

№7  
(367)

ТВ-программа с 18 по 24 февраля 2019 года

PRESSA.RU

52  
КАНАЛА  
ТВ

ИСТОРИЯ  
И ТРАДИЦИИ.  
СРЕТЕНИЕ  
ГОСПОДНЕ

стр. 20

УЖИН  
ДЛЯ ДВОИХ:  
ЛЮБОВЬ  
В КАЖДОМ  
РЕЦЕПТЕ

стр. 10

ЕЛЕНА  
ПОДКАМИНСКАЯ

ЛЮБОВЬ ВСЁ ПРЕОДОЛЕЕТ  
И РАССТАВИТ ПО МЕСТАМ

стр. 6

12+

ТЕЛЕК

ГЛАВНАЯ ТЕМА НОМЕРА  
ЦИФРОВОЕ  
ТЕЛЕВИДЕНИЕ

- ✓ КОГДА ПРОПАДЁТ АНАЛОГОВЫЙ СИГНАЛ?
- ✓ ТРЕБУЕТСЯ ЛИ НОВАЯ АНТЕННА?
- ✓ НУЖНО ЛИ МЕНЯТЬ ТЕЛЕВИЗОР?
- ✓ ОБЯЗАТЕЛЬНО ЛИ ПРИОБРЕТАТЬ СПЕЦПРИСТАВКУ?
- ✓ У КОГО ТВ УЖЕ ПОКАЗЫВАЕТ В ЦИФРЕ?

стр. 18-19

7 КИТАЙСКИХ  
ПРАВИЛ  
ЗДОРОВОГО  
ПИЩЕВАРЕНИЯ

стр. 14

Фото телеканала «Супер»

ISSN 2226-6380



9 772226 638770 19007

# СУХОСТЬ КОЖИ?

Ваша кожа страдает:

Обветривание  
Зуд и шелушение  
Раздражение кожи



- Восстанавливает обветренную кожу
- Устраняет сухость и шелушение кожи в холодный период года
- Смягчает, увлажняет и повышает эластичность кожи
- Легко впитывается, не оставляет жирных следов



ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЕ  
НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ  
ПРЕДПРИЯТИЕ

RADEVIT.RU

РЕКЛАМА  
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.  
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С  
ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

## Васильев оказался «чужим среди чужих»

На телеканале НТВ – премьера третьего сезона острогужетного детектива «Невский» – «Невский. Чужой среди чужих». Роль главного героя Павла Семёнова исполнил актер Антон Васильев.

История сезона начинается с того, что во время перестрелки в супермаркете Павел Семёнов получает тяжелое ранение. Он не хочет возвращаться в полицию. Да и места в гражданской жизни себе найти не может. Семёнов принимает предложение своего друга Алексея Фомина (Дмитрий Паламарчук) возглавить службу безопасности.

– От сезона к сезону мой герой меняется, – поделился с нами Антон Васильев. – Я прикладываю много усилий для того, чтобы Семёнов не «стоял на месте». Наш сценарист Андрей Тумаркин продолжит радовать нестандартными поворотами сюжета, а мы в свою очередь покажем, как наши герои справляются с различными вызовами судьбы.



Фото PR НТВ

## Симон Осиашвили написал гимн зоопарка

Известный композитор и поэт-песенник Симон Осиашвили, автор хитов «Дорогие мои старики», «Мамины глаза», «Не ссыпь мне соль на рану» и других, стал победителем конкурса на лучший гимн для Московского зоопарка. В феврале самый известный зоопарк страны отмечает 155-летие, к этой дате и был объявлен конкурс среди поэтов и музыкантов – как профессионалов, так и любителей. Свои варианты гимна прислали более 150 человек самых разных возрастов и профессий со всей России. В честной творческой борьбе победил Симон Осиашвили.

– Я сейчас как раз еду в зоопарк, будем записывать гимн с детским ансамблем «Динамичные ребята», – рассказал нам поэт. – Возможно, позднее к нему присоединятся и взрослые – например, Николай Николаевич Дроздов, телеведущий и большой друг животных. Потому что в припеве как раз говорится, что зоопарк – это праздник для взрослых и детей.



