 30 27 30	2, 7 2-3 7 3 10 11, 16 10 19 19 25 19 29 29 31 24	5, 9 5, 7 7, 9 5 12 8 12 24 24 23 23 31 31 31 24	1, 7 1, 3 1, 8 8, 13 8, 16 13 13, 17 16 22 15 22 22 31 23 23 31	6 – прослушивание романсов 14 – упражнения на растяжку, сон 21 – чтение 28 – массаж
	1-5 ИЮЛЯ	6 ИЮЛЯ	7-20 ИЮЛЯ	21 ИЮЛЯ	22-31 ИЮЛЯ
АВГУСТ	3, 7 8 3, 7 9 11 11 11 17 17 16 16 22 29 29 22 29	10 10 17 10 16 15 21 31 21 24 24 31 31	2 11 3, 8 3 8 18 11 18 18 23 24 23 24 30 30	5, 13 3, 6 3, 5 5 14 14 13 6 20 20 14 13 25 25 20 20	4 – виньяса-йога 12 – хорошая книга, кофе с корицей 19 – ягоды в меню 26 – решение головомок
	1-3 АВГУСТА	4 АВГУСТА	5-18 АВГУСТА	19 АВГУСТА	20-31 АВГУСТА
СЕНТЯБРЬ	4, 9 4, 7 2, 7 4 16 15 17 21 21 26 21 27 27 27 26	5 13-14 5 19 14 17 19 30 19 22 22 30 30	6 1 1, 7 8 20 6 8 20 28 7 20 28 29 28 29	2, 9 1, 10 2 1, 12 12, 21 14 10, 12 14 28 20 14, 21 21 30 29-30 28, 30 28-29	3 – суставная гимнастика 11 – ванна с солью 18 – чтение, добрая комедия 24 – парные танцы
	1-2 СЕНТЯБРЯ	3 СЕНТЯБРЯ	4-17 СЕНТЯБРЯ	18 СЕНТЯБРЯ	19-30 СЕНТЯБРЯ
ОКТАБРЬ	6, 9 6 9, 12 12 12, 16 12 16 26 26 15 21 31 31 21, 26 31	3, 5 3, 11 5 3 12 12, 18 20 30 19 20 25 29 25	5, 11 4 6, 11 13 13 6 13 22 23 14, 22 23 23 31 31 31	1, 5 5, 7 1, 5 1, 7 8 12 7 12 16 16 12 16 27 28 28 28	2 – поездка за город 10 – пенная ванна 17 – какао с маршмэллоу 24 – медитация
	1 ОКТАБРЯ	2 ОКТАБРЯ	3-16 ОКТАБРЯ	17 ОКТАБРЯ	18-31 ОКТАБРЯ
НОЯБРЬ	3, 8 3, 6 6, 8 8 15, 19 14 14, 19 24 24 25 25 29 29 30 28	2, 7 2, 5 7 5 14 13, 15 13 19 22 19 30 30 28 30	2, 5 2, 4 4, 17 2 18 17 24 5 24 24 29 24 30 29 30 29	7, 11 8, 10 7, 12 10, 11 21 12, 22 20 21, 24 24 26 24, 27 26 28 29 29 29	1 – шоколад 9 – ароматерапия 16 – планирование отпуска 23 – контрастный душ
	1 НОЯБРЯ	2-15 НОЯБРЯ	16 НОЯБРЯ	17-30 НОЯБРЯ	
ДЕКАБРЬ	3, 7 3, 5 5, 7 3 13 12 13 19 19-20 18 20 28 28 28 28	2, 6 6, 10 2 2 11, 20 11 17 20 26 17, 27 26 30 30	7, 14 14 7 16 22 16, 18 17 22 26 27 22 27 29 29 27	5, 10 4, 6 5, 6 4, 5 17, 22 9, 11 9, 10 11, 17 24 22 17, 25 27 27, 29 28 28-29 29	1 – массаж стоп 8 – прогулка в парке 15 – новогодние поделки, шопинг 23 – цитрусовые
	1 ДЕКАБРЯ	2-14 ДЕКАБРЯ	15 ДЕКАБРЯ	16-30 ДЕКАБРЯ	31 ДЕКАБРЯ

- Условные обозначения:
- стрижка
 - окрашивание
 - уходовые процедуры
 - биозавивка
 - маникюр, педикюр
 - уход за кожей
 - инъекционная косметология
 - операционная косметология
 - баня
 - бассейн
 - оздоровительные и лечебные ванны
 - гидромассаж
 - силовые упражнения
 - кардио-нагрузка
 - лечебная физкультура
 - массаж

Условные обозначения: – растущая Луна, – убывающая Луна, – новолуние, – полнолуние.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
07.15 Мультфильмы. (0+)
08.20 «Снежные дорожки». Мультфильм. (0+)

05.30 «ХИЖИНА». (16+)
07.40 «12 ЛЕТ РАБСТВА». (16+)
10.10 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!». (16+)

05.30 Мультсериалы. (6+)
07.20 «СМЕРТЕЛЬНЫЕ ИЛЛЮЗИИ». (12+)

ДОМ КИНО
06.55 «Три богатыря и Наследница престола». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.10 «МЫ УМИРАЕМ МОЛОДЫМИ!». (18+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.55 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (12+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.00 «50 ПЕРВЫХ ПОЦЕЛУЕВ». (16+)

РОДНОЕ КИНО
00.25, 01.20, 02.20 «КРОТ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
07.35 «ВТОРАЯ ЖИЗНЬ». (16+)

CINEMA
06.55 «НА ГРАНИ». (16+)

red .RED
06.00, 06.25, 17.30, 17.55 Дизайн от А до Я. (16+)

РЕТРО
06.50 «ПРО ДРАКОНА НА БАЛКОНЕ, ПРО РЕБЯТ И САМОКАТ». (12+)

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

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)

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

ТВ 21
07.00 «МУЖЬЯ И ЖЕНЬЮ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00, 02.50 «ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ ОТ ОДИНОКОЙ ЖЕНЩИНЫ С ТРЕМЯ ДЕТЬМИ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА». (12+)

ПОБЕДА
04.40 «Путь к Победе». (16+)
05.30 «ЧАКЛУН И РУМБА». (16+)

ПЯТНИЦА
05.00 Кондитер. Торт «Единорог» для Анны Седоковой. (16+)

Ю
05.05, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00, 00.50, 01.45 «ВЕЛИКАЯ». (12+)

VIJU HISTORY
06.15 Тони Робинсон и Британия на пленке. (16+)

ДОКТОР
06.00, 12.00, 18.20, 23.50 О самом главном. Как справиться с укушиванием? (12+)

06.00, 12.00, 18.20, 23.50 О самом главном. Как справиться с укушиванием? (12+)

УСАДЬБА
06.00, 06.25, 12.25, 12.50, 20.50, 03.50, 04.20 Дачные радости. (12+)

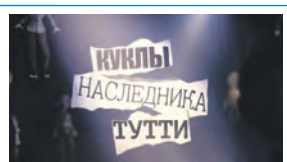
ОХОТА И РЫБАЛКА
06.00, 11.00, 16.00, 21.00, 23.30, 00.00, 00.30 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)

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

00.00, 13.00 Фитнес-бикини 2.0. (12+)

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

ПЕРВЫЙ



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

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 Информационный канал. (16+)
11.30 Новости (с субтитрами)
12.00 Итоги года с Владимиром Путиным. Прямая трансляция
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.30 Информационный канал. (16+)
19.55 Премьера. «Куклы наследника Тутти». (16+)
21.00 «Время»
22.00 «ИЩЕЙКА». НОВЫЕ СЕРИИ. (16+)
23.00 «Большая игра». (16+)
00.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Космические истории». (16+)
00.45 ПОДКАСТ.ЛАБ «Креативные индустрии». (16+)
01.30 ПОДКАСТ.ЛАБ «Пусть не говорят, пусть читают». (16+)
02.15 ПОДКАСТ.ЛАБ «Собрались с мыслями». (16+)
03.00 ПОДКАСТ.ЛАБ «Драгоценные истории». (16+)
03.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Произвольная программа». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «Известия». (16+)
05.45 «КУПЧИНО». (16+)
08.35 «День ангела». (0+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА». (16+)
11.25 «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 02.40 «СЛЕД». (16+)
21.25 00.30 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
22.20 01.15 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск». (16+)
03.55 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести. Местное время
09.30 Утро России
09.55 О самом главном. (12+)
11.00 Вести
12.00 Итоги года с Владимиром Путиным. Прямая трансляция
15.00 «60 минут». (12+)
17.00 Вести
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.05 Вести. Местное время
21.20 «ТАЙНЫ СЛЕДСТВИЯ». (16+)
Ухаживающий за Колонковой оперативник Игорь Зольников отправляется погостить на дачу к своему приятелю-напарнику Широкову. На даче кто-то убивает Широкова выстрелом в сердце. Зольников ранен. Дело поручено Швецовой. В доме Широкова оружие не найдено, оба оперативника своё табельное сдали.
23.30 Вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
02.05 «СКЛИФОВСКИЙ». (12+)
Пока Брагин в отъезде, Марина изучает модели детских колясок, руководствуясь советами Нины. Она рассказывает ей последние новости об Эмме и Тамаре. Нина торопит Марину с заключением контракта с роддомом.
04.00 «МОРОЗОВА». (16+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 05.00 «ЖДИ МЕНЯ». (16+)
07.00 «Сегодня утром». (12+)
09.00 13.00 17.00 19.00 Новости дня. (16+)
09.15 21.00 «Открытый эфир». (16+)
11.00 23.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТSONА». (12+)
12.50 18.50 «Специальный репортаж». (16+)
13.25 19.55 «По горячим следам». (16+)
13.45 15.05 17.15 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
18.00 «Освенцим». (16+)
20.10 «Код доступа». (12+)
22.45 «Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)
00.50 «ТАСС УПОЛНОМОЧЕН ЗАЯВИТЬ...» (12+)

ТВУ ТВЦ



11.50 «СТРЯПУХА: КОНФЕТНАЯ ЛЕДИ». (12+)

- 06.00 «Настроение»
08.10 «Доктор И...». (16+)
08.40 «АЛИСА ПРОТИВ ПРАВИЛ-2». (16+)
10.40 «Актерские драмы. Предательское лицо». (16+)
11.30 События
11.50 «СТРЯПУХА: КОНФЕТНАЯ ЛЕДИ». (12+)
13.40 «Мой герой». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ПРИГЛАСИ В ДОМ ПРИЗРАКА». (12+)
16.55 «Русские тайны». (16+)
17.50 События
18.10 «Я ИДУ ТЕБЯ ИСКАТЬ. ФАРФОРОВЫЕ МУДРЕЦЫ. ОРЁЛ НЕ ЛОВИТ МУХ». (12+)
Россия, 2022 г. Детектив.
22.00 События
22.35 «10 самых...» (16+)
23.05 «Актерские драмы. Власть денег». (16+)
00.00 События. 25-й час
00.30 «Петровка, 38». (16+)
00.45 «Охота на маньяка. Дело ивановского изверга». (16+)
01.25 «Хрущев против Берии. Игра на вылет». (16+)
02.05 «Как Горбачев пришел к власти». (12+)
02.50 «ПРИГЛАСИ В ДОМ ПРИЗРАКА». (12+)
04.15 «Большое кино». (16+)
04.40 «Актерские драмы. Предательское лицо». (16+)
05.20 «Мой герой». (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «Большая страна». (12+)
06.50 «Моя история». (12+)
07.30 20.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 15.00 18.00 Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 18.20 01.50 ОТражение
10.10 11.05 20.30 21.20 «ЛАНЦЕТ». (16+)
12.00 Итоги года с Владимиром Путиным
15.10 «ДВА ФЕДОРА». (12+)
16.30 01.15 «Большая страна: сюжеты». (12+)
17.00 «Коллеги». (12+)
17.40 «Песня остаётся с человеком». (12+)
22.15 «ПОП». (16+)
00.20 «От парада до Оскара. История одного фильма». (12+)

НТВ НТВ



20.00 «ЛИХАЧ». (16+)

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «ПЁС». (16+)
Двое копателей находят саквояж в доме под снос, но не успевают посмотреть его содержимое, как на них нападает неизвестный. Один кладоискатель погибает, второй скрывается.
10.00 «Сегодня»
10.35 «Место встречи»
12.00 Итоги года с Владимиром Путиным. Прямая трансляция
15.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.45 «За гранью». (16+)
17.50 «ДНК». (16+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЛИХАЧ». (16+)
Новое звание полковника и назначение на должность не радуют Сотникова из-за известия, что Кувалдина отпустили на свободу, несмотря на все усилия Лихача и гибель Нади Зверевой. Лихач требует у Карапетяна продолжения расследования, но для этого нет оснований.
23.35 «Сегодня»
00.00 «ЛИХАЧ». (16+)
00.55 «Поздняков». (16+)
01.10 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
02.00 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА». (16+)
06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 «Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30 «Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 «Сити». (12+)
13.45 16.40 01.40 «Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.35 «Московский патруль». (16+)
23.30 02.30 «Рейд 112». (16+)
00.10 «Мослестерий». (12+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

РОССИЯ К Культура



06.30 «Пешком...»

- 06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 15.15 «Новый взгляд на доисторическую эпоху»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.55 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»
10.00 12.30 17.00 19.30 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 01.10 XX век
12.45 Новости. Подробно. Театр
13.00 «Запечатленное время»
13.30 13.50 14.10 00.10 00.30 00.50 «ПОРУС»
14.30 Абсолютный слух
16.10 «Сказки из глины и дерева»
16.20 «Эдуард Грач. Круговорот жизни». К 90-летию со дня рождения Валентина Тернявского
17.15 «Пряничный домик»
17.45 Мастера фортепианного искусства
18.35 «Роман в камне»
19.00 Уроки русского. Чтения
19.45 Главная роль
20.05 «Семинар»
20.45 «Спокойной ночи, малыши!»
21.05 «Белое солнце пустыни». Для кого ты добрая, госпожа удача?»
21.45 «Энигма»
22.30 «БЕГ ИНОХОДЦА»
23.50 «Забывшее ремесло»
02.20 «Сергей Доренский. Уроки мастерства»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 «Вкусно 360». (12+)
06.40 21.05 «Не факт». (16+)
08.00 09.00 12.00 18.00 20.00 21.00 «Новости 360»
08.05 09.05 15.10 16.05 «Невероятная наука-2». (12+)
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.05 14.10 17.40 04.30 «Внимание, еда!» (12+)
11.30 «Неравнодушные». (16+)
12.30 «Зима в Подмоскowie». (12+)
13.05 01.10 «Инспектор Travel». (12+)
13.35 «Суперферма». (12+)
14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
15.00 «Новости МО». (16+)
17.00 «Викторина 360». (0+)
18.15 20.10 «Док. кино». (16+)
23.50 «Шестое чувство». (12+)
00.40 «Тет-а-тет с Марусей». (16+)

СТС СТС



20.00 «ЭКИПАЖ». (16+)

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (16+)
07.25 Суперниндзя. (16+)
10.25 «СЕКРЕТ. ОСМЕЛЬСЯ МЕЧТАТЬ». (12+)
12.40 «Стражи терракоты». (12+)
В древние времена императоры создали каменных воинов. Многие века эти бойцы стояли в бессмертной темноте, время на них не влияло. Они стояли наготове в вечном ожидании, пока однажды свет не пробилсь сквозь тьму...
14.55 «КИЛЛЕРЫ». (16+)
16.55 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
20.00 «ЭКИПАЖ». (16+)
Россия, 2016 г. Фильм-катастрофа. В ролях: Данила Козловский, Владимир Машков, Агне Грудите. Своенравный молодой пилот Алексей Гуцин имеет высокие моральные принципы и порою не подчиняется приказам начальства, за что его выгнали из пограничных войск, а также из военной и военно-транспортной авиации с плохой характеристикой.
22.50 «ГОНКА СО ВРЕМЕНЕМ». (16+)
00.35 «ЗОВ ВОЛКА». (16+)
02.35 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
04.55 «6 кадров». (16+)
05.05 «Мультфильмы». (16+)
05.50 Ералаш. (6+)
06.05 «Мой район». (16+)
07.55 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
09.30 «Тайны нашей эстрады». (12+)
10.00 17.00 03.35 «Тайны кино». (12+)
10.45 20.00 «МЫ С ВАМИ ГДЕ-ТО ВСТРЕЧАЛИСЬ». (12+)
12.25 21.35 «ТАБАЧНЫЙ КАПИТАН». (6+)
13.55 «УКОЛ ЗОНТИКОМ». (12+)
15.35 «ДЕЛО №306». (12+)
17.50 «Звёзды советского экрана». (12+)
18.20 «УБИЙСТВО В ТРЁХ АКТАХ». (16+)
23.00 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (12+)
01.15 «ЗАГАДКА МЕРТВЕЦА». (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

REN	TNT	ТВ-3	Че!	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
 20.00 «ХЕЛЛБОЙ». (16+)	 22.00 «Однажды в России». (16+)	 19.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+)	 20.00 Охотники. (16+)	 12.35 Специальный репортаж. (12+)	 12.50 «Знахарка». (16+)	
05.00 18.00 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 06.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 09.00 «Документальный спецпроект». (16+) 10.00 «Засекреченные списки». (16+) 11.00 «Как устроен мир с Тимофеем Баженовым». (16+) 12.00 16.00 19.00 Информационная программа 112. (16+) 13.00 23.30 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 15.00 «Неизвестная история». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+) 20.00 «ХЕЛЛБОЙ». (16+) 22.15 «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «НЕ ВХОДИ». (18+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «САШАТАНЯ». (16+) 18.30 «ДЕВУШКИ С МАКАРОВЫМ». (16+) Премьера. Макаров не знает, как ему признаться Маргарите, что у него скоро будет ребёнок от Леры. Куренков собирается на рок-фестиваль, а Туркина не может определиться, ехать с ним или нет. 22.00 «Однажды в России». (16+) 23.00 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+) США, 2008 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Кэмерон Диас, Эштон Кутчер, Роб Кордри. После бурной ночи в Лас-Вегасе двое незнакомых людей просыпаются в одной постели... 01.00 «Импровизация. Команды». (16+) 02.40 «Студия «Союз». (16+) 05.00 «Импровизация». (16+)	06.00 Утренние гадания. (16+) 06.15 «Мультфильмы». (0+) 08.15 «Слепая». (16+) 09.15 Утренние гадания. (16+) 09.30 Гадалка. (16+) 11.15 Знаки судьбы. (16+) 12.20 Гороскоп от Василисы Володиной. (16+) 12.25 Мистические истории. (16+) 13.30 Охотники за привидениями. (16+) 14.30 Кадони шоу. (16+) 15.30 Гадалка. (16+) 17.15 «Слепая». (16+) 19.30 «ЛЕСНИК: СВОЯ ЗЕМЛЯ». (16+) Напарник Зубова, Антонов, на своём участке задерживает браконьера Савина - тот незаконно подстрелил кабанчика. 23.45 Последний герой. (16+) 01.15 Экстра такси. (16+) 01.45 «ПРЕЗУМПЦИЯ НЕВИНОВНОСТИ». (16+) 04.30 «Мультфильмы». (0+)	06.00 Улётное видео. (16+) 08.30 Решала. (16+) Какой трудной ни была бы проблема - её надо решать! Поэтому на российском телевидении появился «Решала». Ведущий проекта Влад Чижов - блогер, который ведёт свой паблик в сети и помогает жертвам мошенников вернуть деньги и восстановить справедливость. 10.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 17.00 Улётное видео. (16+) Сборник самых смешных и невероятных видео со всей планеты. Герои передачи заставят смеяться даже самого грустного или расстроенного зрителя. Это лучший антидепрессант и панацея от плохого настроения. Все серии шоу пропитаны искромётным юмором. 20.00 Охотники. (16+) 21.00 Решала. (16+) 23.00 Опасные связи. (18+) 02.45 Утилизатор. (12+)	06.00, 14.20 «Спортивный век». (12+) 06.30 «Вид сверху». (12+) 07.00, 10.00, 12.55, 14.50, 18.25, 03.55 Новости 07.05, 15.25, 19.40, 01.00 Все на Матч! 10.05, 12.35 Специальный репортаж. (12+) 10.25 «Игра миллионов». (12+) 11.25, 18.30 Футбол. Лига чемпионов. Обзор. (6+) 13.00 «Есть тема!» 14.55 «Большой хоккей». (12+) 16.05 «Бока Хуниорс». (12+) 20.30 Футбол. «Юнион» (Бельгия) - «Ливерпуль» (Англия). Лига Европы. Пр.тр. 22.45 Футбол. «Брайтон» (Англия) - «Марсель» (Франция). Лига Европы. Пр.тр. 01.55 Футбол. Лига Европы. (6+) 04.00 Волейбол. (6+)	06.30 По делам несовершеннолетних. (16+) 07.30 Давай разведёмся! (16+) 08.30 Тест на отцовство. (16+) 10.40 «Понять. Простить». (16+) 11.45 «Порча». (16+) 12.50 «Знахарка». (16+) 13.25 «Верну любимого». (16+) 14.00 «Голоса ушедших душ». (16+) 14.35 «ТО, ЧТО НЕЛЬЗЯ КУПИТЬ». (16+) 19.00 «НАСЛЕДСТВО». (16+) 23.25 «Понять. Простить». (16+) 00.30 «Порча». (16+) 01.25 «Знахарка». (16+) 01.50 «Верну любимого». (16+) 02.20 «Голоса ушедших душ». (16+) 02.45 Тест на отцовство. (16+) 04.25 Давай разведёмся! (16+)	

ДОСТОЙНАЯ СТАРОСТЬ

Не надо подробно рассказывать, в каком незавидном положении в наши дни пребывают российские пенсионеры, существующие на одну лишь невеликую пенсию. А если гражданин еще и взял кредит, имеющий скрытые комиссии, или попал в иные долговые обязательства, то получается, что выхода из такой ситуации просто нет. Однако это не так – МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ предлагает воспользоваться уникальной программой пожизненной ренты, разработанной специально для нуждающихся пенсионеров города Москвы и Подмосковья.