## «Раскалённую» Диану Арбенину остудили в воде

Ради съёмок в клипе на новую композицию «Раскалённые» Диана Арбениной пришлось брать уроки подводного плавания.

Работа над видео проходила в двух странах: на Мальте и в России. В Москве снимали подводную часть – когда героиня ролика плавает в глубинах вод. Ради красивого кадра на два дня арендовали один из столичных бассейнов. Диана Арбенина тщательно готовилась к погружению с инструктором, так как ранее не имела опыта погружений в воду. Артистка в короткие сроки освоила необходимые навыки. Правда, на съемках клипа все было куда сложнее, чем на занятиях: если там все погружения проходили в гидрокостюме, то на площадке пришлось быть в легком платье, из-за чего артистка все время мерзла. Но с задачей вся команда справилась идеально.



Собств. инф. и ИА «Столица» специально для «Телека»

## «Ты супер!» готовится к премьере

На канале НТВ готовится премьера третьего сезона международного вокально-го шоу «Ты супер!». Как и раньше, в нем примут участие дети, оставшиеся без попечения родителей. Однако теперь на сцену выйдут не только новички, но и те ребята, которые уже выступали раньше.

– Этот проект навсегда оставил в моем сердце самые теплые воспоминания, – рассказала нам победительница первого сезона Валерия Адлейба. – Я бы никогда не подумала, что в моей жизни в один момент произойдет столько всего прекрасного! Теперь моя жизнь совсем не похожа на прежнюю: я много пою, пробую себя в роли ведущей, учусь в новой школе и каждый месяц куда-нибудь выезжаю.

А в преддверии телевизионной премьеры на сцене Государственного Кремлевского дворца состоится благотворительный гала-концерт с участием детей из прежних и нового сезонов, в котором примут участие Игорь Крутой, Диана Арбенина, Елка, Стас Пьеха, Алсу, Владимир Пресняков и другие мэтры российской эстрады.

## Михаил Пореченков получил гадалку в напарницы

На Первом канале – премьера детективного сериала «Гадалка» (производство Продюсерского центра «ГОРАД») с Михаилом Пореченковым в главной роли. По сценарию его герой – опер Алексей Потапов – расследует сложные дела. В помощь ему выделили Люсю Некрасову (ее сыграла молодая актриса Екатерина Олькина), которая обладает уникальным даром: может угадывать детали преступления и подсказывать следствию верные шаги по поиску преступника.



Что касается актеров, то многие трюки они делали сами, обходясь без дублеров. Больше всего «досталось» исполнительнице главной роли – «гадалке» Екатерине Олькиной.

– Самой памятной для меня была сцена «Испытание», когда моей героине снился веющий сон, – рассказала нам Екатерина. – Мы снимали ночью на стройплощадке. На улице был минус, а я должна была идти по балке в ночной рубашке. Балка – как гимнастическое бревнышко, с одной и с другой стороны – обрыв. По сюжету моя героиня во сне падает с этой балки вниз. Мы с каскадерами все тщательно отрепетировали, меня подцепили на специальный трос, и так я летела вниз несколько этажей. Так что страх в моих глазах даже играть не пришло.

Фото Продюсерского центра «ГОРАД»

## Жанна Бадоева заглянет в жизнь других

На Первом канале – премьера нового шоу «Жизнь других». Его ведущей стала Жанна Бадоева. Передача будет рассказывать о том, в чем прекрасно разбирается Жанна, – о путешествиях. Напомним, что до «переезда» на Первый канал теледива вела телевизионный шоу «Орел и Решка» на «Пятнице».