Профессиональный плательщик ренты – это огромная ответственность, ведь мы имеем дело с пожилыми людьми, брошенными близкими на произвол судьбы. И лишь в наших силах обеспечить им достойное качество жизни

и необходимый уход. Приоритетное направление МОСКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ЦЕНТРА РЕНТЫ – рентные отношения, которые, помимо денежных выплат и помощи, сохраняют клиенту право пожизненного проживания в своей квартире.

Все виды договоров по ренте полностью законны и прозрачны. Любая сделка по ренте проходит нотариуса, а далее – государственную регистрацию в Федеральной регистрационной службе. Таким образом, любые махина-

ции исключаются полностью: клиент будет жить в своей квартире, а так же с помощью МОСКОВСКОГО ГОРОДСКОГО ЦЕНТРА РЕНТЫ он обретает не только материальный достаток, но и получает деятельную помощь и заботу, в которой так нуждаются все пожилые люди. Наша компания организовала собственную социально-патронажную службу с широчайшими возможностями. Ответственные и компетентные сотрудники всегда окажутся рядом, когда это необходимо: сходят в магазин или аптеку за покупками, составят компанию на прогулке, возьмут на

себя бытовые хлопоты: поддержание чистоты в квартире, приготовление пищи, ремонт по дому (в том числе бытовых приборов и сантехники, а также их замену). Наши опытные сиделки обеспечат пожилому человеку всю необходимую помощь и профессионально выполнят все предписания лечащего врача. Широчайший комплекс услуг предоставляемый МОСКОВСКИМ ГОРОДСКИМ ЦЕНТРОМ РЕНТЫ – удовлетворит потребности любого пенсионера. Стань частью нашего дружного коллектива!!! Измени свою жизнь к лучшему!!!

КВАРТИРА КАК КАПИТАЛ

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ ПОМОЩЬ ПО ДОГОВОРУ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ

МЫ ГАРАНТИРУЕМ:
 → Единовременную крупную выплату
 → Ежемесячные платежи (вторая пенсия)
 → Оплату коммунальных услуг
 → Помощь по хозяйству

ПОЖИЗНЕННОЕ ПРОЖИВАНИЕ В СВОЕЙ КВАРТИРЕ

Ваш возраст – ваше преимущество
 ☎ 8 (495) 641-66-41
 000 «МГЦР» ОГРН 1147746620636. РЕКЛАМА

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 эстетики не отличается от своих зубов и биосовместима со слизистой. Это очень актуально для пациентов, страдающих пародонитом.
 – 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 парадонит – 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. ЛО-77-01-004192
 от 20.09.2011 г.

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.45, 07.50 Мультфильмы. (0+)
07.30 Мультфильм. (6+)
08.10 «ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (16+)
10.45 «ЧЕЛОВЕК НА ПОЛУСТАНКЕ». (12+)

TV1000 VIJU TV1000

05.55 «Замбезия». Мультфильм. (6+)
07.25 «УЛЫБКА МОНЬ ЛИЗЫ». (12+)
09.45 «ЛАРРИ КРАУН». (12+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код». «Фиксики», «Смешарики». Мультсериалы. (6+)
07.05 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

06.40 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». Мультфильм. (6+)
08.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+ ИЛЛЮЗИОН

00.50 «ПАРАЗИТЫ». (18+)
02.50 «РАДИОСПЫШКА». (16+)
04.25 «ОБЛАСТИ ТЬМЫ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

07.00 «СЕСТРЕНКА». (16+)
08.35 «ЖИЗНЬ ВПЕРЕДИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

01.05 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)
03.15 «ОТПЕТЫЕ МОШЕННИКИ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.25, 01.20, 02.20 «КРОТ». (12+)
03.10 «ХОЧУ В ТЮРЬМУ». (16+)

РУССКИЙ РОМАН

06.50 «ЗЕРКАЛА ЛЮБВИ». (12+)
10.25 «ЗА ПЯТЬ МИНУТ ДО ЯНВАРЯ». (12+)

CINEMA

07.15 «РОБИН ГУД: НАЧАЛО». (16+)
09.10 «ЛЮБОВЬ НА КОНЧИКАХ ПАЛЬЦЕВ». (18+)

red .RED

06.00, 06.20, 17.30, 18.00 Дизайн от А до Я. (16+)

РЕТРО

06.35 «ДЕВОЧКА ИЩЕТ ОТЦА». (0+)
08.00 «ДЕРЕВЕНСКИЕ КАНИКУЛЫ». (12+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.35 «Буба». «Готовим с Бубой». Мультсериалы. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00, 00.00, 01.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)

СТС LOVE

06.00 «Три коты». Мультсериал. (0+)
09.10 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

ТВ 21 ТВ21

07.00 «БРАТЬЯ Ч». (16+)
08.55 «НЕВЕРНО». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

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

ПОБЕДА

05.30 «Путь к Победе». (16+)
06.30 «ЭКИПАЖ». (16+)
08.30 «ЗНАХАРЬ». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Кондитер. (16+)
06.10 Пятница News. (16+)
06.50 Гастротур-2. Санкт-Петербург. (16+)

Ю

05.10, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.35 «КЛОН». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

02.10, 05.50 Легенды науки. (12+)
02.40 Найти и рассказать. (12+)

HISTORY

06.00 Первая мировая война: Туннели смерти. (12+)

VIJU HISTORY

06.00, 12.50, 18.10, 00.05 О самом главном. Профилактика аллергии. (12+)

ДОКТОР

06.00, 12.50, 18.10, 00.05 О самом главном. Профилактика аллергии. (12+)

Усадьба

06.00, 06.25 С фермы на стол. (12+)
06.45, 00.45 Букварь дачника. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 10.55, 16.00, 21.05, 23.35, 00.05, 04.45 Фотохота с Евгением Полонским. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 10.55, 16.00, 21.05, 23.35, 00.05, 04.45 Фотохота с Евгением Полонским. (16+)

ЖИВИ!

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

СПОРТ

- МАТЧ! СТРАНА
06.00, 13.05 Волейбол. Чемпионат России. Рэгби Суперлига. Мужчины. (6+)
07.50, 10.00, 13.00, 15.55 Новости
07.55 «Жизнь - подарок!» Документальный фильм. (12+)
08.45 «Мой первый тренер. Мария Вадеева». (12+)
09.00 «Пара на дистанции. Алексей и Татьяна Мишины». (12+)
09.15, 11.55, 15.10, 21.05, 01.55 «Страна спортивная». Специальный репортаж. (12+)
09.30, 18.50, 03.35 «Вид сверху». (12+)
10.05, 19.15 Волейбол. Чемпионат России. Рэгби Суперлига. Мужчины. «Локомотив» (Новосибирск) - АСК (Нижний Новгород). (6+)
12.10 «Лица страны. Диана и Сергей Рябовы». (12+)
12.30 «бхб». Волейбольное обозрение. (12+)
14.55 «Лица страны. Игорь Гривенников». (12+)
15.25, 21.25 «Ручная работа». (12+)
16.00, 22.20 Специальный репортаж. (12+)
16.20, 16.50 Баскетбол 3х3. Winline Чемпионат России. Женщины. Трансляция из Архангельска. (6+)
17.20 Баскетбол 3х3. Winline Чемпионат России. Мужчины. Трансляция из Архангельска. (6+)
18.20, 21.50 «Большой хоккей». (12+)
22.40 «Есть тема!». (16+)
23.50 Профессиональный бокс. Альберт Батыргазиев (Россия) - Лазаро Альварес (Куба). Бой за титул чемпиона мира IBA. Трансляция из ОАЭ. (16+)
02.15 «На гребне северной волны». Документальный фильм. (6+)
03.00 «Физруки. Будущее за настоящим». (6+)
04.05 «География спорта. Республика Алтай». (12+)
04.35 Художественная гимнастика. Небесная грация. Прямая трансляция из Китая

МУЗЫКА

- МУЗ-ТВ
05.00 Муз'итив. (16+)
06.00 Каждое утро. (16+)
06.40 PRO-новости. (16+) Мы знаем о звёздах всё!
07.00 Каждое утро. (16+)
08.40 PRO-новости. (16+)
09.00 Новое радио чарт. (16+)
10.00 Плейлист. Зима. (16+)
10.30 МузРаскрутка. (16+)
11.00 WEB чарт. (16+)
12.00 Хиты по-русски. (16+)
13.00 Прогноз по году. (16+)
14.00 Плейлист. Зима. (16+)
15.00 PRO-новости. (16+)
15.20 В десятку! (16+)
16.00 Лайкер. (16+)
17.00 Прогноз по году. (16+)
18.00 PRO-новости. (16+)
18.20 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
19.20 Хит-Сториз. Лада Дэнс «Аромат любви». (16+)
20.00 Топ-30. Русский плейлист недели. (16+)
22.00 Спасите наши уши! Песни-вируссы. (16+)
23.00 PRO-новости. (16+)
23.20 Плейлист. Зима. (16+)
00.30 Рок-но-стоп. (18+)
01.30 Муз'итив. (16+)
03.00 Золотая лихорадка. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- МУЛЬТ
06.00, 11.00, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
06.20 «Мини-Мишки». (0+)
07.00, 12.00, 16.00 «Время малышей». (0+)
08.00 «Роботы-поезда». (0+)
08.15, 13.30 «Маша и Медведь». (0+)
09.00 «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)
09.45, 14.30, 17.00, 21.05 «Фиксики. Новенькие». (0+)
10.25 «Геройчики». (0+)
11.35 «Чик-Чирикино». (0+)
13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)
14.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
15.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
15.30 «Буба». (6+)
17.30 «Простоквашино». (0+)
18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)
18.30 «Лунтик». (0+)
20.00 «Сказочный патруль». (0+)
20.35 «Маша и Медведь». «Машины страшилки». «Машины сказки». (0+)
21.35 «Турбозавры». (0+)
22.05 «Смешарики». (0+)
22.35 «Бодо Бородо. БОДОпутешествия». (0+)
05.00, 13.00, 21.00 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)
05.50, 13.50, 21.50 «Цып-цып». (0+)
06.00, 14.00, 22.00 «Доставка Пиквика». (0+)
07.00, 15.00, 23.00 «Чик-зарядка». (0+) Утренняя зарядка с веселым цыпленком Лимончиком.
07.05 «ВВП петс». (6+)
07.30, 15.30, 23.30 «Три кота». (0+) Увлекательные истории из жизни трех маленьких любознательных котят: Коржика, Компота и их младшей сестренки Карамельки.
09.40, 17.40, 01.40 «Доктор Малышкина». (0+)
09.45, 17.45, 01.45 «Динозавры». (0+)
09.50, 17.50, 01.50 «Спроси у ТриО!». (0+)
09.55, 17.55, 01.55 «Мой музей». (0+)
10.00, 18.00, 02.00 «Оранжевая королева». (0+)
11.45, 15.05, 19.45, 23.05, 03.45 О! Музыка! (0+)
12.00, 20.00, 04.00 «Команда СТИМ!». (6+)
06.00 «Фиксики». (0+)
07.00 «Бодо Бородо». (0+)
09.00 «Простоквашино». (0+)
11.00 «Три кота». (0+)
13.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
14.00 «Фиксики». (0+)
16.00 «Простоквашино». (0+)
17.30 «Бодо Бородо». (0+)
18.30 «Фиксики». (0+)
20.00 «Буба». (0+)
Однажды в одной квартире неожиданно появился новый обитатель - маленький домовёнок по имени Буба. Похоже, Буба пропустил много лет человеческой эволюции, и теперь каждая вещь и комната для него - загадка, которую он очень хочет разгадать.
21.00 «Простоквашино». (0+)
23.25 «Буба». (0+)
01.00 «Фиксики». (0+)
02.40 «Три кота». (0+)
05.00 Ранние птицы. «Приключения Тайо», «Маша и Медведь», «Лунтик», «Ми-Ми-Мишки». (0+)
07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.35 «Петроникс». (0+)
08.05 «ВВП петс». (6+)
08.30 «Катя и Эф. Куда-Угодно-Дверь». (0+)
10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)
10.45 «Мастерская «Умелые ручки»: Кактус». (0+) Зелёный, колючий, живёт в пустыне или на подоконнике... Догадаться, что это? Конечно, кактус! Криворучка захотела, чтобы у неё в мастерской появился кактус. Но с колючками, которые не колются. Мастер Ксюша подскажет, как смастерить такой чудесный кактус. Подробности - в очередном выпуске программы «Мастерская «Умелые ручки»!
11.05 «Маша и Медведь». (0+)
12.30 «Петроникс». (0+)
12.45 «Инфинити Надо». (6+)
13.00 «Дикие скричеры». (6+)
13.25 «Диностер». (6+)
14.00 «Навигатор. Новости». (0+)
14.10 «Лекс и Плу. Космические таксисты». (6+)
15.00 Час «Союзмультфильма». (6+)
16.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!». (0+)
16.15 «Клуб Винкс». (6+)
17.10 «Турбозавры». (0+)
18.10 «Край Бебис. Волшебные слёзки». (0+)
18.25 «Цветяшки!». (0+)
18.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.45 «Три кота». (0+)
22.00 «Тобот. Детективы Галактики». (6+)
22.30 «Флип Чейнджер». (6+)
22.45 «Шаранавты. Герои космоса». (6+)
23.00 «Фьюжи Макс». (6+)
23.25 «Макс Грин и инопланетяне». (6+)
00.40 «Фиксики». (0+)
01.50 «Барбоскины». (0+)
03.50 «Белка и Стрелка. Озорная семейка». (0+)

ДЕТСКИЙ МИР

- 06.00, 12.35, 18.00, 00.35 «Фиксики». (6+)
06.30, 08.25, 12.00, 15.55, 18.30, 20.25, 00.00 «Тима и Тома». (0+)
07.00, 13.00, 19.00, 01.00 «Смешарики. Новые приключения». (6+)
07.30, 19.30 «Ювик с планеты Ю». (12+)
07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Три и Радужное королевство». (6+)
08.45, 16.15, 20.45 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)
08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)
09.30, 17.00, 21.30 «Команда Флоры». (6+)
09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)
11.50, 15.45, 23.50, 03.45 «Енотки». (0+)
14.10, 02.10 «Супер МЯУ». (0+)
14.25, 02.25 «Большое путешествие. Специальная доставка». (6+)
22.00 «Бабушкины сказки». (12+)
22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

- 06.00 «Фиксики». (0+)
07.00 «Бодо Бородо». (0+)
09.00 «Простоквашино». (0+)
11.00 «Три кота». (0+)
13.00 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
14.00 «Фиксики». (0+)
16.00 «Простоквашино». (0+)
17.30 «Бодо Бородо». (0+)
18.30 «Фиксики». (0+)
20.00 «Буба». (0+)
Однажды в одной квартире неожиданно появился новый обитатель - маленький домовёнок по имени Буба. Похоже, Буба пропустил много лет человеческой эволюции, и теперь каждая вещь и комната для него - загадка, которую он очень хочет разгадать.
21.00 «Простоквашино». (0+)
23.25 «Буба». (0+)
01.00 «Фиксики». (0+)
02.40 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- СПАС
05.00 День Патриарха. (0+)
05.10 «СЫН ПОЛКА». (0+)
06.40 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)
11.00 Крым благословенный. (0+)
12.05 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
13.05, 13.30 Монастырская кухня. (0+)
14.00 Восход Победы. Падение блокады и Крымская ловушка. (0+)
15.00, 16.25 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». 3-4 серии. (12+)
18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
20.55 Дорога на Славяnsk. (16+)
22.00, 22.30 Поле битвы. (16+)
23.05 Простые чудеса. (12+)
00.05 День Патриарха. (0+)
00.20 В поисках Бога. (6+)
00.50 Прямая линия. Ответ священника (с сурдопереводом). (12+)
01.45 Святыни России. (6+)
02.40 Поле битвы. (16+)
03.10 Лестница. (6+)
03.40 Восход Победы. Падение блокады и Крымская ловушка. (0+)
04.30 Царская дорога. Фильм 4: Наш святой вернулся. (0+)

Православный календарь

14 декабря
Седмица 28-я по Пятидесятнице. Глас 2.
Прор. Наума.



Прав. Филарета Милостивого. Мч. Анании Персянина.

Рождественский пост.
Разрешается рыба.

«Когда непокорные люди пользуются одинаковой честью наравне с покорными, то они больше предаются злу и нелегко отстают от порока».
Свт. Иоанн Златоуст

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3х3 цифры не повторялись.

1 3x3 grid with numbers 1, 4, 3, 5, 8, 2, 5, 7, 4, 6, 9, 5, 3, 6, 8, 9, 6, 3, 4, 2, 5, 1, 8

2 3x3 grid with numbers 5, 2, 4, 9, 6, 1, 3, 4, 6, 1, 2, 2, 1, 7, 8, 4, 5, 2, 3, 7, 2, 2, 6, 8, 1, 7, 9, 4, 5, 1, 8, 9, 5, 7, 4, 2, 3, 4, 8, 1, 2, 4, 3, 5, 9, 7, 6

3 3x3 grid with numbers 8, 1, 4, 2, 6, 4, 7, 3, 9, 4, 5, 7, 3, 1, 8, 2, 6, 5, 7, 3, 1, 8, 9, 2, 6, 1, 5, 7, 1, 8, 9, 7, 5, 2, 4, 7, 6, 5, 5, 7, 2, 3, 6, 1, 8, 9, 4, 7, 6, 2, 9, 8, 5, 3, 1, 4, 7, 6, 2, 9, 1, 6, 7, 2, 9, 3, 4, 8, 5, 2, 4, 9, 8, 6, 5, 7, 1, 3

4 3x3 grid with numbers 7, 4, 2, 5, 6, 3, 5, 7, 2, 6, 4, 3, 9, 5, 2, 9, 2, 6, 1, 5, 8, 4, 7, 3, 6, 9, 4, 5, 8, 7, 2, 3, 1, 1, 8, 3, 9, 2, 4, 7, 6, 5, 5, 7, 2, 3, 6, 1, 8, 9, 4, 7, 6, 2, 9, 8, 5, 3, 1, 4, 7, 6, 2, 9, 1, 6, 7, 2, 9, 3, 4, 8, 5, 2, 4, 9, 8, 6, 5, 7, 1, 3

5 3x3 grid with numbers 6, 3, 7, 9, 4, 1, 8, 6, 4, 5, 8, 1, 4, 9, 7, 3, 8, 7, 7, 5, 1, 4, 2, 9, 6, 9, 6, 2, 3, 7, 8, 1, 4, 5, 8, 7, 6, 9, 3, 2, 5, 1, 4, 2, 9, 6, 2, 1, 9, 7, 4, 5, 6, 3, 8, 4, 3, 5, 8, 6, 1, 9, 7, 2

6 3x3 grid with numbers 4, 9, 3, 6, 1, 5, 6, 3, 4, 5, 7, 8, 2, 1, 9, 2, 8, 6, 4, 5, 7, 3, 2, 1, 4, 5, 9, 8, 7, 3, 6, 2, 1, 4, 5, 9, 1, 7, 3, 2, 4, 5, 5, 4, 6, 3, 1, 7, 8, 2, 9, 1, 8, 7, 2, 9, 6, 3, 5, 4, 9, 2, 1, 4, 8, 6, 3, 5, 7, 8, 2, 5, 8, 6, 3, 1, 7, 4, 2, 9, 4, 7, 3, 2, 5, 9, 6, 8, 1, 3, 7, 9, 4, 8, 2, 5, 6, 1

СУДОКУ

Ответы

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

1 ПЕРВЫЙ



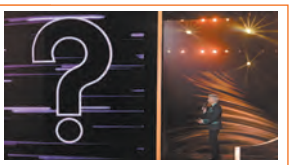
19.45 «Поле чудес». (16+)

05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости (с субтитрами)
09.20 Премьера. «Анти-Фейк». (16+)
10.00 «Жить здорово!» (16+)
10.50 Информационный канал. (16+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 Информационный канал. (16+)
15.00 Новости (с субтитрами)
15.15 Премьера. «Давай поженемся!». (16+)
16.05 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 Информационный канал. (16+)
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
18.40 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.45 «Поле чудес». (16+)
21.00 «Время»
21.45 «Фантастика». Следующий уровень. (12+)
23.40 «Матадор». «Откровение Фрэнсиса, или путешествие по Нангу вглубь себя». (16+)
00.40 «ВИЛЛА «КАПРИЗ». (16+)
02.35 ПОДКАСТ.ЛАБ «Неформат». (16+)
03.20 ПОДКАСТ.ЛАБ «Обман веществу». (16+)
04.05 ПОДКАСТ.ЛАБ «Свидетели Эйнштейна». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «Известия». (16+)
05.25 «КУПЧИНО». (16+)
09.00 «Известия». (16+)
09.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
Россия, 2015 г. Боевик. В ролях: Андрей Аверьянов, Владимир Маслаков, Егор Кутенков.
13.00 «Известия». (16+)
13.30 «БЕЛАЯ СТРЕЛА. ВОЗМЕЗДИЕ». (16+)
17.00 «Известия». (16+)
17.30 «СЛЕД». (16+)
23.10 «Светская хроника». (16+)
00.10 Они потрясли мир. (16+)
01.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-6». (16+)
02.25 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ ПЯТЁРКА-4». (16+)
03.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



21.30 «Дуэты». (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 Судьба человека с Борисом Корчевниковым. (12+)
16.00 Вести
16.30 «Малахов». (16+)
В программе Андрея Малахова зритель ждет встречи, которые тронут сердце, и герои, которые откроют душу.
17.30 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
21.15 Вести. Местное время
21.30 «Дуэты». (12+)
Третий сезон музыкального гранд-шоу «Дуэты», в котором популярные артисты исполняют любимые миллионами хиты. Но не так всё просто, как кажется на первый взгляд, ведь в шоу есть главная интрига: никому не известно, кто скрывается за зеркальной стеной и кто станет для каждого участника неожиданным партнёром по дуэту.
23.55 Шоу Большой Страны. (12+)
01.00 «ОШИБКА МОЛОДОСТИ». (12+)

★ ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

05.15 «ПРОЩАТЬСЯ НЕ БУДЕМ». (16+)
09.00 13.00 17.00 19.00
Новости дня. (16+)
09.35 03.00 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШЕРЛОКА ХОЛМСА И ДОКТОРА ВАТСОНА». (12+)
13.25 15.05 17.15 «ЯЛТА-45». (16+)
15.00 Военные новости. (16+)
18.00 «Донецкий Ньюнберг». (16+)
19.40 «Загадки века». (12+)
20.30 «Скрытые угрозы». (16+)
21.20 «Специальный репортаж». (16+)
22.00 «Здравствуйте, товарищи!» (16+)
23.30 «Музыка+». (12+)
00.50 «ТАСС УПОЛНОМOCHEH ЗАЯВИТЬ...» (12+)

ТВУ ТВЦ



22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой

06.00 «Настроение»
08.10 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
11.30 События
11.50 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
12.15 «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «ПРОГУЛКИ СО СМЕРТЬЮ». (12+)
16.55 «Русские тайны». (16+)
17.50 События
18.10 «ВЫСОКО НАД СТРАХОМ». (12+)
Россия, 2019 г. Детектив. В ролях: Роман Маякин, Настя Грибова. Лида напрасно надеялась, что в тихом провинциальном городке ей удастся быстрее восстановиться после развода. Вскоре ей начинает казаться, что дело не в психологической травме, а в служебной квартире. Собрав остатки сил, она тщательно обыскивает помещение.
20.00 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.00 «Хорошие песни». (12+)
00.55 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (0+)
03.10 «Петровка, 38». (16+)
03.25 «Владимир Ленин. Прыжок в революцию». (16+)
04.05 «Людмила Целиковская. Муза трёх королей». (16+)

ОТР ОТР

06.00 «Большая страна». (12+)
06.50 «Коллеги». (12+)
07.30 20.00 «Календарь». (12+)
08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 13.00 14.00 15.00 18.00
Новости
08.05 08.35 09.05 09.35 12.30 13.10 14.05 18.20
ОТражение
10.10 11.05 «ЛАНЦЕТ». (16+)
12.00 «Человек и судьба». (12+)
15.10 «ПЛАЩ КАЗАНОВЫ». (16+)
16.40 «Лола живая картошка». (12+)
17.00 «На приёме у главного врача». (12+)
20.30 «Рекорат». (12+)
21.10 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ». (16+)
23.25 «МОРФИЙ». (18+)

НТВ



20.00 «ЛИХАЧ». (16+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.30 «Утро. Самое лучшее». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.25 «Мои университеты. Будущее за настоящим». (6+)
09.25 «ПЁС». (16+)
10.00 «Сегодня»
10.35 «ПЁС». (16+)
Неизвестные расправляются с наркодилером Сергеем Андроповым и его поделниками.
13.00 «Сегодня»
13.25 «Чрезвычайное происшествие»
14.00 «Место встречи»
16.00 «Сегодня»
16.50 «ДНК». (16+)
17.55 «Жди меня». (12+)
19.00 «Сегодня»
20.00 «ЛИХАЧ». (16+)
Надавлив на Суворова, Лихач выясняет, что тот от лица Кувалдина назначил сделку по продаже оружия ЧВК. Лихач заставляет Суворова подтвердить ЧВК все договорённости и едет на склад. Там он находит неповрежденную налётчиками камеру и убеждается в своей правоте: на записи среди нападавших Лихач видит Надю Звереву и Литву.
00.00 «Своя правда» с Романом Бабаёном. (16+)
01.50 «Квартирный вопрос». (0+)
02.40 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 «Утреннее вещание». (16+)
11.00 11.35 12.00 12.30 13.00 14.00 14.35 15.00 15.30 16.00 17.00 17.35 18.00 19.00 19.30 20.00 20.30 21.00 21.30 22.00 22.25 23.00 00.00 01.00 02.00
«Новости». (16+)
11.30 14.30 17.30
«Деньги 24». (12+)
12.45 15.50 18.25 «Время новых». (12+)
13.40 16.50 «Сити». (12+)
13.45 16.40 01.40
«Доктор 24». (12+)
18.15 «Интервью». (12+)
18.35 «Жизнь в большом городе». (12+)
21.20 23.40 04.35 «Московский патруль». (16+)
23.30 02.30 «Рейд 112». (16+)
00.10 «Мослестерий». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



23.25 «2 Верник 2»

06.30 «Пешком...»
07.00 Легенды мирового кино
07.30 15.15 «Доисторическая кухня»
08.30 «Жизнь и судьба»
08.55 «ТАЙНИК У КРАСНЫХ КАМНЕЙ»
10.00 12.30 17.00 19.30
Новости культуры
10.15 «ЛЮБОВЬ И НЕНАВИСТЬ»
СССР, 1935 г. В ролях: Эмма Цесарская, Вера Марецкая, Михаил Жаров. 1919 год. Донбасс. Шахтеры уходят на фронт вместе с частями Красной Армии.
11.45 «Возрождение дирижабля»
12.45 «Острова»
13.30 **13.50** **14.10** «ПОРУС»
14.30 «Энигма»
16.10 «Раймонд Паулс. «Сыграй, маэстро, жизнь свою...» К 90-летию со дня рождения Валентина Тернявского
17.15 Письма из провинции
17.45 01.40 Мастера фортепианного искусства
18.45 «Царская ложа»
19.45 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя птица»
20.55 «Искатели»
21.40 «ВСАДНИК ПО ИМЕНИ СМЕРТЬ»
23.25 «2 Верник 2»
00.15 «ВЕРБЛЮЖЬЯ ДУГА»
02.30 «Мистер Пронька»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Вкусно 360». (12+)
05.50 «Самое вкусное». (12+)
06.20 «Вкусно, как в кино»
06.50 11.05 14.10 17.40 04.30 «Внимание, еда!» (12+)
07.10 08.05 09.05 «Невероятная наука-2». (12+)
08.00 09.00 12.00 18.00 20.00 21.10 «Новости 360»
10.00 19.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
11.30 18.20 «Неравнодушные». (16+)
12.30 «Зима в Подмосковье»
13.05 01.10 «Инспектор Travel». (12+)
13.35 «Суперферма». (12+)
14.30 «Погода на любой вкус». (16+)
15.00 «Новости МО». (16+)
15.10 «Открытие Китая». (12+)
17.00 «Викторина 360». (0+)
20.20 21.15 «Не факт». (16+)
00.00 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



02.25 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)

06.00 Ералаш. (0+)
06.55 «Мультфильмы». (0+)
07.25 «Простоквашино». (0+)
07.40 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)
08.00 Суперниндзя. Секреты сезона. (16+)
09.10 Уральские пельмени. (16+)
11.00 Уральские умельцы. (16+)
12.05 Уральские пельмени. (16+)
12.25 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
23.00 «ШЕФ». (16+)
Франция - Испания, 2012 г. Комедия. В ролях: Жан Рено, Микаэль Юн. Известный шеф-повар узнаёт о намерении нового генерального директора принять на работу молодого шеф-повара, специализирующегося на молекулярной гастрономии.
00.45 «СТОП-КРАН». (12+)
Франция - Бельгия, 2020 г. Комедия. В ролях: Андре Дюссолье, Жером Коммандёр. Непутёвый Бенджамин должен отвезти своего сына и его друзей в летний лагерь. Надоедливым тестю Анутан предлагает зятю свою помощь в этой поездке.
02.25 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
04.45 «6 кадров». (16+)
05.00 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)
06.10 «Мой район». (16+)
07.50 «ДЕЛО №306». (12+)
09.15 «Тайны нашей эстрады»
09.40 «Программа наших передач». (12+)
10.30 20.00 «ДАЙТЕ ЖАЛОБНУЮ КНИГУ». (12+)
12.05 21.30 «НЕПОДАЮЩИЕСЯ». (12+)
13.30 «БАРХАТНЫЕ РУЧКИ». (12+)
15.10 «ЛЕКАРСТВО ПРОТИВ СТРАХА». (12+)
16.55 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
17.45 «Киноулица». (12+)
18.15 «СВИДАНИЕ СО СМЕРТЬЮ». (16+)
22.50 «УКОЛ ЗОНТИКОМ». (12+)
00.25 «Золотая рыбка». (16+)
01.20 «УБИЙСТВО В ТРЁХ АКТАХ». (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!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
<p>21.40 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>06.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>10.00 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 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)</p> <p>14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)</p> <p>17.00 «Главные тайны мира». (16+)</p> <p>20.00 «ЧЕРНЫЙ ПЕС». (16+)</p> <p>21.40 «Я, ФРАНКЕНШТЕЙН». (16+)</p> <p>23.25 «РЕЙД». (18+)</p> <p>01.20 «РЕЙД-2». (18+)</p>	<p>23.00 «БОРОДАЧ». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>09.00 «ИНТЕРНЫ». (16+)</p> <p>16.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЕВКИ». (16+)</p> <p>Работать в отделе полиции Бескудниково оказалось нелегко - старые сотрудники так и норовят исподтишка напасть на Гришу Измайлову и его коллегам с Рублевки. Чтобы разобраться в ситуации по мужски, Гриша вызывает недругов на смертельную битву.</p> <p>20.00 «Комеди Клаб». (16+)</p> <p>23.00 «БОРОДАЧ». (16+)</p> <p>Обаятельный, но невезучий охранник Александр Родионович Бородач впутывается вместе со своими друзьями в невообразимые истории.</p> <p>01.00 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>02.45 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.05 «Импровизация». (16+)</p>	<p>03.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (16+)</p> <p>06.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>06.15 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>08.00 «Слепая». (16+)</p> <p>09.00 Утренние гадания. (16+)</p> <p>09.15 Секреты здоровья. (16+)</p> <p>09.30 Гадалка. (16+)</p> <p>11.15 Новый день. (12+)</p> <p>11.50 Гадалка. (16+)</p> <p>12.20 Гороскоп от Василисы Володиной. (16+)</p> <p>12.25 Мистические истории. (16+)</p> <p>13.30 Гадалка. (16+)</p> <p>14.30 Вернувшиеся. (16+)</p> <p>15.30 Герои. (16+)</p> <p>16.45 Экстра такси. (16+)</p> <p>17.15 «Слепая». (16+)</p> <p>19.30 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)</p> <p>21.45 «ГОСТЬ». (16+)</p> <p>00.00 «ФАР КРАЙ». (18+)</p> <p>01.30 «ДРУГАЯ». (16+)</p> <p>03.00 «ЛЕДЯНОЙ ДЕМОН». (16+)</p> <p>04.15 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>06.00 Дорожные войны. Лучшее. (16+)</p> <p>Подборка топовых видеороликов - самое невероятное, что могло произойти на дороге с водителем или пешеходом. Лучше быть телезрителем, чем участником!</p> <p>06.15 Дорожные войны 2.0. (16+)</p> <p>07.10 Дорожные войны. (16+)</p> <p>Своеобразный хит-парад приключений на дороге, которые, увы, не всегда бывают приятными. Смотрите «Дорожные войны»! Делайте выводы! Лучше быть зрителем, чем участником!</p> <p>09.30 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>17.00 Утилизатор. (16+)</p> <p>18.00 Решала. (16+)</p> <p>23.00 Опасные связи. (18+)</p> <p>02.45 За гранью реального. (16+)</p> <p>03.30 Невероятные истории. (16+)</p> <p>05.20 Улётное видео. (16+)</p>	<p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>06.00 «Спортивный век». (12+)</p> <p>06.30 «Большой хоккей». (12+)</p> <p>07.00, 08.30, 15.25, 03.55 Новости</p> <p>07.05, 22.00, 00.45 Все на Матч!</p> <p>08.35, 11.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Пр.тр.</p> <p>10.20 «Небесная грация». (0+)</p> <p>10.40, 13.10 Художественная гимнастика. Небесная грация. Пр.тр.</p> <p>13.50 «Есть тема!»</p> <p>15.05 Лица страны. (12+)</p> <p>15.30 Смешанные единоборства. Пр.тр.</p> <p>19.30 Смешанные единоборства. ACA Young Eagles. Пр.тр.</p> <p>22.40 Футбол. «Дженоа» - «Ювентус». Чемпионат Италии. Пр.тр.</p> <p>01.40 «Бока Хуниорс». (12+)</p> <p>04.00 Баскетбол 3х3. Суперкубок России. (6+)</p>	<p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>06.30 По делам несовершеннолетних. (16+)</p> <p>07.30 Давай разведёмся! (16+)</p> <p>08.30 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>10.40 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>11.45 00.35 «Порча». (16+)</p> <p>12.55 «Знахарка». (16+)</p> <p>13.30 «Верну любимого». (16+)</p> <p>14.05 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>14.40 «ОНА, ОН И ОНА». (16+)</p> <p>19.00 «ДАЛЁКАЯ И БЛИЗКАЯ». (16+)</p> <p>23.30 «Понять. Простить». (16+)</p> <p>01.30 «Знахарка». (16+)</p> <p>01.55 «Верну любимого». (16+)</p> <p>02.25 «Голоса ушедших душ». (16+)</p> <p>02.50 Тест на отцовство. (16+)</p> <p>04.30 Давай разведёмся! (16+)</p>	

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 11 ПО 17 ДЕКАБРЯ

ОВЕН (21.03 – 20.04)
Овнам не стоит сомневаться в собственных силах. Звезды помогают тем, кто искренне верит в себя, свои способности и удачу. Идите к цели уверенно – и вы приятно удивитесь, как все наладится и вы достигнете успеха. Проявляйте больше сдержанности в общении с любимыми.

ЛЕВ (23.07 – 22.08)
Звезды предоставляют возможность Львам блистать умом. Уверенность в себе и должное усердие позволят вам успешно справиться с поставленными задачами. Однако для новых знакомств это не лучший период. И помните, старый друг лучше новых двух.

СТРЕЛЕЦ (23.11 – 21.12)
Звезды рекомендуют Стрельцам посвятить время отдыху и наполнению себя новой энергией. Постарайтесь воздержаться от неумеренного шопинга. Проводите больше времени на свежем воздухе, прогуляйтесь по парку или живописному городскому маршруту.

ВОДОЛЕЙ (21.01 – 18.02)
Водолеям стоит остерегаться нервного перенапряжения и неоправданного риска. Постарайтесь избежать конфликтных ситуаций и шопинга. Положительные эмоции принесет и семейное застолье, особенно если вы решите порадовать домочадцев оригинальным рецептом.

ТЕЛЕЦ (21.04 – 21.05)
Тельцов ждут приятные встречи и, возможно, интересные знакомства. На этой неделе ваши старания не останутся незамеченными. При этом вам стоит внимательной относиться к своим словам и тем более эмоциям, будьте сдержанны в личных оценках.

ДЕВА (23.08 – 23.09)
Пока у вас все получается, ловите момент. Помогите тому, кто нуждается в помощи, дайте добрый совет. Вам это сделать несложно. В семье будут небольшие неурядицы, но без каких-либо проблем вы с ними справитесь. Нет нужды думать о том, что вы одиноки, близкие вас любят.

БЛИЗНЕЦЫ (22.05 – 21.06)
В семейной жизни у Близнецов уходят былые проблемы и царит взаимопонимание. Сейчас самое подходящее время, чтобы провести время с семьей, продумайте разные варианты интересного досуга. Вам следует проявить больше изобретательности.

ВЕСЫ (24.09 – 23.10)
Весам самое время взять инициативу в свои руки. Наступает удачный период для новых планируемых начинаний. Не бойтесь пробовать новое и искать для себя занятие, которое придется вам по душе. Близкие поддержат ваше устремление к лучшему.

РАК (22.06 – 22.07)
Внутренняя гармония Раков, внимательное отношение к окружающим помогут им справиться с любой сложной ситуацией. Положение планет подсказывает, что Ракам следует уделить внимание семье и близким друзьям. Время считается хорошим для завершения ранее начатых дел.

СКОРПИОН (24.10 – 22.11)
У Скорпионов благоприятный период для воплощения планов. Вы полны сил, чтобы реализовать собственные идеи. Не допускайте, чтобы большая трата личных сил и энергии отрицательно сказалась на вашем здоровье. Больше времени уделяйте отдыху.

КОЗЕРОГ (22.12 – 20.01)
Неделя Козерогов будет полна сюрпризов. Неожиданные встречи и события принесут в вашу жизнь нотки волшебства. Будьте щедрыми не только в материальном плане, но и в душевном. Старайтесь принести окружающим частичку тепла и поддержки.

РЫБЫ (19.02 – 20.03)
Некоторым знакомым Рыб может понадобиться помощь. Не отказывайте им, ведь они на вас надеются. Вы полны энергии и сил. Звезды помогут вам справиться со сложными задачами. И больше времени уделяйте личному отдыху и общению с любимым человеком.

АРТРИТ? АРТРОЗ? ОСТЕОХОНДРОЗ? – ВЫХОД ЕСТЬ!

ВЕРНИТЕ СЕБЕ БЫЛУЮ ПОДВИЖНОСТЬ!

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

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

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

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

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

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

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

Звонок по России бесплатный г. Москва РЕКЛАМА

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 11 ПО 17 ДЕКАБРЯ

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ

06.35 «ТРАКТОРИСТЫ». (12+)
08.05 «ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (16+)
11.10 «ЖЕНИХ С ТОГО СВЕТА». (12+)
12.05 «ПРИНЦЕССА ЦИРКА». (6+)

TV1000 VIJU TV1000

05.45 «КОРОЛЬ ГОВОРИТ!». (16+)
07.50 «ПРИНЦЕССА МОНАКО». (16+)
09.45 «МАРИЯ-АНТУАНЕТТА». (16+)

TV1000 VIJU TV1000 РУССКОЕ

05.30 «Пин-код», «Фиксики». Мультсериалы. (6+)
06.35 «Смешарики». Мультсериал. (6+)

ДОМ КИНО ДОМ КИНО

06.40 «Иван Царевич и Серый Волк-2». Мультфильм. (6+)
08.00 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильм. (6+)

ИЛЛЮЗИОН+

01.30 «ЭФФЕКТ МАНДЕЛЬ». (18+)
02.40 «АМЕРИКАНЕЦ». (16+)
04.20 «СВАДЬБА МОЕЙ БЫВШЕЙ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

06.35 «КАРП ОТМОРОЖЕННЫЙ». (16+)
08.10 «ЖИЛИ-БЫЛИ». (12+)
09.40 «ЗА КУЛИСАМИ». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.55 «КОНВОИРЫ». (16+)
03.20 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)

РОДНОЕ КИНО

00.10 «АМЕРИКЭН БОЙ». (16+)
02.20 «НЕ ПОСЛАТЬ ЛИ НАМ... ГОНЦА?». (12+)

РУССКИЙ РОМАН

07.30 «БЛАГИМИ НАМЕРЕНИЯМИ». (12+)
11.15 «ВЫБИРАЯ СЕБЯ». (12+)
14.50 «МЕЗАЛЬЯНС». (12+)

CINEMA

06.05 «УДАЧА ЛОГАНА». (16+)
08.05 «ЗОЛОТО ДЖУНГЛЕЙ». (18+)

red .RED

06.00, 06.25, 19.05, 19.35 Гастрономия. (16+)
07.05, 07.50, 08.40, 09.35 «ЧЕРНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)

РЕТРО

06.05 «КОНЕЦ БАБЬЕГО ЛЕТА». (12+)
07.30 «ДАВАЙ ПОЖЕНИМСЯ». (0+)

суббота! СУББОТА!

05.00 «Маша и Медведь», «Машины сказки». Мультсериалы. (0+)
16.30 «Простоквашино». Мультсериал. (0+)

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО

08.00, 09.00, 16.00, 17.00 «ЧУЖАЯ КРОВЬ». (18+)
10.00, 11.00, 18.00, 19.00 «ОБРУЧАЛЬНОЕ КОЛЬЦО». (16+)

СТС LOVE

06.00 «Три кота». Мультсериал. (0+)
09.10 «ОТЕЛЬ «ЭЛЕОН». (16+)

ТВ 21

07.00 «НЕ ВОЛНУЙСЯ, ОН ДАЛЕКО НЕ УЙДЕТ». (18+)
09.05 «БЛЮЗ ОПАДАЮЩИХ ЛИСТЬЕВ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР

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

ПОБЕДА

05.40 «Путь к Победе». (16+)
06.40 «РЯДОВОЙ ЧЭЭРИН». (16+)

ПЯТНИЦА

05.00 Кондитер. (16+)
06.00 Пятница News. (16+)
06.30 Гастротур-2. Тверская область. (16+)

Ю

05.15, 07.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)
08.35 «КЛОН». (16+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ

00.00 Северный морской путь. (16+)
00.55, 01.20 Народовластие. (12+)

HISTORY VIJU HISTORY

06.00, 06.45 Смертоносная техника. (12+)
07.35, 08.30 100 чудес света. (16+)

ДОКТОР

06.00, 12.35, 18.15, 00.05 О самом главном. Безопасность на воде. (12+)

Усадьба

06.00, 06.25, 14.40, 15.00, 15.30, 22.25, 22.55, 03.35, 04.00 Дачные радости. (12+)

УСАДЬБА

06.00, 11.00, 16.05, 23.35, 00.05, 04.00 Фотоохота с Евгением Половским. (16+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.00, 13.00, 19.30, 23.00 Shuffle Dance. (12+)

ЖИВИ!