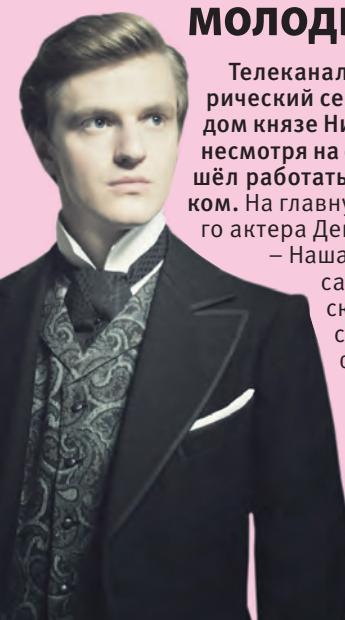
Жанна Бадоева вместе со своей командой покажет, как именно живут простые жители в других странах. Например, сколько стоит устроить ребенка в детский сад в Сингапуре или как выглядит роддом в Амстердаме. Ведущая даже заглянет к местным жителям в холдинги. Так что мы наконец-то получим честные ответы на жгучий вопрос: а как у них?

## «Год культуры» заставит чиновников работать

На телеканале ТНТ продолжается показ сериала «Год культуры» с Фёдором Бондарчуком в главной роли. Напомним: по сюжету чиновника из министерства культуры отправляют на «исправительные» работы в один из институтов в глубинке.

Создатели фильма и телеканал ТНТ решили в честь сериала провести небольшую акцию под девизом «Заставь чиновника работать». В разных городах страны на улицах появились солидно одетые мужчины с лопатами в руках, которые чистили снег. Правда, оказалось, что это не реальные чиновники, а актеры, прекрасно вжившиеся в образы.

## Денис Нурулин стал молодым князем



Телеканал НТВ готовит к показу исторический сериал «Безъсонов» – о молодом князе Николае Безсонове, который, несмотря на свой социальный статус, пошёл работать в полицию простым сыщиком. На главную роль пригласили молодого актера Дениса Нурулина.

– Наша история разворачивается в самом начале ХХ века, – рассказал нам Денис. – Еще до съемок я погрузился в атмосферу того времени, изучал историю: что происходило тогда, чем жили люди, какие у них были интересы. Кроме того, ради этой роли мне пришлось похудеть – хотя у меня и так не было лишнего веса, но режиссер посчитал, что мой князь должен быть стройно-изящен.

## Февраль покажет москвичам «Всё о Золушке»

В феврале Московский театр мюзикла предложит зрителям 12 показов самого романтического и волшебного российского мюзикла «Всё о Золушке». Эта сказочная и при этом правдивая история с неожиданными сюжетными ходами



ми, гротескными персонажами, умным и смелым юмором непременно растрогает зрителя и заставит снова поверить, что настоящая любовь способна творить чудеса.

– Признаться, в этом сезоне мы не планировали показывать «Всё о Золушке» в Москве, – сообщил художественный руководитель Театра мюзикла Михаил Швыдкой. – Но зрительский запрос на него оказался так велик, что пришлось срочно искать окно в нашей афише.

Для февральских показов в мюзикле «Всё о Золушке» обновят декорации, дополнят световую партитуру и усовершенствуют звук. Главное же останется неизменным: хитовые мелодии Раймонда Паулса, изобретательная режиссура и хореография Олега Глушкина, остроумные стихи и пьеса Сергея Плотова по идее Дмитрия Быкова.

Фото Московского театра мюзикла

## Суханкина учит китайский

Маргарита Суханкина вместе с детьми – девятилетним Сергеем и восьмилетней Валерией – собралась в этом году совершить путешествие в Китай. Несмотря на то что поездка состоится только через несколько месяцев, артистка решила подготовиться к ней заранее и основательно: всей семьей они учат китайский язык.

– Честно скажу, пока у детей получается гораздо лучше, – призналась нам Маргарита. – Предполагаю, что скоро китайский язык станет одним из основных в мире, поэтому эти знания точно им пригодятся и в дальнейшем. В школе на следующий год нас появится второй иностранный язык – первый у нас английский. Я надеюсь, они продолжат свое обучение китайскому языку.