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

СПОРТ

МАТЧ! СТРАНА

06.00 Художественная гимнастика. Небесная грация. Прямая трансляция из Китая

13.50 «Магия большого спорта». (12+)

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

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

15.25, 21.50 Страна смотрит спорт. (12+)

15.55 Новости

16.00 «Небесная грация». (0+)

16.20 Баскетбол 3x3. Суперкубок России. Мужчины. 1/2 финала. Трансляция из Архангельска. (6+)

17.15 Баскетбол 3x3. Суперкубок России. Женщины. Финал. Трансляция из Архангельска. (6+)

17.45 Баскетбол 3x3. Суперкубок России. Мужчины. Финал. Трансляция из Архангельска. (6+)

18.15, 02.15 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Мужчины. Трансляция из Уфы. (0+)

19.30 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Уфы. (0+)

20.35 «География спорта. Республика Алтай». (12+)

21.05 «На гребне северной волны». Документальный фильм. (6+)

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

22.40 «Есть тема!» (16+)

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

00.10 Дзюдо. FONBET Кубок России. Трансляция из Нижнего Новгорода. (12+)

01.45 «Большой хоккей». (12+)

03.25 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Спринт. Женщины. Трансляция из Уфы. (0+)

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

04.35 Художественная гимнастика. Небесная грация. Прямая трансляция из Китая

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 Тееп чарт. (16+)

08.40 PRO-новости. (16+)

09.00 Топ-30: Народный хит. (16+)

11.25 10 самых! (16+)

12.00 Топ-15 Like FM. (16+)

13.00 Плейлист. Зима. (16+)

15.00 PRO-новости. (16+)

15.20 В десятку! (16+)

16.00 Новое радио чарт. (16+)

17.00 Консервы. (16+)

18.00 PRO-новости. (16+)

Мы знаем о звёздах всё!

18.30 Золотые хиты МУЗ-ТВ-2022. (16+)

Масштабный концерт телеканала МУЗ-ТВ в популярных звездами 90-х и 00-х, их абсолютными хитами и полным погружением в ностальгию!

21.00 Танцпол. (16+)

23.30 DFM - Dance chart. (16+)

00.35 Танцпол. (16+)

02.00 Муз'итив. (16+)

03.00 Караокинг. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

06.00, 11.00, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)

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

08.00 «Роботы-поезда». (0+)

08.15, 13.25 «Маша и Медведь». (0+)

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

09.45, 14.30, 17.00 «Фиксики. Новенькие». (0+)

10.25 «Геройчики». (0+)

11.35 «Чик-Чирико». (0+)

13.00, 19.00 «Барбоскины». (0+)

14.00 «Ну, погоди! Каникулы». (6+)

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

15.30 «Буба». (6+)

17.30 «Простоквашино». (0+)

18.00 «Школьный автобус Гордон». (0+)

18.30 «Лунтик». (0+)

20.00 МУЛЬТпреьера! «Мини-Мишки», «Кошечки-собачки. Милые песни», «Чик-Чирико», «Сказочный патруль. Хроники чудес». (0+)

21.05 «Кошечки. Начало». (6+)

22.40 «Музыкальный патруль. Сказочные песни». (0+)

О!

05.00, 13.00, 21.00 «Зебра в клеточку. Яркие дни». (0+)

05.50, 13.50, 21.50 «Цып-цып». (0+)

06.00, 14.00, 22.00 «Доставка Пиквика». (0+)

07.00, 15.00, 23.00 «Чик-зарядка». (0+)

07.05 «ВИП петс». (6+)

07.30, 15.30, 23.30 «Три кота». (0+)

09.40, 17.40, 01.40 «Пластинки». (0+)

Короткие пластилиновые истории, с помощью которых дети могут изучать окружающий мир!

09.45, 17.45, 01.45 «Мир за минутку». (0+)

09.50, 17.50, 01.50 «Звёздная логика». (0+)

09.55, 17.55, 01.55 «Как устроен мир». (0+)

10.00, 18.00, 02.00 «Оранжевая королева». (0+)

11.45, 15.05, 19.45, 23.05, 03.45 О! Музыка! (0+)

12.00, 20.00, 04.00 «Команда СТИМ!» (6+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 Ранние птицы. «Приключения Тайо», «Маша и Медведь», «Лунтик», «Ми-Ми-Мишки». (0+)

07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)

07.35 «Петроникс». (0+)

08.05 «ВИП петс». (6+)

08.30 «Кошечки-собачки». (0+)

09.55 «Мышкин дом». (0+)

10.15 «Суперкрылья. Мировые защитники». (0+)

10.45 «Это супер!» (0+)

Эта программа - обо всем самом интересном и весёлом! Варя, Милана, Лёша и Мира устраивают распаковки, соревнования, необычные вечеринки, играют и испытывают всё на свете!

11.05 «Фиксики. Дай пять!» (0+)

12.30 «Петроникс». (0+)

12.45 «Инфинити Надю». (6+)

13.00 «Дикие скричеры!» (6+)

13.25 «Диностер». (6+)

14.00 «Навигатор. У нас гости!» (0+)

Многочисленные победитель соревнований по скалолазанию! Спортсмен сборной Москвы! Обладатель 1-го взрослого спортивного разряда! Спортсмен и музыкант! В гостях у Славы и Ани - Родион Коледни!

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

15.00 Час «Союзмультфильма». (6+)

16.00 «БФФ - лучшие друзья навсегда!» (0+)

16.15 «Клуб Винкс». (6+)

17.10 «Ум и Хрум». (0+)

Сериял о вкусных приключениях двух обаятельных друзей-монстриков.

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

18.25 «Цветняшки!» (0+)

18.45 «Лунтик». (0+)

20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)

20.45 «Царевны». (0+)

22.30 «Флип Чейнджер». (6+)

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

23.00 «Фьюжи Макс». (6+)

23.25 «Герои Гуджитс». (6+)

23.40 «Простоквашино». (0+)

00.50 «Ералаш». (6+)

01.30 «Гризли и лемминги». (6+)

02.30 «Смешарики. Пин-код». (6+)

ДЕТСКИЙ МИР

06.00, 12.35, 18.00, 00.35 «Фиксики». (6+)

06.30, 08.25, 12.00, 13.00, 15.55, 18.30, 20.25, 00.00, 01.00, 03.55 «Тима и Тома». (0+)

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

07.40, 13.30, 19.40, 01.30 «Тру и Радужное королевство». (6+)

08.45, 16.15, 20.45, 04.15 «Олли: Веселый грузовичок». (0+)

08.55, 16.25, 20.55 «Металионы». (6+)

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

09.50, 17.20, 21.50 «ДиноСити». (0+)

10.30, 22.30 «Бука. Моё любимое чудовище». (6+)

14.10, 02.10 «Супер МЯУ». (0+)

14.25, 02.25 «Кошечки. Похититель невесты». (6+)

15.35, 03.35 «Енотки». (0+)

22.00 «Бабушкины сказки». (12+)

22.10 «Granny's Fairytales». (12+)

МУЛЬТИЛАНДИЯ

06.00 «Фиксики». (0+)

07.00 «Бодо Бородо». (0+)

09.00 «Мартышкины». (0+)

10.30 «Монсики». (0+)

11.00 «Три кота». (0+)

13.00 «Смешарики: ПинКод». (0+)

14.00 «Фиксики». (0+)

15.55 «Простоквашино». (0+)

17.25 «Бодо Бородо». (0+)

18.30 «Фиксики». (0+)

20.00 «Буба». (0+)

20.05 «Готовим с Бубой». (0+)

21.00 «Приключения Пети и Волка». (6+)

23.05 «Чебурашка. Секрет праздника». (0+)

23.10 «Умка на елке». (12+)

23.20 «Новогодние волшебности». (0+)

23.30 «Готовим с Бубой». (0+)

23.55 «Буба». (0+)

01.00 «Фиксики». (0+)

02.45 «Три кота». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 День Патриарха. (0+)

05.10 «ПОВЕСТЬ О НАСТОЯЩЕМ ЧЕЛОВЕКЕ». (0+)

СССР, 1948 г. В ролях: Павел Кадочников, Николай Охлопков, Алексей Дикий

В основе драматической истории - реальные факты биографии летчика-истребителя Алексея Маресьева.

07.00, 09.00 Утро на СПАСЕ. (0+)

11.00 Дорога на Славянск. (16+)

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

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

14.35 Двенадцать. (16+)

15.05, 16.40 «СЕМНАДЦАТЬ МГНОВЕНИЙ ВЕСНЫ». 4-5 серии. (12+)

18.00 Вечер на СПАСЕ. (0+)

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

21.00 Следы империи с Аркадием Мамонтовым. (12+)

22.40 Земля жизни. 6 серия. (0+)

23.45, 00.15, 00.45, 01.15 Поле битвы. (16+)

01.45 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 1: На родине. (0+)

02.30 Врангель. Путь русского генерала. Фильм 2: На чужбине. (0+)

03.15 Дорога на Славянск. (16+)

04.05 Русский мир. (12+)

Православный календарь

15 декабря
Седмица 28-я по Пятидесятнице. Глас 2.
Прор. Аввакума.



Мц. Миропии. Прпп. Иоанна, Иракклемона, Андрея и Феофила. Прп. Исе (Иессея), еп. Цилканского (Груз.). Прп. Афанасия, затворника Печерского, в Ближних пещерах, и другого Афанасия, затворника Печерского, в Дальних пещерах. Св. Стефана Уроша, царя Сербского. Сщмч. Матфея пресвитера. Сщмч. Димитрия пресвитера и прп. Веры исп. Сщмч. Алексия, архиеп. Великоустоужского. Сщмчч. Иоанна, Константина, Николая, Сергея, Владимира, Иоанна, Феодора, Николая, Николая, Павла, Сергея пресвитеров, прмчч. Данакта, Космы, прмцц. Маргариты, Тамары, Антонины и Марии, мц. Матроны. Прмц. Марии. Мч. Бориса. Иконы Божией Матери, именуемой «Герондисса».

Рождественский пост.

«Для меня равен плохи – и негодная жизнь, и негодное слово. Если имеешь одно, будешь иметь то и другое».
Свт. Григорий Богослов

НАША БОЛЬШАЯ ВИКТОРИНА

ХУДОЖНИКИ-ПЕРЕДВИЖНИКИ

С 2007 года 8 декабря ежегодно отмечается Международный день художника. Вспомним историю: 11 декабря 1871 года в Петербурге открылась первая выставка передвижников. В «Товариществе передвижных художественных выставок» удачно сошлись и высочайший уровень произведений, и сама форма организации. Наша викторина – о работах, являющихся украшениями коллекций ведущих музеев, и об их авторах.

1 9 ноября 1863 года 14 лучших выпускников Императорской Академии художеств отказались от участия в конкурсе на большую золотую медаль, посвящённом столетию академии. Причиной отказа стала тема – задание для картины каждому из 14 выпускников, обладателей малой золотой медали «За успехи в рисовании». От какой темы для написания картины отказались выпускники академии во главе с Иваном Крамским?
а) «Пир бога Одина в Валгалле».
б) «Рождение Венеры».
в) «Похищение Европы».

2 В дальнейшем сторонники Крамского создали первую в истории российского искусства независимую организацию «Артель художников», которая преобразовалась в Товарищество передвижников и получила название «Товарищество передвижных художественных выставок». В декабре 1871 года состоялась первая выставка передвижников, на которой были представлены произведения искусства, подготовленные специально к этому событию. Сколько новых работ увидела петербургская публика?
а) Все 100.
б) Все 47.
в) Только 33 новых.

3 На первой выставке 1871 года скульптура из бронзы «Иоанн Грозный» так впечатлила императора Александра II, что он приобрёл её для Эрмитажа. Современники оценили работу как крупнейшее достижение отечественной пластики в реалистической тенденции. Эта скульптура существует в нескольких вариантах, так, есть авторское повторение в мраморе 1875 года (находится в Третьяковской галерее). Какой передвижник получил за эту скульптуру звание академика?
а) Марк Антокольский.
б) Николай Пименов.
в) Фёдор Каменский.



4 Передвижники на несколько десятилетий стали одним из самых ярких явлений в культурной жизни России. Товарищество просуществовало вплоть до 1923 года. За это время зрители увидели более трёх тысяч новых полотен. Кстати, на первой выставке Павел Третьяков также приобрёл в свою коллекцию картину Николая Ге. Как называлась картина, приобретённая меценатом?
а) «Тайная вечеря».
б) «Пётр I допрашивает царевича Алексея Петровича в Петергофе».
в) «Суд Синедриона. «Повинен смерти».

5 О первой выставке Иван Крамской так писал своему другу Фёдору Васильеву: «По крайней мере, Петербург горит весь об этом. Это самая крупная городская новость, если верить газетам». А ещё в этом письме Крамской отмечает картину именно этого художника, там есть такие слова: «...но это всё деревья, вода и даже воздух, а душа есть только в...». О какой картине так писал Крамской?
а) «Охотники на привале» Василия Перова.
б) «Оттепель» Фёдора Васильева.
в) «Грачи прилетели» Алексея Саврасова.

ОТВЕТЫ

1-а. Германско-скандинавский сюжет картины «Пир бога Одина в Валгалле» выпускники сочли архинесовременным и оторванным от реальности. 2-б. 47. 3-а. Марк Антокольский. 4-б. «Пётр I допрашивает царевича Алексея Петровича в Петергофе». 5-в. Иван Крамской писал о картине Алексея Саврасова «Грачи прилетели»: «...а душа есть только в „Грачах“».

1 ПЕРВЫЙ



09.00 «Умницы и умники». (12+)

06.00 Телеканал «Доброе утро. Суббота»
 09.00 «Умницы и умники». (12+)
 09.45 «Слово пастыря». (0+)
 10.00 Новости (с субтитрами)
 10.15 Премьера. «Наше всё». (12+)
 11.05 Премьера. «ПроУют». (0+)
 12.00 Новости (с субтитрами)
 12.15 Премьера. «Поехали!». (12+)
 13.20 «Наслаждаясь жизнью». К юбилею Юрия Николаева. (12+)
 14.25 «Арфы нет - возьмите бубен!» К 95-летию Леонида Быкова. (16+)
 15.25 Кубок Первого канала по хоккею-2023. Сборная Белоруссии. Пр. тр.
 18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
 18.20 Премьера. «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым. (16+)
 19.15 «Сегодня вечером». (16+)
 21.00 «Время»
 21.35 «Клуб Веселых и Находчивых». Высшая лига. (16+)
 23.45 Бокс. Россия - США. Лига Ставок. Ночь чемпионов ИВА. Пр.тр.
 01.30 «МАЛЕНЬКАЯ МИСС СЧАСТЬЕ». (16+)
 03.25 ПОДКАСТ.ЛАБ «Хоккей не футбол». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

05.00 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-4». (16+)
 15.15 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ». (16+)
 Россия, 2023 г. Детектив. В ролях: Денис Рожков, Анастасия Тюнина. Гера Конюхов с мамой приезжают в Выборг. Гид Борис рассказывает туристам легенду Часовой башни, связанную с призраком монаха. После экскурсии Бориса убивает «монах»...
 17.05 «УСЛОВНЫЙ МЕНТ-5». (16+)
 20.40 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Главное». (16+)
 01.05 «Светская хроника». (16+)
 02.10 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)

РОССИЯ **1** РОССИЯ



09.00 «Формула еды». (12+)

05.00 Утро России. Суббота
 08.00 Вести. Местное время
 08.20 Местное время. Суббота
 08.35 «По секрету всему свету»
 09.00 «Формула еды». (12+)
 09.25 «Пятеро на одного»
 10.10 Сто к одному
 11.00 Вести
 11.50 «В кругу друзей» Андрей Григорьев-Апполонов в кругу друзей расскажет про кошек, собак, хорька, черепаху, крысу, коня и овцу.
 12.50 «Доктор Мясников». (12+)
 14.00 Вести
 14.50 «Парад юмора». (16+)
 17.00 Вести
 17.50 «Привет, Андрей!» (12+)
 20.00 Вести
 21.00 «ЗАГОВОР НА ОДИНОЧЕСТВО». (16+)
 Россия, 2023 г. Мелодрама. В ролях: Светлана Смирнова-Марцинкевич, Вахтанг Беридзе. Нина Портнова живёт в небольшом посёлке, работает на молочном комбинате и руководит танцевальным ансамблем «Кружева». И только с личной жизнью ей не везёт. О женщинах в её роду ходят зловещие слухи: будто они чёрные вдовы, заговорённые на одиночество.
 01.00 «ВЕРНИ МЕНЯ». (16+)
 04.10 «АЛИБИ НАДЕЖДА, АЛИБИ ЛЮБОВЬ». (16+)

ТЕЛЕКАНАЛ **ЗВЕЗДА** ЗВЕЗДА

06.00 «ПОЕДИНОК В ТАЙГЕ»
 07.05 08.15 «ЛЕДЯНАЯ ВНУЧКА». (6+)
 08.00 13.00 19.00 Новости дня
 08.50 «80 лет Тверскому суворовскому училищу Министерства обороны РФ». (16+)
 09.40 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)
 11.40 Мужики. (16+)
 12.10 «СССР. Знак качества»
 13.15 «Не факт!» (12+)
 13.40 «Война миров». (16+)
 14.30 «Легенды науки». (12+)
 15.20 «Главный день». (16+)
 16.10 «Время героев». (16+)
 16.30 «Спецрепортаж». (16+)
 17.10 «Легенды госбезопасности». (16+)
 18.00 19.25 «КОДОВОЕ НАЗВАНИЕ «ЮЖНЫЙ ГРОМ». (12+)
 21.15 Галерея звезд. (12+)
 22.55 «ВОЗВРАЩЕНИЕ РЕЗИДЕНТА». (12+)

ТВУ ТВЦ



21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым

04.45 «МУЖ В ХОРОШИЕ РУКИ». (12+)
 06.30 «Православная энциклопедия». (6+)
 06.55 «Святые и близкие. Лука Крымский». (16+)
 07.35 «ВЫСОКО НАД СТРАХОМ». (12+)
 09.20 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
 11.30 События
 11.50 «Смешите меня семейно». (16+)
 12.55 14.50 «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ОПАСНЫЕ ЖЕЛАНИЯ». (12+)
 Россия, 2023 г. Детектив. В ролях: Софья Зайка, Виктор Михайлов. Переживший личную драму Даниил Талич переезжает из Москвы в тихий провинциальный городок и устраивается работать библиотекарем.
 14.30 События
 17.10 «АБОНЕМЕНТ НА РАССЛЕДОВАНИЕ. ОПАСНЫЕ ЖЕЛАНИЯ». (12+)
 21.00 «Постскриптум» с Алексеем Пушковым
 «Право знать!» (16+)
 22.05 События
 23.20 «Неизвестный Сталин». (16+)
 23.30 «90-е. Компромат». (16+)
 00.10 Специальный репортаж. (16+)
 00.55 «Хватит слухов!» (16+)
 01.20 «Русские тайны». (16+)
 01.45 «10 самых...» (16+)
 05.00

ОТР ОТР

06.00 «ИЗ ПЕРВЫХ РУК». (16+)
 07.35 «Диалоги без грима». (6+)
 07.50 13.35 «Большая страна»
 08.45 16.00 Мультфильм. (12+)
 09.00 14.30 «Календарь». (12+)
 09.30 Всё по-взрослому
 10.15 «Отчий дом». (12+)
 10.30 «ЗЕРКАЛО ДЛЯ ГЕРОЯ». (16+)
 12.50 «Вместе с наукой». (12+)
 13.20 «Песня остается с человеком». (12+)
 15.05 «Люди Арктики». (12+)
 15.20 «Искусство архитектуры»
 16.30 «Человек и судьба». (12+)
 17.00 «Маршрут построен»
 17.25 «Каша для самоеда». (6+)
 17.35 «ЭТО СЛУЧИЛОСЬ В МИЛИЦИИ». (12+)
 19.05 «Очень личное». (12+)
 19.45 «Вспомнить всё». (12+)
 20.10 «ПУТЕШЕСТВИЕ КЭРОЛ». (12+)
 21.50 «ЛИМИТА». (16+)
 23.10 «МОДИЛЬЯНИ». (18+)

НТВ



12.00 «Квартирный вопрос». (0+)

04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
 07.30 «Смотр». (0+)
 08.00 «Сегодня»
 08.20 «Поедем, поедим!» (16+)
 09.20 «Едим дома». (0+)
 10.00 «Сегодня» (16+)
 10.20 «Главная дорога». Многие водители грешат на качество «незамерзайки» и слишком грязные дороги.
 11.00 «Живая еда» с Сергеем Малозёмовым. (12+)
 12.00 «Квартирный вопрос». (0+)
 13.00 «Секрет на миллион». (16+)
 Он учил петь Филиппа Киркорова... и водил дружбу с ворами в законе! Как певец Феликс Царикати стал звездой?
 15.00 «Своя игра». (0+)
 16.00 «Сегодня» (16+)
 16.20 ЧП. Расследование.
 17.00 «Следствие вели...» (16+)
 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым
 20.20 «Суперстар!» (16+)
 23.30 «Ты не поверишь!» (16+)
 00.30 «Международная пилорама» с Тиграном Кеосаяном. (18+)
 01.15 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
 01.45 «Дачный ответ». (0+)
 02.40 «СВЕТ И ТЕНЬ МАЯКА». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

06.00 07.00 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.15 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 «Новости». (16+)
 10.25 18.15 «Москва сегодня». (16+)
 13.15 16.15 «Сити». (12+)
 13.30 «Сити. Едим». (12+)
 14.30 00.15 «Деньги 24. Итоги». (12+)
 15.25 «Моё имя Москва». (12+)
 16.30 «Сделано в Москве». (12+)
 17.15 19.45 «Сити. Гид». (12+)
 17.30 19.15 04.15 «Время новых». (12+)
 18.50 «Московский спорт». (12+)
 20.30 03.20 «Доктор 24. Темы недели». (12+)
 21.25 «Откройте, Давид». (16+)
 22.25 «Дайджест «Рейд 112»
 23.25 Познавательный фильм

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



17.50 Большая опера

06.30 «Библейский сюжет»
 07.05 «Межа». «Кошкин дом»
 08.00 08.20 08.40 09.00 09.20 09.40 «ПОРУС»
 10.00 19.30 Новости культуры
 10.15 «МАЛЬВА»
 11.40 «Эрмитаж»
 12.10 Черные дыры. Белые пятна
 12.50 01.15 «Эти огненные фламинго. В мире красок и тайн»
 13.45 «Рассказы из русской истории»
 14.45 «Нобелевские победы российской науки». К 300-летию Российской академии наук
 15.30 «Страсти по Щедрину». 90 лет со дня рождения Валентина Терьявского
 16.30 «ЗАЙЧИК» СССР, 1964 г. Комедия. В ролях: Леонид Быков, Ольга Красина. Скромный и робкий театральный гримёр по фамилии Зайчик неожиданно узнаёт, что ему осталось жить всего месяц. Он решает достойно прожить последние дни.
 17.50 Большая опера
 19.45 «ПЕПЕЛ И АЛМАЗ»
 21.30 «Рассекреченная история»
 22.00 «Агора»
 23.00 Клуб «Шаболовка, 37»
 00.05 «АНОНИМКА»
 02.10 «Искатели»
 03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

05.00 «Вкусно 360». (12+)
 06.40 «Самое вкусное». (12+)
 07.10 «Вкусно, как в кино». (12+)
 07.40 09.00 «Внимание, еда!» (12+)
 08.00 «Будни». (16+)
 09.30 «Погода на любой вкус». (16+)
 10.00 11.05 «Погода 360». (6+)
 10.05 11.10 12.30 «Открытие Китая». (12+)
 11.00 12.00 19.00 20.00 «Новости 360». (16+)
 16.00 «АС Купарев». (16+)
 16.30 «Специальный репортаж». (12+)
 17.10 19.10 «Документальное кино». (16+)
 18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
 20.30 «Росгвардия». (16+)
 20.40 «Не факт». (16+)
 01.50 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



13.00 Уральские пельмени. (16+)

06.00 Ералаш. (0+)
 07.00 «Три кота». (0+)
 07.30 Уральские пельмени. (16+)
 08.30 ПроСТО кухня. (12+)
 09.30 Премьера! ПроСТО кухня. (12+)
 10.00 Премьера! «100 мест, где поесть». (16+)
 11.00 Суперниндзя. (16+)
 13.00 Уральские пельмени. (16+)
 13.45 «ЛЕГЕНДА ЛОНГВУДА». (12+)
 15.50 Премьера! «Охотники на драконов». (12+)
 17.25 «Кунг-фу Панда». (0+)
 Спасение Долины Мира и всех её обитателей от безжалостного мастера Тай Лунга должно лечь на плечи Воина Дракона, избранного среди лучших из лучших.
 19.15 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
 21.00 ПРЕМЬЕРА! «КУНГ-ФУ ЖЕРЕБЕЦ». (12+)
 Китай, 2023 г. Драматический боевик. В ролях: Джеки Чан, Лю Хаоцзюнь. Мастер боевых искусств Лу посвятил свою жизнь исследованию потенциала своего тела, что позволило ему выполнять впечатляющие трюки.
 23.35 «АВАНГАРД. АРКТИЧЕСКИЕ ВОЛКИ». (12+)
 01.40 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
 04.50 «6 кадров». (16+)
 05.00 «Мультфильмы». (16+)
 05.50 Ералаш. (16+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

06.00 07.30 08.30 09.05 02.00 02.55 04.00 «Мой район. Навигатор». (16+)
 06.15 06.40 07.05 07.40 08.10 08.45 03.05 03.30 04.10 04.30 Мой район. Энциклопедия. (12+)
 09.15 «ПОСЛЕ ДОЖДЯ В ЧЕТВЕРГ...» (0+)
 10.35 22.45 «ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (12+)
 12.10 «Тайны кино». (12+)
 13.00 «ИНСПЕКТОР ЛОСЕВ». (12+)
 16.35 «ВА-БАНК». (12+)
 18.20 «ВА-БАНК-2 ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+)
 19.50 «ГОРОД ПРИНЯЛ». (12+)
 21.10 «ТРАНССИБИРСКИЙ ЭКСПРЕСС». (12+)
 00.20 «СВИДАНИЕ СО СМЕРТЬЮ». (16+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
<p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>05.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)</p> <p>07.00 «С бодрым утром!» (16+)</p> <p>08.30 12.30 16.30 «Новости». (16+)</p> <p>09.00 «Минтранс». (16+)</p> <p>10.00 Самая полезная программа. (16+)</p> <p>11.00 13.00 «Военная тайна». (16+)</p> <p>15.00 «СОВБЕЗ». (16+)</p> <p>17.00 «Документальный спецпроект». (16+)</p> <p>18.00 «Засекреченные списки». (16+)</p> <p>19.00 «РЭД-2». (12+)</p> <p>21.05 «ГЕНИАЛЬНОЕ ОГРАБЛЕНИЕ». (16+)</p> <p>23.30 «БАНДИТ». (18+) Канада, 2022 г. Триллер. В ролях: Джош Дюамель, Элиша Катберт. Харизматичный преступник Гилберт Галван-младший бежит из мичиганской тюрьмы и укрывается в Канаде.</p> <p>01.55 «АФЕРА ПОД ПРИКРЫТИЕМ». (18+)</p>	<p>09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+)</p> <p>09.00 «Салон». (16+)</p> <p>09.30 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>14.00 «Вызов». (16+)</p> <p>14.55 «Битва экстрасенсов». (16+)</p> <p>15.55 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) Премьера. Сильнейшие экстрасенсы, уже знакомые зрителям, сойдутся в схватке. Самые сложные испытания, самые невероятные и трогательные истории.</p> <p>21.00 «Ярче Звёзд». (16+)</p> <p>22.40 «Женский стендап». (18+)</p> <p>00.00 «ОДНАЖДЫ В ВЕГАСЕ». (16+)</p> <p>01.50 «Импровизация. Команды». (16+)</p> <p>03.25 «Студия «Союз». (16+)</p> <p>05.00 «Импровизация». (16+)</p> <p>05.45 «Куриный забег». (6+)</p>	<p>01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>06.00 «Мультфильмы». (0+)</p> <p>10.15 «МОЙ ДОМАШНИЙ ДИНОЗАВР». (12+)</p> <p>12.30 «МРАЧНЫЕ НЕБЕСА». (16+)</p> <p>14.30 «ВНЕ/СЕБЯ». (16+)</p> <p>17.00 Последний герой. (16+)</p> <p>18.30 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+) Германия, Франция, 2014 г. В ролях: Леа Сейду, Венсан Кассель, Андре Дюссолье, Эдуардо Норьега, Мириам Шарленс. Старая, как мир сказка о розе, преданности и любви. Прекрасная Белль отправляется в замок к Чудовищу вместо своего отца, который нарушил покой зверя...</p> <p>21.00 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+)</p> <p>23.00 Два пути к успеху. (16+)</p> <p>00.00 «СИНДРОМ». (16+)</p> <p>01.45 «РАННЯЯ ПТАШКА». (16+)</p> <p>05.30 «Мультфильмы». (0+)</p>	<p>00.00 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ (МЕНТАЛИСТ)». (16+)</p> <p>06.00 Улётное видео. (16+)</p> <p>07.50 Утилизатор. (12+) Ржавые банки на колесах захламляют городские дворы, а упрямые автовладельцы заламывают цены на старые авто. Команда «Утилизатора» поможет навести порядок на улицах городов России!</p> <p>11.00 «СОЛДАТЫ-16». (16+)</p> <p>20.40 «+100500». (16+)</p> <p>00.00 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ (МЕНТАЛИСТ)». (16+) Россия, Великобритания, 2016 г. Детектив. В ролях: Елезкель Лазаров, Анастасия Микульчина. Харизматичный 42-летний Даниил Романов - консультант особого криминального отдела полиции, превосходный менталист, психолог-практик и манипулятор, некогда выдававший себя за экстрасенса и ясновидящего, способного читать чужие мысли.</p>	<p>10.00 Художественная гимнастика.</p> <p>06.00 Матч! Парад. (16+)</p> <p>07.00, 11.35, 13.50, 03.55 Новости</p> <p>07.05, 11.00, 13.20, 19.30, 22.00, 00.45 Все на Матч!</p> <p>08.30 «Команда МАТЧ». (0+)</p> <p>08.35, 11.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Гонка преследования. Пр.тр.</p> <p>10.00 Художественная гимнастика. Небесная грация. Пр.тр.</p> <p>12.50 Футбол. Журнал Лиги чемпионов. (6+)</p> <p>13.55 Баскетбол. ЦСКА - «Авдодор». Единая лига ВТБ. Пр.тр.</p> <p>15.55 Футбол. Матч Звёзд FONBET Кубка России. Прямая трансляция</p> <p>17.25 Футбол. «Аугсбург» - «Боруссия» (Дортмунд). Пр.тр.</p> <p>19.55 Футбол. Чемпионат Италии. Пр.тр.</p> <p>22.40 Футбол. «Торино» - «Эмполи». Пр.тр.</p> <p>01.40 Плавание. (0+)</p> <p>03.35 «Небесная грация». (0+)</p>	<p>02.55 «Москвички». (16+)</p> <p>06.30 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+)</p> <p>09.45 Пять ужинов. (16+)</p> <p>10.00 «СТАРУШКИ В БЕГАХ». (16+) Россия, 2018 г. Комедийная мелодрама. В ролях: Елена Сафонова, Татьяна Орлова, Марина Яковлева, Галина Беляева. Три энергичные подруги раннего пенсионного возраста - Зинаида, Лидия и Екатерина - живут вместе со своими взрослыми детьми. Ежедневно вечный «квартирный вопрос» переплетается для них с такой же вечной темой отцов и детей. В один прекрасный день дамы решают уехать и освободить детей от своего общества.</p> <p>19.00 «ВОРОН». (16+)</p> <p>22.45 «ВЫШЕЛ ЁЖИК ИЗ ТУМАНА...» (16+)</p> <p>02.40 «6 кадров». (16+)</p> <p>02.55 «Москвички». (16+)</p> <p>06.10 «ВЫШЕЛ ЁЖИК ИЗ ТУМАНА...» (16+)</p>

ЧИСЛОВОЙ КРОССВОРД

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

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

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

По горизонтали: Корзина. Шифер. Подметка. Портшез. Тетива. Полотер. Леток. Пушок. Расстопка. Выпас. Прототип. Водолаз. Та-туаж.

По вертикали: Пирожок. Нейтрон. Обоз. Землекоп. Натрий. Фазан. Пепел. Реактив. Кувырок. Ходатай. Трепет. Эскорт. Солома. Пот.

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

www.dento-lux.ru

ВСЕ СПЕКТР УСЛУГ

Лечение зубов под микроскопом
Лазерная стоматология
Лечение зубов во сне

ДЕТСКАЯ СТОМАТОЛОГИЯ

Нам 18 лет

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

ИМПЛАНТАЦИЯ ПОД «КЛЮЧ»
ИМПЛАНТ OSSTEM + ЦИРКОНИЕВАЯ КОРОНКА

ТОЛЬКО ДО 30.12.2023!!! **34 000 р.**

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

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*

20% на лечение

10% на протезирование

10% на хирургию и имплантацию

5% на детскую стоматологию (дети до 14 лет)

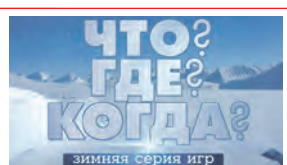
При высоком качестве — низкие цены!
Звоните, приходите и убедитесь!

*АКЦИЯ ДО 30.12.2023. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону у администраторов клиник.

м. «ВДНХ», Ярославское ш., д. 6, корп. 1, (495) 656-13-13, (499) 183-19-19
м. «Медведково», ул. Тихомирова, д. 1, (495) 656-956-1, 656-96-85
м. «Медведково», Студёный пр., 14, (495) 656-94-42, 656-94-27
м. «Проспект Мира», Олимпийский проспект, д. 22, (495) 181-01-01
ООО «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-017255; № ЛО-77-01-005014. ООО «ЭТА», Лиц. № ЛО41-01137-77/00362997 15 декабря 2020 года Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

1 ПЕРВЫЙ



23.00 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр. (16+)

- 06.00 Новости
06.10 ПОДКАСТЛАБ «Космические истории». (16+)
06.55 Играй, гармонь любимая! (12+)
07.40 «Часовой». (12+)
08.10 «Здоровье». (16+)
09.20 «Мечталлион». Национальная Лотерея. (12+)
09.40 «Непутевые заметки» с Крыловым. (12+)
10.00 Новости (с субтитрами)
10.15 Премьера. «Играем свадьбу!». (12+)
11.05 «Жизнь других». (12+)
12.00 Новости (с субтитрами)
12.15 «Повара на колесах». (12+)
13.10 «Видели видео?» (0+)
14.20 Премьера. «Имена нелегальной разведки». Виктор Лягин. (16+)
15.25 Кубок Первого канала по хоккею-2023. Сборная России - сборная Казахстана. Пр. тр.
18.00 Вечерние новости (с субтитрами)
19.00 «Лучше всех!» Новый сезон. (0+)
21.00 «Время»
23.00 «Что? Где? Когда?» Зимняя серия игр. (16+)
00.10 ПОДКАСТЛАБ «Произвольная программа». (16+)
00.55 ПОДКАСТЛАБ «Антропология». (16+)
01.40 ПОДКАСТЛАБ «Обман веществу». (16+)

5 5-Й КАНАЛ

- 05.00 «ПРОКУРОРСКАЯ ПРОВЕРКА». (16+)
07.40 «НАСТОЯЩИЙ». (16+)
13.00 «МОЯ ДЕВОЧКА». (16+)
Россия, 2023 г. Детектив. В ролях: Павел Харланчук, Тая Тасенко, Елена Симонова, Евгения Игумнова, Ольга Любимова. Жизнь успешного полицейского рушится после гибели любимой жены. Её убивают на глазах их 10-летней дочери. Теперь девочка боится отпускать от себя отца. Ему приходится брать её на службу.
20.20 «ОТПУСК ПО РАНЕНИЮ». (16+)
00.05 «ЧЕЛОВЕК НИОТКУДА». (18+)
02.00 «ФАРТОВЫЙ». (16+)
03.25 «ТИХАЯ ОХОТА». (16+)

РОССИЯ 1 РОССИЯ



08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»

- 06.10 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)
08.00 Местное время. Воскресенье
08.35 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым»
09.25 Утренняя почта с Николаем Басковым
10.10 Сто к одному
11.00 Вести
12.00 Большие перемены. (6+)
13.00 «ПО ВЕЛЕНИЮ СЕРДЦА». (12+)
Россия, 2021 г. Мелодрама. В ролях: Анна Мельникова, Артур Сопельник. Аня живёт в небольшом городке, работает косметологом и мечтает сделать карьеру в Москве. Случайное знакомство с заезжим столичным бизнесменом Максимом стремительно перерастает в бурный роман и сулит ей новую жизнь.
17.00 «Песни от всей души». (12+)
18.00 Всероссийский открытый телевизионный конкурс юных талантов «Синяя Птица»
19.00 «Песни от всей души». (12+)
20.00 Вести недели
22.00 Москва. Кремль. Путин
22.40 Воскресный вечер с Владимиром Соловьёвым. (12+)
01.30 «ХОЧУ ЗАМУЖ». (12+)

ЗВЕЗДА ЗВЕЗДА

- 06.30 «КОДОВОЕ НАЗВАНИЕ «ЮЖНЫЙ ГРОМ». (12+)
09.00 «Новости недели».
09.25 «Служу России». (12+)
09.55 «Военная приемка». (12+)
10.40 «Скрытые угрозы». (16+)
11.30 «Код доступа». (12+)
12.20 «Легенды армии». (12+)
13.15 «По горячим следам». (16+)
13.30 03.20 «СМЕРШ». (16+)
18.00 «Главное» с Ольгой Беловой. (16+)
19.45 «Легенды советского сыска». (16+)
20.35 Легендарные матчи. (12+)
23.10 «Фетисов». (12+)
23.55 «Люди Донбасса». (16+)
00.10 «СУМКА ИНКАССАТОРА». (12+)

ТВЦ ТВЦ



11.30 События

- 05.30 «ЖЕНЩИНЫ». (0+)
07.10 «СЛЕД ТИГРА». (16+)
09.00 «Здоровый смысл». (16+)
09.25 «ПРАВДА». (12+)
11.30 События
11.45 «СОБАЧЬЕ СЕРДЦЕ». (0+)
14.30 Московская неделя
15.00 «Следствие ведет КГБ». (16+)
15.55 «Настоящий детектив. Дорога смерти». (16+)
16.40 «МУЖ В ХОРОШЕ РУКИ». (12+)
18.55 «ВСЁ К ЛУЧШЕМУ». (12+)
Россия, 2015 г. Мелодрама. В ролях: О. Филиппова, К. Соловьев. Ещё недавно жизнь Анны была вполне благополучна - на работе она считалась лучшей сотрудницей, дома заботилась о пожилым отчиме и воспитывала 15-летнего сына Костю - подающего надежды скрипача. И вдруг в один миг все пошло прахом. С работы уволили из-за интриг завистников, а завещание скоропостижно скончавшегося отчима исчезло.
22.45 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
00.25 События
00.40 «ДОМ НА КРАЮ ЛЕСА». (12+)
02.15 «Петровка, 38». (16+)
02.25 «ОШИБКА ПАМЯТИ». (12+)
05.20 Московская неделя. (12+)

ОТР ОТР

- 06.00 «ПОЕЗД ИДЕТ НА ВОСТОК». (12+)
07.50 13.35 «Большая страна»
08.45 «Жил-был пёс». (0+)
09.00 14.30 «Календарь». (12+)
09.30 Всё по-взрослому
10.15 «На приёме у врача». (12+)
11.10 «Моя история». (12+)
11.55 Кино на все времена
12.55 «Вместе с наукой». (12+)
13.20 «Конструкторы будущего»
15.05 «Северный морской путь»
15.40 Юбилейный концерт Олега Иванова. (12+)
16.30 «Свет и тени». (16+)
17.00 «Маршрут построен»
17.30 «ВСЕГО ОДНА НОЧЬ». (12+)
19.05 «Клуб редакторов». (12+)
19.45 «БАГРОВЫЙ ЦВЕТ СНЕГОПАДА». (16+)
21.50 «ДЕВИЧИЙ ИСТОЧНИК». (16+)
23.20 «Золотая коллекция неигрового кино». (16+)
23.40 «Наша мама - герой». (12+)

НТВ НТВ



19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой

- 04.50 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)
06.35 «Центральное телевидение». (16+)
08.00 «Сегодня»
08.20 «У нас выигрывают!» (12+)
10.00 «Сегодня»
10.20 «Первая передача». (16+)
11.00 «Чудо техники». (12+)
Стоматология по-новому! Что за новации помогают врачам лечить, а пациентам не бояться, и кому делать процедуры под наркозом небезопасно - расскажут в новом выпуске «Чуда техники».
12.00 «Дачный ответ». (0+)
13.00 «НашПотребНадзор». (16+)
14.05 «Однажды...» (16+)
15.00 «Своя игра». (0+)
16.00 «Сегодня»
16.20 «Человек в праве» с Андреем Куницыным. (16+)
17.00 «Следствие вели...» (16+)
18.00 «Новые русские сенсации». (16+)
19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой
20.20 Оригинальное музыкальное «Шоу Аватар». (12+)
23.10 «Звезды сошлись». (16+)
00.40 Квартирник НТВ у Маргулиса. (16+)
02.10 «АДВОКАТ». (16+)

МОСКВА24 МОСКВА 24

- 06.00 07.00 08.00 08.30 09.00 09.30 10.00 10.30 11.00 11.30 12.00 12.30 13.00 14.00 15.00 16.00 17.00 18.00 19.00 20.00 21.00 22.00 23.00 00.00 01.00 02.00 03.00 04.00 05.00 «Новости». (16+)
13.15 16.15 «Сити». (12+)
13.30 14.30 «Время новых». (12+)
15.25 21.25 «Москва сегодня». (16+)
17.30 «Деньги 24. Итоги». (12+)
18.15 02.15 «Моё имя Москва». (12+)
18.50 «Московский спорт». (12+)
19.30 22.25 03.20 «Специальный репортаж». (12+)
20.30 00.15 «Сити. Едим». (12+)
23.25 «Сити. Гид». (12+)