Собств. инф. и ИА «Столица» – специальная поддержка «Телеканала»

## Жанна Бадоева заглянет в жизнь других

На Первом канале – премьера нового шоу «Жизнь других». Его ведущей стала Жанна Бадоева. Передача будет рассказывать о том, в чем прекрасно разбирается Жанна, – о путешествиях. Напомним, что до «переезда» на Первый канал теледива вела телевизионный шоу «Орел и Решка» на «Пятнице».

Жанна Бадоева вместе со своей командой покажет, как именно живут простые жители в других странах. Например, сколько стоит устроить ребенка в детский сад в Сингапуре или как выглядит роддом в Амстердаме. Ведущая даже заглянет к местным жителям в холдинги. Так что мы наконец-то получим честные ответы на жгучий вопрос: а как у них?



## ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ПОТЕРЯННЫХ ВКЛАДОВ И ВЛОЖЕНИЙ:

- С КРЕДИТНЫХ КООПЕРАТИВОВ
- ЛОПНУВШИХ БАНКОВ
- МИКРОФИНАНСОВЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ

**БЕСПЛАТНО** ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ ПЕНСИОННОГО УДОСТОВЕРЕНИЯ!  
Запись по телефону  
**8-495-726-50-03**

## БЕСПЛАТНАЯ ПОМОЩЬ ПЕНСИОНЕРАМ:

КОНСУЛЬТАЦИИ, ПОДГОТОВКА ЗАЯВЛЕНИЙ И ЖАЛОБ  
ПЕНСИОННЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ  
НАСЛЕДСТВЕННОЕ, ЗЕМЕЛЬНОЕ, ЖИЛИЩНОЕ ПРАВО

**8-495-728-57-01**

## СЕКРЕТ УСПЕХА

## 5 женских ошибок, которые мешают строить карьеру

Почему одни женщины быстро идут вверх по карьерной лестнице, а другие – нет? Оказывается, не всегда дело в профессионализме. Порой нам мешают типично женские ошибки, о которых нужно знать...



## НЕУМЕНИЕ ДЕРЖАТЬ СЕБЯ В РУКАХ

Слезы и крики в офисе – табу для карьеристки: имидж неуравновешенной истерички или слабохарактерной мямли легко может поставить крест на вашей карьере.

## ПАССИВНОСТЬ

Женской карьере порой мешают гендерные и социальные стереотипы: «Не высывайся!», «Веди себя скромнее!», «Хвалить себя неприлично – пусть похвалят другие!». Следуя подобным «доисторическим» установкам, карьеру не построить. Успеха сегодня добиваются женщины, которые не боятся быть активными, проявлять инициативу, владеют навыками самопрезентации и умеют брать ответственность за себя.

## НЕСПОСОБНОСТЬ ДЕРЖАТЬ ЯЗЫК ЗА ЗУБАМИ

Болтушек и сплетниц никто не принимает всерьез. Если мечтаете о карьере, не делитесь с коллегами подробностями личной жизни и не обсуждайте сослуживцев.

## НЕОРГАНИЗОВАННОСТЬ

Женщины часто не могут сказать «нет», когда это нужно, в результате выполняют кучу дополнительной работы, что негативно отражается на качестве выполнения основных обязанностей. Отсюда обвинение в неорганизованности и отсутствие карьерного роста.

## СЛУЖЕБНЫЕ РОМАНЫ

Полагаться на особое расположение шефа в деле построения карьеры не стоит, иначе, когда уйдет шеф, придется увольнять ся и вам.

Как быть, если раньше дружба приносила только положительные эмоции, а теперь вы перестали понимать друг друга?

**П**ытаться ли реанимировать отношения, или позволить дружбе сойти на нет? Проанализируйте ваше общение, и если обнаружите семь перечисленных ниже признаков, можете быть уверены: дружбу пора заканчивать.

## Подруга пытается с вами конкурировать

1

Если «подруга», пытаясь доказать, что она более умная, красивая и интересная, провоцирует вашего партнера, добиваясь от него знаков внимания, вызывающие ведет себя в вашем присутствии, значит, она воспринимает вас не как подругу, а как соперницу. А раз это уже не дружба, а конкуренция, зачем такие отношения продолжать?