РОССИЯ К РОССИЯ К Культура



13.55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным

- 06.30 «Мультфильмы»
07.20 07.40 08.00 08.20 08.40 09.00 «ПОРУС»
09.20 «Страна волшебника Роу»
10.00 «КОНЕК-ГОРБУНОК»
11.20 «Путь к вершине». Концерт хореографических колледжей города Москвы
13.00 «Невский ковчег. Теория невозможного»
13.30 «Элементы» с Григорием Голдовским
13.55 «Игра в бисер» с Игорем Волгиным
14.35 «Белая студия»
15.15 «АНОНИМКА» СССР, 1987 г. Комедия. В ролях: Леонид Броневой, Светлана Неволяева. Хирург клинического отделения пластической косметологии Василий Васильевич Телкин готовится отметить свое 60-летие.
16.30 «Картина мира с Михаилом Ковальчуком»
17.15 «Пешком...»
17.45 «Космос Троицы»
18.30 «Романтика романса»
19.30 Новости культуры
19.45 Новости культуры с Владиславом Флярковским
20.25 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ»
21.55 «Рихтер непокоренный»
00.30 «ЗАЙЧИК»
01.55 «Искатели»
02.40 «Прежде мы были птицами»
03.00 Перерыв в вещании

360° ПОДМОСКОВЬЕ

- 05.00 08.00 10.05 11.10 «Вкусно 360». (12+)
06.40 «Самое вкусное». (12+)
07.10 «Вкусно, как в кино». (12+)
07.40 09.00 «Внимание, еда!» (12+)
09.30 13.00 «Погода на любой вкус». (16+)
10.00 11.05 «Погода 360». (6+)
11.00 12.00 20.00 «Новости 360». (16+)
12.30 «Тет-а-тет с Марусей». (16+)
13.30 13.55 «Город с историей». (12+)
14.15 «Открытие Китая». (12+)
17.10 19.10 «Док. кино». (16+)
18.00 «Информационно-аналитическая программа». (16+)
19.00 «Росгвардия». (16+)
20.30 «Невероятная наука-2». (12+)
01.25 «Шестое чувство». (12+)

СТС СТС



10.30 Премьера! Уральские умельцы. (16+)

- 06.00 Ералаш. (6+)
07.00 Премьера! «Отель «У овечек». (0+)
07.30 Уральские пельмени. (16+)
09.00 Премьера! Рогов в деле. (16+)
10.00 Уральские пельмени. (16+)
10.30 Премьера! Уральские умельцы. (16+)
11.00 Шоу «Уральские пельмени». (16+)
12.00 «ШЕФ». (16+)
13.45 «Охотники на драконов». (12+)
15.20 «Кунг-фу Панда». (0+)
17.05 «Кунг-фу Панда-2». (0+)
18.55 «Леди Баг и Супер-Кот. Пробуждение силы». (6+)
21.00 «ВЕНОМ». (16+)
Китай - США, 2013 г. Фантастический боевик. В ролях: Том Харди, Мишель Уильямс, Риз Ахмед. Бойкий на язык репортер Эдди Брок выбирает объектом своей критики недостижимую мишень - главу могущественной биоинженерной корпорации Карлтона Дрейка.
23.00 «ОБИТЕЛЬ ЗЛА. ПОСЛЕДНЯЯ ГЛАВА». (18+)
01.05 «ГОНКА СО ВРЕМЕНЕМ». (16+)
02.35 «УЛЁТНЫЙ ЭКИПАЖ». (12+)
04.30 «6 кадров». (16+)
05.00 «Мультфильмы». (0+)
05.50 Ералаш. (0+)

МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 06.10 07.00 07.55 01.25 02.20 03.55 05.10 «Мой район. Навигатор». (16+)
06.25 07.10 07.30 02.35 03.00 03.25 Мой район. Энциклопедия. (12+)
08.10 «Тайны кино». (12+)
08.55 «ГОРОД ПРИНЯЛ». (12+)
10.15 «ПЕРЕХВАТ». (12+)
11.40 «Киноулица». (12+)
12.10 01.35 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
13.00 «СЛУЧАЙ В АЭРОПОРТУ». (12+)
17.00 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА В ЧЕТВЕРГ...» (0+)
18.15 «КРАЖА». (12+)
20.35 «ВА-БАНК». (12+)
22.15 «ВА-БАНК-2 ИЛИ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (12+)
23.45 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)

REN	TNT	ТВ-3	че!	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	 23.00 «Шоу Воли». (16+)	 09.00 Два пути к успеху. (16+)	 00.00 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ (МЕНТАЛИСТ)». (16+)	 11.35 Новости	 19.00 «ВОРОН». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+) 08.30 12.30 «Новости». (16+) 09.00 «Самая народная программа». (16+) 09.30 «Знаете ли вы, что?» (16+) 10.30 «Наука и техника». (16+) 11.30 «Неизвестная история». (16+) 12.45 «16 КВАРТАЛОВ». (16+) США, Германия, 2006 г. В ролях: Брюс Уиллис, Ясин Бей, Дэвид Морс, Дженна Штерн, Кейси Сэндер, Силк Козарт. 14.40 «22 МИЛИ». (16+) 16.30 «ПАДЕНИЕ ОЛИМПА». (16+) 18.45 «ПАДЕНИЕ ЛОНДОНА». (16+) 20.40 «ПАДЕНИЕ АНГЕЛА». (16+) 23.00 «Итоговая программа с Петром Марченко». (16+) 23.55 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	07.00 «Однажды в России. Спецдайджесты-2023». (16+) 09.00 «Битва пикников». (16+) 10.00 «Экстрасенсы ведут расследование». (16+) 11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) 18.30 «Новые Звёзды в Африке». (16+) 21.00 «Лига городов». (16+) Юмористический проект, в котором команды будут бороться за звание Чемпиона сезона и приз в 10 миллионов рублей. Одержав победу коллективам помогут Сергей Светлаков, Марина Кравец, Алексей Щербаков и Артем Калайджян. 23.00 «Шоу Воли». (16+) 00.10 «Ярче Звёзд». (16+) 01.40 «Я тебе не верю». (16+) 03.20 «Импровизация. Команды». (16+) 05.35 «Студия «Союз». (16+) 06.20 «Импровизация». (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+) 08.15 Секреты здоровья. (16+) 08.30 Новый день. (12+) 09.00 Два пути к успеху. (16+) 10.00 Хорошие новости с Василисой Володиной. (16+) 10.30 «Мультфильмы». (0+) 11.15 Последний герой. (16+) 12.45 «ВРЕМЯ ВЕДЬМ». (16+) 14.45 «КРАСАВИЦА И ЧУДОВИЩЕ». (16+) 17.00 Вы поёте великолепно. (16+) 18.30 «РАНЕНОЕ СЕРДЦЕ». (16+) 22.30 «МОЙ ДОМАШНИЙ ДИНОЗАВР». (12+) Новая Зеландия, Великобритания, США, 2007 г. Фэнтези. В ролях: Алекс Этел, Эмили Уотсон, Бен Чаплин. 00.45 «ПОСТ МОРТЕМ». (16+) 02.30 «ФАР КРАЙ». (18+)	06.00 Улётное видео. (16+) 07.50 Утилизатор. (12+) Ведущий проекта Юрий Сидоренко продолжит избавлять города России от автохлама. Правила проекта остались прежними, но теперь к вопросу на автомобильную тематику добавится вопрос о родном городе участников. 11.00 «СОЛДАТЫ-16». (16+) 20.40 «+100500». (16+) Самый популярный обзор прикольных роликов. Ведущий Максим Голополов находится в интернете самые безумные видео и ржачно комментирует их специально для ЧЕ. Зачем волшебник гоняет на самокате, а Дарт Вейдер играет на волынке? Почему с потолка падают коты, а чайки едят слабительное? 00.00 «ТОТ, КТО ЧИТАЕТ МЫСЛИ (МЕНТАЛИСТ)». (16+) 05.15 Улётное видео. (16+)	06.00 Смешанные единоборства. Пр.тр. 08.30, 11.35, 13.55, 16.50, 03.55 Новости 08.35, 10.50, 13.05, 15.45, 18.55, 21.30, 00.45 Все на Матч! 09.0, 11.40 Биатлон. Альфа-Банк Кубок Содружества. Масс-старт. Пр.тр. 10.20 Биатлон с Дмитрием Губерниевым 14.00 Художественная гимнастика. Гала-концерт. Небесная грация. Пр.тр. 16.55 Баскетбол. МБА (Москва) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Единая лига ВТБ. Пр.тр. 19.25 Футбол. «Байер» - «Айнтрахт» (Франкфурт). Пр.тр. 22.40 Футбол. «Лацио» - «Интер». Пр.тр. 01.40 Плавание. (0+) 03.35 Лица страны. (12+) 04.00 Волейбол. (6+)	06.30 «ВЫШЕЛ ЁЖИК ИЗ ТУМАНА». (16+) 10.05 «СТАРУШКИ В БЕГАХ-2». (16+) Россия, 2020 г. Мелодрама. В ролях: Елена Сафонова, Татьяна Орлова, Марина Яковлева, Алёна Коломина, Сергей Загребнев, Ева Серебренникова. Продолжение лирической комедии о трёх закадычных подругах Зине, Лиде и Катерине, которые решили на пенсии пожить для себя, сбежали от своих взрослых детей и отправились в путешествие по стране. Совсем ещё молодым «старушкам» придётся столкнуться с серьёзной проблемой - в бега ударились ещё и мужчины... 19.00 «ВОРОН». (16+) 23.00 Твой Домашний доктор. (16+) 23.15 «БЕГИ, НЕ ОГЛЯДЫВАЙСЯ!» (16+) 02.50 «Москвички». (16+) 06.05 «6 кадров». (16+)

НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

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

В субботу Петрович отправился на дачу – жена попросила набрать яблок для предстоящего пирога и жирного гуся, которого раздобыла по случаю у знакомого фермера. Яблоки хранились в подвале дачного дома и до самой весны оставались свежими и хрусткими – как вчера с ветки.

Ехать Петровичу, конечно, не хотелось, после рабочей недели мечталось только отдыхать. Однако мысли об ароматном гусе и пышном пироге подняли его на ноги и понесли к машине.

Деревня встретила Петровича замечательными почти по крышу домами – накануне выпал обильный снег. Дома не пустовали: едва не в каждом светилось по паре окон, на замерзшем пруду каталась на коньках ребятня. Петрович кое-как разгреб небольшие сугро-

В деревню за яблоками

бы, выросшие на тропе от калитки к дому, с трудом открыл замерзший замок. Дальше было проще – замок в подвал, куда он сразу и направился, открылся легко. Петрович набрал яблок и собрался было уезжать, но вдруг зазвонил его мобильный телефон. Звонила соседка по даче Ирина Андреевна.

Извините, что тревожу в выходной, – неуверенно начала она, поздоровавшись, – но тут у нас такое случи-



лось... Без вас не разобратся.

– Откуда вы знаете, что я приехал? – удивился Петрович.

– Из окна увидела, – теперь уже удивилась Ирина Андреевна: странный вопрос для опытного сыщика. Ах, ну да... – смутился майор. – Хорошо, сейчас я зайду к вам.

До калитки к дому Ирины Андреевны по наезженной дороге идти было легко. За калиткой ровным слоем лежал свежий снег, даже жалко было портить этот белый пушистый ковер. Однако пришлось задержаться Петрович не собиравшись.

На пороге его встретила Ирина Андреевна.

История у нее случилась и правда неприятная. Накануне в гости к ее дочери-студентке приехали трое друзей. До утра веселились, потом разошлись по комнатам спать, а в полдень Ирина Андреевна обнаружила пропажу крупной суммы денег. Причем рано утром деньги были еще на месте. Никто из гостей в краже, разумеется, не признался, дочь рыдает в три ручья...

– Думала уже полицию вызывать, – Ирина Андреевна сама едва не плакала, – а тут вы приехали. Помогите, Николай Петрович!

Разберемся, – нахмурился Петрович. – Где эти красавицы сейчас?

– По комнатам разошлись. – Показывайте, – вздохнул майор. – Мне бы с ними побеседовать.

– Пойдемте, – обрадовалась Ирина Андреевна. – На втором этаже все, я покажу.

В первой от лестницы комнате обнаружился угрюмый юноша, сидев-

ший с ноутбуком за столом. «Ничего не знаю, из комнаты не выходил», – буркнул он, происходящее его явно раздражало.

Во второй комнате юноша того же возраста дремал на широком диване. Этот был спокоен, насколько не удивился их визиту и подробно описал вчерашний вечер. Он тоже заявил, что не покидал комнату с тех пор, как лег спать.

Третьего юношу они застали за отжиманием от пола. Молодой человек рассказал, что утром, когда все пошли спать, он отправился кататься на лыжах: «Раз в год окатиться за городом и не воспользоваться такой возможностью – это преступление! Я очень люблю спорт, не смог удержаться».

Кого заподозрил в краже майор Петрович?

Ответ читайте в следующем номере.

Ответ на загадку в № 48: при отключении электроэнергии база радиотелефона не работает, и Машенька никак не могла позвонить банкиру с домашнего телефона. Тем не менее, она звонила – значит, электричество было отключено уже после «огрбления» ее сообщником, который унес драгоценности и заодно сумочку – для отвода глаз.

Ирина Андреевна с Петровичем спустились на первый этаж.

– Ну что ж, – сказал майор, – мне все ясно. У кого ваши деньги, я знаю. Только вот что, Ирина Андреевна, мальчишка-то молоденький совсем, жалко его под суд подводить. Вы бы с ним поговорили по душам, пусть сам вернет. Ну, а если не получится, позвоню вашему участковому, я его хорошо знаю. Он все сделает как надо. Как вам такой план?

Ирине Андреевне план майора понравился, на том и порешили. Петрович поехал домой – жена ждала яблоки. Звонок раздался, когда он уже въезжал в свой двор.

– Все в порядке, – возбужденно затараторила Ирина Андреевна. – И деньги отдал, и раскаялся. Обещал, что больше никогда. Спасибо, Николай Петрович!

Виктория АНДРЕЕВА

КИНО И СЕРИАЛЫ

МОСФИЛЬМ. ЗОЛОТАЯ КОЛЛЕКЦИЯ
06.05 «ТРИ ДНЯ В МОСКВЕ». (12+)
08.20 «ВИТЯ ГЛУШАКОВ - ДРУГ АПАЧЕЙ». (12+)

TV1000 VIJU TV1000
05.35 «СПЕНСЕР». (16+)
07.25 «ИАНА: ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (12+)

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

ДОМ КИНО
05.45 «Ералаш». (6+)
06.15 «ТАКСИ-5». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+
01.55 «ЭФФЕКТ МАНДЕЛЬ». (18+)
03.05 «ГОД В ПОРТУ». (16+)

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН
06.40 «ЯГА. КОШМАР ТЁМНОГО ЛЕСА». (16+)

КИНОКОМЕДИЯ
01.05 «ДЕВЯТЬ ЯРДОВ-2». (16+)

РОДНОЕ КИНО
01.05, 02.40, 04.00 «СЛУЧАЙ В АЭРОПОРТУ». (12+)

РУССКИЙ РОМАН
08.25 «НОВОГОДНИЙ ЭКСПРЕСС». (12+)

CINEMA
06.40 «ПОМИНИ». (18+)

red .RED
06.00 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)

РЕТРО
06.00 «ДВОЕ НА ОСТРОВЕ СПЕЗ». (16+)

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

ФЕНИКС ПЛЮС КИНО
08.00, 16.00 «ТАЙНЫ ДВОРЦОВЫХ ПЕРЕВОРОТОВ. РОССИЯ, ВЕК XVIII. ПАДЕНИЕ ГОЛИАФА». (18+)

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

ТВ 21
07.00 «ПУЛИ НАД БРОДВЕЕМ». (16+)

ЛЮДИ, СОБЫТИЯ, ИСТОРИЯ

МИР
05.00 «АРИНКА». (16+)

ПОБЕДА
06.20 «ДУМА О КОВПАКЕ. НАБАТ». (16+)

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

Ю
05.00, 07.00, 09.00 «Маша и Медведь». Мультсериал. (0+)

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ КАНАЛЫ

365 ДНЕЙ ТВ
00.00 Всемирное наследие. (12+)

VIJU HISTORY
06.10, 07.05, 08.05, 09.00, 10.05 100 чудес света. (16+)

ДОКТОР
06.00, 20.15 Правила жизни 100-летнего человека. Куба. (12+)

06.45, 13.45, 22.05, 04.40 Сражаться за жизнь. Владимир Неговский. Padre reanimazione. (12+)

Усадьба
06.05, 21.05 Красивая выпечка с Джульетой. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА
06.05, 08.50, 11.25, 14.40, 17.40, 20.40, 23.35, 01.40, 03.45 Фотоохота с Евгением Полонским. (16+)

00.00, 20.00 Танцы Twerk. (16+)

ЖИВИ!
00.00, 20.00 Танцы Twerk. (16+)

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

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ
ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО
Ремонт окон, балконов, жалюзи, дерево, ПВХ, Ал, дерево

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ

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

Завод «СтройБалконСервис»
ОКНА ПВХ БАЛКОНОВ, ЛОДЖИЙ
AL PROVEDAL
ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ
РЕМОНТ ОКОН И БАЛКОНОВ ВСЕ ВИДЫ РАБОТ
ПЕНСИОНЕРАМ ЛЬГОТНЫЕ УСЛОВИЯ
8-495-543-53-97
БЕЗ ВЫХОДНЫХ **8-495-782-54-48**
www.balkona.ru

СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

ЗАМКИ
ВРЕЗКА
ЗАМЕНА
РЕМОНТ
УСТАНОВКА
УКРЕПЛЕНИЕ
ВСКРЫТИЕ
(495) 740-21-51
круглосуточно

■ **8 (495) 978-03-44** КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КОМНАТЫ, КВАРТИРЫ НЕДОРОГО И ПОЭТАПНО. Обои, покраска, плитка, сантехника, электрика. Ванна под ключ. ЦИКЛЁВКА и ремонт паркета. Укладка линолеума, ЛАМИНАТА, допки. НАТЯЖНОЙ ПОТОЛОК. ОКНА. Отделка ванных, лоджий панелями. Доставка материалов. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (495) 978-03-44

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

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ **8 (495) 728-69-81, 8 (963) 628-67-80** Автогрупповые перевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РО, 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. Недорого. Пенсионерам СКИДКА. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. Тел.: 8 (495) 744-78-52, 8 (925) 435-13-99

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ **8 (965) 386-47-09** СЭС. 100% ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УНИЧТОЖЕНИЕ любой сложности – КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ, ПЛЕСЕНИ и т.д. Пар холодного и горячего туманов. Безопасные препараты для людей, животных, растений. ГАРАНТИЯ КАЧЕСТВА – официальный договор. Работаем 24/7. Система скидок. Москва и МО. Тел.: 8 (965) 386-47-09

Ключ-Сервис
ЗАМКИ
замена, ремонт
8(495)997-91-37

■ **8 (977) 354-98-39** Ремонт квартир, демонтаж, штукатурка стен и потолков, стяжка, электрика, шпателька, поклейка обоев, укладка ламината, натяжные потолки. Адекватные цены. Пенсионерам скидки. Тел.: 8 (977) 354-98-39, Владимир

■ **8 (916) 471-14-83** Ремонт квартир под ключ. Все виды отделочных работ, любой сложности. Качественно и недорого! Штукатурка, стяжка, шпателька, покраска, электрика, сантехника, плитка, ламинат. Ванна под ключ. Гарантия и качество, работаем честно. Пенсионерам хорошие скидки. Буду рад вам помочь. Тел.: 8 (916) 471-14-83, Павел

■ **8 (966) 099-99-53** РЕМОНТ КВАРТИР ОТ ПРОФЕССИОНАЛОВ. Делает все виды ремонтных работ по доступным ценам, предоплату не берём оплата по факту. Нас рекомендуют друзьям и знакомым. Выезд мастера БЕСПЛАТНО! Пенсионерам скидки. Помощь в подборе и покупке материалов. Тел.: 8 (966) 099-99-53

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

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

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

■ **8 (495) 363-80-48** От 700 руб! Профессионально и НАДОЛГО УНИЧТОЖИМ тараканов, клопов, блох, грызунов, плесень и запахи холодным туманом. Препараты БЕЗОПАСНЫ для детей и животных. В подарок выполним БАРЬЕРНУЮ ЗАЩИТУ от живности соседей! САНЭПИ-ДЕМСТАНЦИЯ. Тел.: 8 (495) 363-80-48

ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

КУПЛЮ ДОРОГО
Награды, знаки, медали, монеты, банкноты, часы, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, вазы, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, марки, сервисы, бронзу, картины, книги, открытки, АВТОГРАФЫ, шкатулки, янтарь, фото, дом. архив и другое. **ВЫЕЗД 24ч**
Тел. **8 (903) 666-33-55**

■ **8 (926) 705-30-59** Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовары, подстаканники, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундиры, открытки, старые детские и ёлочные игрушки, патефоны, часы, иконы, и др. старинные вещи. Тел.: 8 (926) 705-30-59

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

■ **8 (916) 993-36-64** Куплю. Ткани СССР, духи, парфюм, журналы мод, старинную одежду, вышивки, кружева, бижутерию, сумочки и шляпки, наручные часы, кофты СССР. Тел.: 8 (916) 993-36-64

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

■ **8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82** Магазин выкупит дорого: сервисы (остатки), вазы, хрусталь. Статуэтки из фарфора, бронзы, чугуна. Столовые приборы, подстаканники. Часы. Книжки. Открытки. Игрушки. Значки. Монеты. Украшения. Духи. Самовары. Иконы. Лампы. Кость. Всё из Китая. Выезд, оценка бесплатно. Тел.: 8 (916) 359-05-00, 8 (968) 907-44-82

■ **8 (903) 544-38-10** Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будду, награды, знаки, янтарь, подстаканники, портсигары, коронки, ювелирные изделия, золотые и серебряные монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовары, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. **КУПЛЮ ДОРОГО. ВЫЕЗД.** Тел.: 8 (903) 544-38-10, Наталья, Сергей

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

РАБОТА

ПРИГЛАШАЕМ НА РАБОТУ ПРОДАВЦОВ В КИОСКИ Г. МОСКВЫ

МЫ ПРЕДЛАГАЕМ:

- ▶ Выдача заработной платы наличными, без задержек;
- ▶ Ежедневный аванс от 500 рублей;
- ▶ Бесплатное общежитие, заселение в день обращения;
- ▶ График работы: 6/1; 2/2 недели
- ▶ Место работы: киоски в разных районах г. Москвы

ЗАРАБОТНАЯ ПЛАТА от 35 000 до 50 000 рублей

8 (965) 354-39-02, 8 (925) 507-46-48

Комиссионный магазин «Плюшкин»
КУПИМ ДОРОГО
Фарфор. Статуэтки. Иконы. Серебро. Янтарь. Ёлочные игрушки. Картины. Игрушки СССР. Старинную мебель. Китайский антиквариат. **ЛЮБЫЕ СТАРИННЫЕ ВЕЩИ.**
выезд и оценка бесплатно
8 (915) 128-37-18
ИП Логинов В.А. Лиц. №1023-00119-77/00390308

КОМИССИОНТОРГ
ВЫКУПИТ ДОРОГО
ВСЁ ДО 1980 г., в том числе: СТАТУЭТКИ, СЕРВИЗЫ (остатки), ВАЗЫ, ЧУГУН, БРОНЗУ, ФАРФОР Кузнецова, Гарднера, ЗНАЧКИ, НАГРАДЫ, ИКОНЫ, ВСЁ из Китая, КОСТЬ, Часы, Монеты, Портсигары, Хрусталь и др. предметы старины
Выезд, оплата сразу, оценка бесплатно
8 (916) 359-05-00
8 (968) 907-44-82

■ **8 (495) 643-72-12** Книжки, фарфор, СТАТУЭТКИ, подстаканники, самовары угольные, портсигары, Будды, шкатулки, монеты, ёлочные и детские игрушки СССР, открытки до 1940 г., бижутерию, исторические документы (земские, военные, благотворительные, рекламные, агитационные, почтовые, КРАСНЫЙ КРЕСТ). Все до 1957 года. **КУПЛЮ.** Тел.: **8 (916) 319-96-67, 8 (499) 249-77-32**

■ **8 (905) 777-77-53** ФАРФОР, СТАТУЭТКИ, ЧАЙН. СЕРВИЗЫ, Кузнецов, Гарднер, сервисы ГДР, посуду, пив. кружки, чайники, самовары, вазы. Мельхиор, СЕРЕБРО. Портсигары. ПОДСТАКАННИКИ. Шкатулки. ИКОНЫ. ЗНАЧКИ. Медали. Часы. МАГНИТОФОНЫ. Радио. Электронику. Ноутбуки. Фототехнику, объективы. БИНОКЛИ. ОТКРЫТКИ. Календари. ЦАРИЗМ. СТАРИН. ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ. Книжки, газеты, журналы, альбомы. Готовальни. Грамоты. Настол. лампы. МУЗ. ИНСТРУМЕНТЫ. МОНЕТЫ. Игрушки. Мыло СССР. Сувениры. Телефоны. Янтарь. Хрусталь. Чугун. Касли. Патефоны. Печат. машинки. Кукол. Подсвечники. Примусы. Керосин. Лампы. Бусы. Ножи. Документы. **КУПЛЮ.** Тел.: 8 (905) 777-77-53

Дорого куплю. Сервисы, посуду, цветное стекло, иконы, картины, фарфор, награды, столовое, ювелирное серебро, золотые коронки, коньяк времён СССР. Деньги сразу. Выезд бесплатный. Тел., ватсап: **8 (926) 050-12-40.**

■ **8 (925) 514-36-14** ОТКРЫТКИ, АКТЕРЫ, стар. фото. Посуду, сервис «Мадонна». СЕРЕБРО, ФАРФОР, СТАТУЭТКИ, ЁЛОЧ. ИГР. Журналы, календари. ФАНТИКИ. НОТЫ. Магнитофоны, КАССЕТЫ, СД. ФОТОАППАРАТЫ. Бинокли. Жест. банки. Юбилей. руб., монеты, значки. Телефоны. Масштаб. мод. машин, самолётов, ж. дорог. ЦАРИЗМ. Плакаты. Тел.: 8 (925) 514-36-14

■ **8 (985) 724-42-35** КУПЛЮ ЁЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ. Тел.: 8 (985) 724-42-35, Екатерина

■ **8 (999) 333-33-72** Сервисы, хрусталь, статуэтки, фарфор, иконы, награды, значки, знаки, портсигары, подстаканники, картины, столовые приборы, изделия из кости, Будд куплю дорого! Выезд и оценка бесплатно. Москва, МО. Оплата сразу. Тел.: 8 (999) 333-33-72

■ **8 (968) 665-20-06** Продавец билетов гостоло. 3/п от 21 500 руб. График: 7 работаете – 7 отдыхаете. М. «Савеловская», ТК «Бутырский», м. «Пионерская», ТЦ «Давыдовское», м. «Свиблово», ТЦ «Чукотка», м. «Измайловская», ТЦ «Парагон». Обучение 2 дня. Возможны подработки. Знание ПК на уровне пользователя. Тел.: 8 (968) 665-20-06

ЗНАКОМСТВА

■ **8 (985) 985-60-25** Устали от одиночества? Звоните! Знакомства для Москвы и Московской области. До 90 лет. Профессиональная сваха. Тел.: 8 (985) 985-60-25

■ **8 (495) 772-19-81** Агентство знакомств для встречи и брака! Недорого. Тел.: 8 (495) 772-19-81

Все объявления на правах рекламы

ДВЕРИ

IRBIS
ДВЕРНАЯ ФАБРИКА
БЕЗ МАГАЗИННОЙ НАЦЕНКИ!

СТАЛЬНЫЕ И МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ
МЫ ЗНАЕМ О ДВЕРЯХ ВСЕ! www.dveri-irbis.ru
МЕБЕЛЬ, КУХНИ, ШКАФЫ, АНТРЕСОЛИ, АРКИ, ПОРТАЛЫ, ОБИВКА.

ВЫЗВАТЬ СПЕЦИАЛИСТА С КАТАЛОГОМ БЕСПЛАТНО!

АКЦИЯ! ДВЕРЬ В ПОДАРОК

СКИДКИ ДО 20% МЕЖКОМНАТНЫЕ ДВЕРИ
от 5500 руб. **ВСЕ ВКЛЮЧЕНО**

В стоимость входит: Дверное Полотно, Коробка, Наличники.
Цены указаны с учетом скидки!

ВХОДНЫЕ ДВЕРИ СЕРВИСНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ
от 10600 руб. **ВСЕ ВКЛЮЧЕНО**

В стоимость входит: Дверное Полотно, Коробка, Наличники, Замок, Глазок.
Цены указаны с учетом скидки!

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

8 (495) 201-38-70
с 09:00 до 21:00 (БЕЗ ВЫХОДНЫХ)

ДОК ПРОИЗВОДСТВО ДВЕРЕЙ
ДВЕРИ МЕЖКОМНАТНЫЕ ВХОДНЫЕ ДЕРЕВЯННЫЕ И СТАЛЬНЫЕ

• ЗАМЕР • ДОСТАВКА • УСТАНОВКА • 100% КАЧЕСТВО

СКИДКИ до 30%

ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ: межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, порталы, шкафы, антресоли.
СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т.п.

ВETERANAM НОВОСЕЛАМ СТАРШЕМУ ПОКОЛЕНИЮ

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

Более 1000 моделей от простых до элитных любых размеров
ДВЕРНЫЕ ЗВОНКИ, ВИДЕОГЛАЗКИ ДЛЯ СЛАБОВИДЯЩИХ И СИГНАЛИЗАЦИЯ

• РАССРОЧКА: 0%
• ДОСТАВКА: 0 Р
• ВЫЕЗД ЗАМЕРЩИКА: 0 Р

ОТДЕЛ ПРОДАЖ 7:00 – 23:00
ЕЖЕДНЕВНО

8 (495) 208-03-88

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

РЕМОНТ НА ДОМУ
• Стиральных машин
• Холодильников

от 400 р.
Гарантия
Скидка до 50%
Выезд бесплатно

8-495-109-33-56
8-977-000-93-81

РЕМОНТ
ХОЛОДИЛЬНИКОВ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН

8 (495) 177-45-76
8 (901) 519-52-48

Вызов бесплатно
Пенсионерам скидки

РЕМОНТ
СТИРАЛЬНЫХ МАШИН,
ХОЛОДИЛЬНИКОВ, ЭЛЕКТРОПЛИТ

Пенсионерам **50%** Бесплатный
СКИДКА до **ВЫЕЗД**

8 (495) 106-25-69

■ **8 (495) 142-81-39, 8 (903) 796-14-08** ДОМ БЫТА – ремонт крупной бытовой техники. Выезд на дом, профессиональные мастера. СРОЧНЫЙ РЕМОНТ всех моделей Холодильников, Стиральных машин, Телевизоров (плазма, ж/к, кинескопные), ремонт Антенного кабеля, настройка ТВ, ремонт Швейных машин, Оверлоков, Электроплит, Газовых плит, Индукционных плит, электропанелей. Гарантия, скидки! Тел.: 8 (495) 142-81-39, 8 (903) 796-14-08

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

■ **8 (499) 703-41-94** Ремонт: телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: стиральных и посудомоечных машин! Электро- и газовых плит! Тел.: 8 (499) 703-41-94

■ **8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48** РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ от 300 руб. Городская мастерская производит РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ на дому марок СТИНОЛ, ИНДЕЗИТ, АТЛАНТ, МИНСК, ЗИЛ, САРАТОВ, ОКА, БИРЮСА, SAMSUNG, ELECTROLUX, и др. Пенсионерам и льготникам скидка до 50%. ВЫЗОВ БЕСПЛАТНО. Тел.: 8 (495) 166-32-41, 8 (963) 711-51-48

■ **8 (495) 545-15-79** Срочный ремонт стиральных машин и обслуживание кондиционеров. Любая работа 500 руб.! Выезд, диагностика – бесплатно. Гарантия до 3-х л. Скидки пенсионерам! Тел.: 8 (495) 545-15-79, без выходных

ХОТИТЕ РЕКЛАМУ
В ГАЗЕТЕ «ТЕЛЕК»?
ЗВОНИТЕ!
8 (495) 792-47-73

РЕНТА

■ **8 (916) 759-26-85** Возьму на пожизненное содержание престарелого человека. Договор пожизненной ренты. Плательщиком ренты является Романов А.В., ИНН: 502709754975. Тел.: 8 (916) 759-26-85

ЗДОРОВЬЕ

НАРКОХЕЛП Как уговорить лечиться?
ЗАПОИ
Вызов НАРКОЛОГА НА ДОМ ПО МОСКВЕ И ПОДМОСКОВЬЮ
Круглосуточно. Приезд врача от 30 мин.
ПОМОЩЬ
НАРКО- и АЛКОЗАВИСИМЫМ
АНОНИМНО Болезнь не приговор!
8 (495) 776-30-03
www.n-help.ru
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ.
ООО «НаркоХелп» Лиц.№ ЛО-77-01-002153

НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ
Срочный выезд врача на дом 24 часа по Москве и области
ВЫВОД ИЗ ЗАПОЯ
Анонимно. Кодирование. Снятие ломки. Реабилитация. Наркологическая помощь.
8-909-152-21-91
Лиц. №041-01162-50/00366814
Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста.

НЕДВИЖИМОСТЬ

■ **8 (909) 641-37-99** Срочно, сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел.: 8 (909) 641-37-99

■ **8 (495) 772-50-93** 1–3-комнатные квартиры, комнаты снимет мед. центр для своих сотрудников-москвичей, европейцев. Есть одинокие, семейн. Возможна предоплата, можно без мебели. Порядочность гарантируем. Тел.: 8 (495) 772-50-93, Спасибо

■ **8 (903) 515-85-33** Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями и др. проблемами. Выкуплю из ипотеки. Тел.: 8 (903) 515-85-33, Эля.

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТКЛИНИКА
ВЫЕЗД ВЕТВРАЧА 24 Ч.
Лечебный (срочный). СТРИЖКА.
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ.
КРЕМАЦИЯ.

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

РИТУАЛЬНЫЕ УСЛУГИ ДЛЯ ЖИВОТНЫХ.
Усыпление. Вывоз. Кремация. Тел.:
8 (495) 509-47-75, 8 (495) 772-34-72

ЛЕЧЕНИЕ ЖИВОТНЫХ на дому. Срочный ВЫЕЗД ветврача 24 часа. Безболезненное усыпление. Ветриутал. Тел.:
8 (495) 970-70-83, 8 (916) 797-29-40

МЕБЕЛЬ

■ **8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25** ПОДУШКИ ДЛЯ СОФЫ. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-matras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (977) 585-45-25.

■ **8 (968) 089-44-57** Абсолютно любой ремонт и обивка мяг. мебели. Кожаной, корпусной. Большой выбор тканей, кожи, кожзам. Замена различных механизмов, пружин. Нестандартная мебель. Тел.: 8 (968) 089-44-57

■ **8 (495) 532-33-12** Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел.: 8 (495) 532-33-12

■ **8 (926) 981-93-63** Недорогая перетяжка мягкой мебели на дому в Моск. и Подмоск. Тел.: 8 (926) 981-93-63

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

Городской Центр ПРАВОВОЙ ЗАЩИТЫ

- помощь обманутым вкладчикам
- реестр недобросовестных юристов
- расторжение договора с юристами и помощь по возврату денежных средств
- жилищные и наследственные споры
- улучшение жилищных условий
- расторжение договоров аренды
- банкротство физ. лиц

8 (499) 938-96-11

■ **8 (499) 409-91-42** Московская социальная юридическая служба. БЕСПЛАТНЫЕ консультации. 20 лет адвокатской практики. Составление исков. Участие в судах. Все споры, в т.ч.: вернем или распродадим квартиру. Выпишем из квартиры. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. Тел.: 8 (499) 409-91-42

■ **8 (965) 413-94-88** Услуги судебного юриста. Консультации, документы, исковые заявления, жалобы, ходатайства. Жилищные споры, семейные дела, расторжение брака, раздел совместно нажитого имущества, алименты и прочее. Тел.: 8 (965) 413-94-88, Светлана Святославовна

АВТО

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

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

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

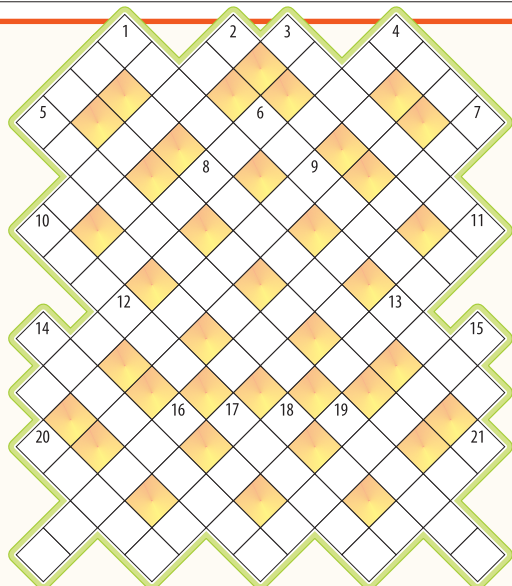
КОМПЬЮТЕРНЫЕ УСЛУГИ

РЕМОНТ И НАСТРОЙКА
компьютеров, ноутбуков, смартфонов, ТВ. Обучение пользованием смартфоном и комп. техникой.

Тел.: **8 (963) 644-92-69**, Павел

ПОШИВ ОДЕЖДЫ

■ **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.



ДИАГОНАЛЬ

Слева-вниз-направо: 1. Чем труют пятки? 3. Охотник, что отличит отпечатки лап койота от отпечатков бегемота. 4. Шуба удвоенной пушистости. 5. Пронее пели в фильме «Москва слезам не верит». 6. Кусочки сала, подрумяненные на сковороде. 8. Робертино, певший о Ямайке. 10. Сырье для прованского масла. 13. Обращение малыша к незнакомой даме. 14. Вырастает из головастика. 17. Морское

моторное рыболовное судно. 19. Северный порт на Енисее. 20. Роль Константина Лавроненко в сериале «Ликвидация». **Справа-вниз-налево:** 1. Эта птица величава. 2. Латиноамериканская соломенная шляпа с широкими полями. 4. Пират, которого историки по масштабу личности ставят рядом с Магелланом и Куком. 6. Прodelка. 7. Техническое

оснащение студии звукозаписи. 9. Как по-другому называется городская ласточка? 11. Изотоп водорода. 12. Путешествие на французский лад. 15. Годовалый жеребенок «от парикмахера». 16. Редактор и составитель четырехтомного «Толкового словаря русского языка». 18. Соавтор Пола Маккартни. 21. Крупный успех на широкой публике.

Отвечать: Слева-вниз-направо: 1. Пелёха. 3. Снедькот. 4. Дюха. 5. Александрит. 6. Шкаржак. 8. Лоретти. 10. Оливки. 13. Тетя. 14. Лягушонок. 17. Сеннер. 19. Итарка. 20. Чека. Слева-вниз-налево: 1. Пала. 2. Комберо. 4. Дрежк. 6. Шапости. 7. Анапаратура. 9. Воронюк. 11. Тритий. 12. Вояж. 15. Стригунок. 16. Уш-ков. 18. Леннон. 21. Фурор.

Что такое любовь? В широком смысле слова? Наверное, всё отдавать ближнему и ничего не требовать взамен.

Такие люди – большая редкость, но они всегда были и есть. Просто встречаются не каждому.

Ошибка при парковке

У меня появилось время поразмышлять о вечных непреходящих ценностях – уже целую неделю я нахожусь в больнице, куда загремела с банальным аппендицитом. Первые дни вынужденного пребывания в ограниченном пространстве стали настоящим испытанием для моей деятельной натуры. Тело на любое движение отзывалось волной боли, душа страдала от обидной жалости к себе любимой.

Спустя пару дней после операции я поймала себя на мысли: а хорошо бы сейчас зашла селедочка с жареной картошечкой. Мозг начал выстраивать возможность реализации внезапной хотелки.

– Слава богу, выздоровляю! – сказала вслух я сама себе, чем очень обрадовала временно нетрудоспособных дамочек по соседству.

– Ну и прекрасно! – откликнулась добродушная женщина справа. – В нашем деле главное – настрой и взаимная поддержка. Вот моего второго мужа положили с сердечным приступом, только вроде бы привели в чувство, как чуть там же и не потеряли.

– Как так?

– Мужские и женские палаты были в одном крыле и располагались почему-то в шахматном порядке. Лето, жара, двери нараспашку. Муж ночью отправился в туалет и на обратном пути в темноте перепутал пала-

И смех, и слёзы, и любовь

«Любовь – это всё, что у нас есть, и только любовью мы можем помочь друг другу». Еврипид

– Идиот он, – сказала Лена. – Ты не переживай и скажи ему спасибо за то, что помог не совершить глупость. Прикинь, он пустился бы во все тяжкие уже женатым человеком...

Одна моя приятельница тоже все никак не могла найти своего человека. На курорты таскалась, на концерты, на танцы записалась. Мужчин вроде полно, а по сути – единицы. Я имею в виду настоящих мужиков.

– Можно узнать критерий «настоящего»? – во мне пробудилось любопытство.

– Словами описать сложно. Тут нутром чувствуешь мужскую силу – в глазах, в развороте плеч, в верности, как бы банально это ни звучало. Должно все совпасть, как пазлы: физика, мысли, перспективы.

– Нашла? – круглые глаза «Бэмби» загорелись надеждой.

– Да, в своем ЖЭУ. Пошла подавать заявление на некачественную уборку подъезда, а там с проверкой вышестоящее начальство. Ну, приятельница и выдала все, что думает о работе некоторых сотрудников своей управляющей компании. Проверяющий оказался мужчиной неглупым, и что важно, неженатым. В общем, они вместе уже лет пять, душа в душу.

– Готовьтесь на перевязку! – прервала нашу задушевную беседу заглянувшая в дверь медсестра.

Вечером обязательно расскажу дамочкам свою историю. Хорошо, что наша память устроена так, что отбрасывается все тягостное, обыденное и прошлые моменты жизни предстают перед нами даже возвышенными.

РЕГИНА



ты. Зашел в женскую и плюхнулся в кровать. А там лежала сухонькая старушка. От неожиданности она крепко впилась костлявой рукой в его бок, он повернул голову и увидел в лунном свете ее отрешенное лицо. Вдруг глаза старушки сверкнули...

Душераздирающий крик мужа разбудил абсолютно всех. Из женской палаты его вывозили на каталке в предынфарктном состоянии...

– Зачетно припарковался, – хохотнула соседка слева.

Я давилась от смеха, изо всех сил стараясь по минимуму волновать свое тело. Не получилось. Растреванный шов от дырочек в правом боку долго не мог успокоиться.

Жизнь берёт своё

В нашей палате помимо меня лежали еще три женщины: веселая и добродушная Елена, которая знала миллион историй и

мастерски их рассказывала; Анна Аркадьевна, библиотечный работник предпенсионного возраста, и Оксана, молодая девушка с глазами Бэмби.

– Какой внимательный у вас сын, Анна Аркадьевна, каждый день навещает, – я повернулась к соседке слева, как только молодой человек вышел из нашей палаты. – И с невесткой вам повезло, хорошая девушка.

– Скоро они ее бабушкой сделают, – засмеялась Елена. – И жизнь заиграет новыми красками.

– Это не сын, – после паузы ответила Анна Аркадьевна.

– А кто же? Вы его сыном называете...

– Долгая история, – она погрузилась и отвернулась. А потом начала рассказывать.

У Анны Аркадьевны была прекрасная семья: муж, сын, которые ее очень любили и оберегали. Сын с детства прикипел к земле –

даче все время что-то сажал, выращивал, собирал отменный урожай. Закончив лесотехнический университет, стал агрономом. Еще в университете Саша познакомился с чудесной девушкой Юлей. Ребята стали вместе жить, готовились к свадьбе. А потом случилось несчастье. В одном из строений агрокомплекса начался пожар, Саша бросился спасать какие-то уникальные семена. Выбраться из горящего здания он уже не смог.

Через месяц после трагедии Анна Аркадьевна потеряла мужа. У супруга было слабое сердце, до больницы даже довезти не успели.

– Я тогда будто окаменела, – глухим голосом говорила Анна Аркадьевна. – Все время молчала, ни на что не реагировала, даже плакать не могла. Очень хотела уйти к своим мальчикам...

Юля и Лёня, закадычный друг сына, стали единственными людьми, рядом с которыми у Анны Аркадьевны включалось сознание. Они были для нее олицетворением счастья так рано ушедшего Саши. Юля страдала не меньше, но, собрав волю в кулак, делала все, чтобы вернуть маму

погибшего жениха к жизни. Она даже жить к ней переехала, чтобы не оставлять надолго одну. Старался и Лёня. Обеспечение Анны Аркадьевны всем необходимым он взял на себя.

О том, что у молодых людей завязались отношения, она узнала последней. Ребята скрывали, боясь неадекватной реакции. Рассказали все накануне свадьбы.

– Они думали, что я никогда не пойму и не приму. А я была счастлива! Впервые за те два года. Знаю, что и Саша мой очень рад за них.

Анна Аркадьевна замолчала, а потом с улыбкой сказала:

– Жду не дождусь рождения внука. Представляете, у малыша будет два дедушки и три бабушки!

Найти своего человека

– А мне не везет в личной жизни, – подала голос Оксана. – Со мной знакомилась, сама знакомилась, меня знакомили – ничего не получается. Один даже замуж позвал, а на следующий день позвонил и сказал: «Ты извини, я подумал, ну зачем нам жениться? Молодые еще, надо погулять, пока есть желание и силы». Представляете? Я тогда неделю плакала.

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



Дачный сезон во льдах

Дачный сезон – понятие повсеместное, вполне применимое даже в Антарктиде. У ученых станции Восток на самом холодном континенте он выдался максимально удачным. В обогреваемых они вырастили 11 кг сладкого перца, 20 кг помидоров и 150 кг капусты. И впервые получили урожай огурцов – целых 16 кг!



Колобок как блюдо

Знакомые с детства строчки из сказки про Колобка «на сметане мешон, в масле пряжон» воспринимаются как что-то само собой разумеющееся. Но что значит слово «пряжон»? Смазан? Облит? На самом деле до XVII века в русской кухне не существовало понятия «жарить». Блюда запекали или пряжили – опускали продукты в масло лишь наполовину и ставили в печь. Со временем пришло понимание, что масло надо экономить, и слово «пряжить» почти вышло из оборота, замененное словом «жарить».



«Собачий вальс» с акцентом

Мелодия так называемого «Собачьего вальса» популярна во многих странах. Как это ни странно, но милое музыкальное произведение, которое мы знаем как «Собачий вальс», во всех странах называется по-разному. В Болгарии – это кошачий марш, в Германии, Нидерландах и Бельгии – блошинный вальс, в Венгрии – ослиный марш. В Швейцарии и Франции название связано с отбивными котлетами. В Дании мелодия носит название «фрикадельки убегают через забор». Причем автор этой пьесы доподлинно не известен.



Зоопарк на полупроводниках

В зоопарках могут жить не только животные, но и роботы. Так решил португалец Леонел Моура и открыл первое в мире подобное заведение. Внешне это футуристический стеклянный купол, под которым живут 45 механизированных обитателей. Они взаимодействуют друг с другом, реагируют на посетителей и питаются энергией от солнечных батарей. Именно по этой причине среди обитателей необычного зоопарка нет тех, кто активничает по ночам.

Светлана СИДОРЧУК

LEOMAX

Оформи заказ по телефону:
8 (800) 500-77-11 и получи **ПОДАРОК***!

Скидки
на ТВ-ХИТЫ
до **-60%**

**Комплект «Гермес» +
браслет в ПОДАРОК!**
лот 60951



2499р. 1999р.
Браслет в ПОДАРОК!
• Комплект из креста с цепочкой для настоящего мужчины.
• В ПОДАРОК – браслет с таким же плетением.
Материал: сплав недрагоценных металлов, покрытие цвета золота.
Размеры: 3,8×5,8 см (крест); 60×0,6 см (цепь); 22×0,6 см (браслет).

Бритва 3 в 1 «Леомак Рейзер»
лот 402968-01



1999р. 1499р.
• 3 в 1: роторная бритва для лица (1), триммер для висков и бороды (2), триммер для носа и ушей (3).
• Водонепроницаемая, легкая и компактная.
• Работает от аккумулятора.
Материал: пластик, металл, резина, нерж. сталь (лезвия).
В комплекте: бритва с удобной ручкой, 3 насадки (роторная бритва с защитной крышкой и 2 триммера), кабель-USB для зарядки, щетка для чистки бритвы.
Емкость аккумулятора: 800 мАч. Мощность: 5 Вт. Время работы при полной зарядке: до 60 мин.

Усилитель звука «Чуткий слух»
лот 402930



1499р. 999р.
• Может усиливать звуки до 40 дБ.
• 6 уровней громкости.
Материал: металл, пластик, силикон. Размер усилителя звука: 5×4,5×1,7 см. Длина обода: 4 см. Вес: 10 г. В комплекте: усилитель звука, 2 батарейки AG3 (1,5 В), ушные вкладыши в трех размерах, контейнер для хранения, инструкция.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

«Браслет здоровья»
лот 44663 **2999р. 1499р.**



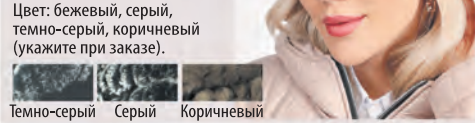
• Не требует подключения к Интернету.
• Измерение давления и пульса, измерение расстояния, шагомер, счетчик калорий.
Размер: 18 мм (ширина), 24 см (окружность).
Материал корпуса: гипоаллергенные пластик и силикон. Водонепроницаем. Встроенный аккумулятор.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Икона из янтаря
лот 505074



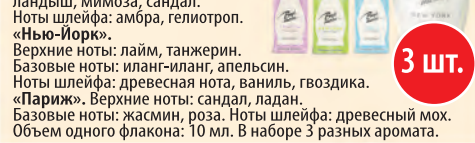
3999р. 1499р.
Икона из янтаря:
• «Святая Матрона» (на фото);
• «Неувядаемый цвет»;
• «Умягчение злых сердец».
Материал: янтарь.
Размер: 14×17 см.
В комплекте: икона в рамке.
Икону укажите при заказе.

Женская меховая шапка «Герда»
лот 300105



2999р. 999р.
Материал: мех кролика породы рекс, вязаная трикотажная основа (ПЭ).
Размер: универсальный (ОГ: 54-60 см).
Цвет: бежевый, серый, темно-серый, коричневый (укажите при заказе).
Темно-серый Серый Коричневый

Набор духов «Быть может», 2 флакона + 3-й в ПОДАРОК, 30 мл



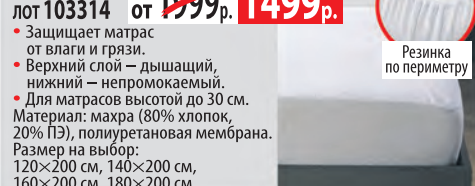
лот 402309 1999р. 999р.
«Лондон». Верхние ноты: бергамот, роза, фиалка. Базовые ноты: гиацит, ландыш, мимоза, сандал. Ноты шлейфа: амбра, гелиотроп.
«Нью-Йорк». Верхние ноты: лайм, танжерин. Базовые ноты: иланг-иланг, апельсин. Ноты шлейфа: древесная нота, ваниль, гвоздика.
«Париж». Верхние ноты: сандал, ладан. Базовые ноты: жасмин, роза. Ноты шлейфа: древесный мох.
Объем одного флакона: 10 мл. В наборе 3 разных аромата.

Брюки на резинке «Стрелочка»
лот 305634 **2699р. 1499р.**



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

Простыня на резинке
лот 27839 от **1899р. 1299р.**



Белый, оливковый, персиковый лот 16558
Мягкий, розовый, желтый, кофейный, синий
• Для матрасов высотой до 20 см.
Материал: 100% хлопок. Размер: 90×200 см, 140×200 см, 160×200 см, 180×200 см, 200×200 см.
Надежная фиксация
Резинка по периметру

Кинезио тейп, 3 шт.
лот 403698



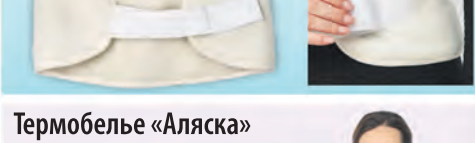
1599р. 1199р.
• Фиксирует мышцы, связки и суставы.
• Ускоряет восстановление мягких тканей.
• Улучшает микроциркуляцию крови и лимфоток.
Материал: 95% хлопок, 5% спандекс, гипоаллергенный клей. Длина ленты: 5 м, ширина: 5 см. В комплекте: 3 шт.
Цвет в ассортименте без возможности выбора.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Воротник согревающий
лот 403692 **1299р. 899р.**



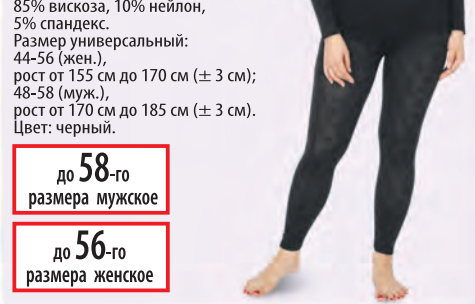
• Овечья шерсть создает лечебное сухое тепло.
• Эластичные фиксаторы на липучке позволяют регулировать размер.
Состав: мех трикотажный с ворсом (70% овечья шерсть, 30% ПЭ). Окантовка: флис. Размер спинки: 31×40 см. Цвет: коричневый.

Пояс согревающий из шерсти
лот 403691 **1199р. 799р.**



• Овечья шерсть создает лечебное сухое тепло.
• Эластичный фиксатор на липучке позволяет регулировать размер.
Материал: мех трикотажный с ворсом (70% овечья шерсть, 30% ПЭ). Размер: 75×23 см (без учета резинки).
Овечья шерсть в составе

Термобелье «Аляска»
лот 45536-01 мужское лот 45536-02 женское



1999р. 1299р.
• Мягкий и эластичный материал.
• Универсальный размер.
• Температурный режим от +10 до -20 °С.
• Незаметно под одеждой.
Материал: 85% вискоза, 10% нейлон, 5% спандекс. Размер универсальный: 44-56 (жен.), рост от 155 см до 170 см (± 3 см); 48-58 (муж.), рост от 170 см до 185 см (± 3 см). Цвет: черный.
до 58-го размера мужское
до 56-го размера женское

Термоноски «Аляска», 2 или 4 пары
лот 45368



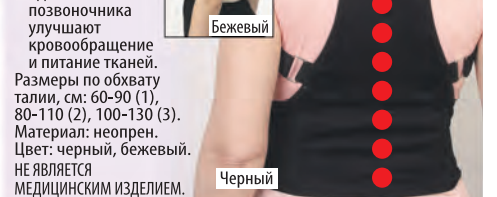
2 пары 999р. 599р.
4 пары 1999р. 999р.
• Трехслойный материал: внутренний слой – антибактериальный; средний – не пропускает холод и сохраняет тепло; наружный слой обеспечивает влагообмен.
• Износостойкие.
Материал: 70% хлопок, 27% ПЭ, 3% спандекс. Размер единый: 34-41 (жен.), 40-46 (муж.). В комплекте: 2 пары, 4 пары.

Универсальная массажная подушка «Profi»
лот 403401



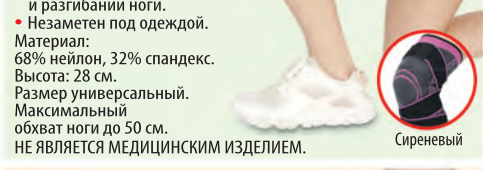
3599р. 1999р.
• Поможет снять напряжение в мышцах.
• Есть функция подогрева.
• Можно использовать дома, на работе, в автомобиле.
• Удобное управление одной кнопкой.
Материал: пластик, иск. кожа, текстиль. Размер: 31,5×18×8,5 см. Мощность: 24 Вт. Питание: от сети 220 В или от автомобильного аккумулятора 12 В. В комплекте: массажер, автомобильный и сетевой провода, чехол на молнии.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Корректор осанки «Здоровая спина»
лот 400573 **1999р. 899р.**



Встроенные магниты
• Эффективный способ сформировать правильную осанку.
• 10 магнитов вдоль позвоночника улучшают кровообращение и питание тканей.
Размеры по обхвату талии, см: 60-90 (1), 80-110 (2), 100-130 (3). Материал: неопрен. Цвет: черный, бежевый.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Наколенник «Двигайся легко»
лот 45295



1 шт. 999р. 599р.
2 шт. 1999р. 999р.
Зеленый
• Уменьшает нагрузку на сустав.
• Не нарушает кровотока.
• Фиксирует сустав при сгибании и разгибании ноги.
• Незаметен под одеждой.
Материал: 68% нейлон, 32% спандекс. Высота: 28 см. Размер универсальный. Максимальный обхват ноги до 50 см.
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

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



• Фиксирует и снижает нагрузку.
• Компрессионный эффект.
Материал: нейлон, спандекс, латекс. Размер: универсальный. Высота: 22,5 см. Обхват: 24 см (в нерастянутом виде).
НЕ ЯВЛЯЕТСЯ МЕДИЦИНСКИМ ИЗДЕЛИЕМ.

Велотренажер «Кардио»
лот 401808 **3999р. 1799р.**



• Для тренировки ног и рук.
• Регулируемый уровень нагрузки.
• Укрепление дыхательной и сердечно-сосудистой систем.
• Компактный.
Материал: металл, пластик. Вес: 2,4 кг. Размер: 40×53,5×25,5 см.

***ВАШ ПОДАРОК:**



• При заказе от 2000 р.: Складные очки «Фокус Плюс» с футляром
• При заказе от 1000 р.: Комплексная пищевая добавка для здоровья и красоты «ANTIOXIL», 60 табл.

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

* При одновременном заказе на сумму от 1000 рублей без почтового сбора. Все цены указаны в рублях. Бесплатная доставка при оплате картой. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте у оператора по тел.: 8 (800) 500-77-11. Предложение действительно с 01.12.23 по 29.02.24 г. Продавец: ООО «ЕВРОШОП». ОГРН 1097746479270, 115088, г. Москва, ул. Шарикоподшипниковская, д. 13, стр. 62. Сайт: leomax.ru. E-mail: catalog@leomax.ru. Получить наш бесплатный каталог вы можете, позвонив по номеру телефона (круглосуточно, звонки бесплатные по всей территории РФ):

8 (800) 500-77-11

Чем опасен для вас шум в голове или ушах?

Организм человека – это сложный и хорошо отлаженный природой механизм, который при любом сбое, пусть даже незначительном, сразу же посылает нам сигнал

Именно поэтому постоянный шум в голове относится к таким важным «звоночкам», свидетельствующим о развитии какого-либо недомогания. Это бомба замедленного действия в вашем организме. Шум может иметь различную интенсивность, постоянный или приступообразный характер. Очень часто неприятные ощущения сопровождаются головокружением, тошнотой, снижением работоспособности и другими последствиями для вашего организма.

Главная опасность таких шумов заключается в том, что они являются симптомами развития широкого спектра опасных заболеваний – от сосудистых нарушений до злокачественных опухолей мозга. Именно поэтому при возникновении у вас шума в голове или ушах так важна ранняя диагностика и вовремя начатое лечение.

Что будет, если не обратиться к специалисту?



В большинстве случаев шум в голове или ушах свидетельствует о наличии у вас серьезных патологий, представляющих реальную угрозу.

Согласно проведенным медицинским исследованиям, скорость развития этих патологий и осложнений в последние годы стремительно растет.

Если вы не примете срочные меры или будете использовать неэффективное лечение, то в вашем организме неизбежно запустятся мощные патологические процессы, которые приведут к прогрессированию основного заболевания и необратимым последствиям для вашего организма. Кроме того, постоянный шум в голове вызывает множественные неврологические расстройства и существенно снижает качество жизни.

Как правильно питать организм и восстановить вашу иммунную систему?

Главная причина шума в голове и ушах

Абсолютно все процессы в нашем организме управляются головным мозгом. Его клетки получают информацию от всех органов и систем, анализируют эту информацию, вырабатывают

нужную реакцию и по нервным клеткам передают соответствующие приказы различным органам тела. Иными словами, человек остается здоровым, пока мозг четко и корректно управляет этими процессами.

Шум в голове (как и любые другие симптомы) возникает от совокупности различных факторов. Эти факторы приводят к сбою в работе определенных от-

делов головного мозга и нарушениям нейронных связей. Другими словами, мозг перестает отдавать «правильные» приказы для четкой работы вашей системы кровообращения, что приводит к появлению шумов, а потом и к более серьезным последствиям, которые отмечались выше.

*Сроки проведения акции с 06.12 по 29.12.2023 г. Информацию об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве подарков, сроках, месте и порядке их получения уточняйте по телефону 8 (495) 221-92-01.



Как вам поможет прием сосудистого комплекса?

Улучшится обмен веществ в клетках за счет нормализации капиллярного кровотока. Усилятся процессы вывода шлаков и токсинов из клеток и органов. Укрепнет иммунитет.

Вы почувствуете новый прилив сил и активности. Вернется ощущение свежести, бодрости, поднимется настроение.

За счет улучшения чистоты внутренних органов ваш организм начнет активно сопротивляться разрушительному течению времени – другими словами, повысится ваш уровень молодости.

А ТЕПЕРЬ САМОЕ ВАЖНОЕ:

✓ **Сосудистый комплекс – наиболее мощное оружие современной практики при шуме в голове.**

✓ **Сосудистый комплекс – можно эффективно использовать совместно с любыми лекарственными продуктами, без каких-либо побочных эффектов.**

✓ **Сосудистый комплекс – УПОТРЕБЛЯЮТ тысячи людей в НАШЕЙ СТРАНЕ.**

✓ **Производится в России.**

✓ **Многоуровневый контроль качества.**

Кроме этого, сосудистый комплекс восстановит вашу иммунную систему. Он поможет при очищении организма от шлаков и токсинов. Это повысит ваш уровень молодости и предотвратит развитие многих возрастных патологий. Вы будете оставаться крепким и активным до глубокой старости, а не вести вялотекущий образ жизни, ожидая помощи от своих детей, врачей, родных и близких.



50% скидка* для пенсионеров
Акция с 06.12 по 29.12.23

Как победить шум в голове и ушах быстро и эффективно?

Ответ очевиден: необходимо регулирование процессов внутреннего обмена веществ – первопричины расстройств системы кровообращения. Очень важно затормозить склеивание тромбоцитов, проще сказать – разжижить кровь. А еще – ускорить образование тканей при повреждении. Необходим продукт, который восстановит работу мозговых центров, отвечающих за регуляцию кровеносной системы.

Сосудистый комплекс рекомендован людям с целью питания и укрепления сердечной мышцы, а также лечения сердечно-сосудистых заболеваний. У кого уже есть проблемы с сердцем, сосудистый комплекс необходим при комплексном лечении стенокардии, аритмии, сердечной недостаточности, во время реабилитации после инфаркта миокарда. Регулярный прием магния снижает риск инфаркта в 2 раза, прием калия снижает риск инсульта на 40%.

Почему так важен сосудистый комплекс?

Селен в сочитании с Калием и Магнием питает и укрепляет сердечную мышцу, нормализует обменные процессы в миокарде, улучшает работу сердца, предотвращает преждевременное старение и изнашивание миокарда, препятствует развитию атеросклероза, гипертонии, аритмии, ИБС и метаболических изменений в миокарде.

Как это работает?

Альгинат натрия, входящий в состав сосудистого комплекса, воздействует на управляющие центры головного мозга.

Мозг начинает вырабатывать десятки нейрогормонов и формировать «корректирующие» нервные импульсы.

Нейрогормоны во много раз эффективнее самых мощных лекарств, помогают в лечении. Нервные импульсы устраняют патологические процессы на клеточном уровне и корректируют работу других органов и систем организма.

Всем крепкого здоровья, и берегите себя, здоровье у нас одно.

8 (495) 221-92-01
8 (925) 985-92-25
Наш магазин: Москва, ул. Заповедная дом.16, корп.1
Бесплатный звонок, консультация специалистов, а также бесплатная адресная доставка.

ИП Петрова Е.С. Юр. адрес: Москва, ул. Заповедная д.16, корп.1, ИНН 771532709964, ОГРНИП 323774600475864 от 31.07.23. РЕКЛАМА.