## Вы обсуждаете только её дела

2

Подобное поведение – признак нарциссизма. Такому человеку нужен тот, кто будет восхищаться, позволяя почувствовать себя звездой. Вы же, сравнивая свою жизнь и жизнь «звезды», ощущаете, что у вас что-то не так (хотя дело только в том, что «подруга» приукрашивает и выделяет только то, в чем она преуспела, а то, что в других областях есть проблемы, «нарцисс» предпочитает не замечать). Вопрос: зачем вам быть фоном для «звезды», ничего не получая взамен?

## Подруга даёт агрессивные советы

3

Бывает, что человек, который сам в чем-то неблагополучен, пытается «перетянуть» на свою сторону и друга. Его успокаивает, если и у друга те же проблемы. Например, разведенная подруга советует замужней: «Бросай его, он же тебя использует!» Прежде чем воспользоваться советом подруги, задумайтесь: это забота о вас или проекция на ваши отношения собственных проблем?

## 7 признаков, что дружбу пора заканчивать



## 4 После общения настроение ухудшилось

Речь идет не о том, что время от времени у подруги случаются неприятности и она делится ими с вами. Это касается ситуации, когда негатив и дискомфорт становятся постоянным фоном отношений. Например, после общения с «подругой» вы чувствуете, что у вас снижается самооценка, вы ощущаете себя неудачницей, испытываете чувство вины. Все эти чувства сознательно или бессознательно стремятся вызвать в вас «подругу». Подобные отношения психологи называют «токсичными» и советуют поскорее разорвать.

## 5 Подруга не радуется за вас

Хотя и говорят, что друг познается в беде, не менее хорошо он познается и в радости. Если вы чувствуете, что вместо радости за ваши достижения подруга начинает испытывать зависть, пытается уколоть вас, признить ваши заслуги, стоит серьезно задуматься: дружба ли это?

## 6 Подруга не готова для вас ничего делать

Когда вам нужна помощь, она всегда занята, при этом за вашей помощью обращается регулярно. Такие отношения можно назвать «дружбой в один ворот». На них жалко тратить время и душевные силы.

## Подруга вас ревнует

Если вас постоянно ставят перед выбором: «или он, или я» и буквально ревнуют к окружающим, то отношения вряд ли можно назвать здоровыми – ведь вы уже не в детском саду.



Исследователь дружеских отношений Робин Данбар установил, что современный человек может поддерживать до 150 дружеских связей. У большинства несколько «кругов» друзей: около 5 самых близких, 15 почти близких, 50 относительно близких и 150 далеких.

Исследования показывают, что те, кто стремится к близости в отношениях (тратят энергию на поддержание 5 близких отношений), чаще всего оказываются более счастливыми, чем те, кто стремится иметь как можно более широкий круг общения.

Живое общение с друзьями способствует выработке в организме эндорфинов, которые дарят нам приятные ощущения и улучшают работу иммунной системы.

Общение с друзьями (живое, а не виртуальное) и даже предвкушение встреч помогает справляться с симптомами депрессии.

Авторы фото: Monkey Business Images, fizkes, Pressmaster/Shutterstock.com

## Битва за родную кровь

На телеканале «Россия» 17 февраля состоится премьера фильма «Единственная радость». Снял картину режиссер Пётр Степин, а главные роли сыграли Ксения Кузнецова, Александр Макогон, Александра Каштанова.

– Моя героиня Валентина – обычная женщина, она работает портнихой, живет скромной, но счастливой жизнью с дочерью и мужем, – рассказывает Ксения Кузнецова. – Ее не приятности начались после встречи с гадалкой, которая предсказала, что женщина скоро останется одна... Валя, конечно же, не поверила в страшные слова. Но, к сожалению, случилась беда, и Валя осталась с маленькой внучкой на руках. Неожиданно появляется отец внучки, который намерен отобрать ее у бабушки. Но девочка нужна ему лишь потому, что его отец сделал ее наследницей своего состояния... Теперь Вале нужно собрать последние силы, чтобы защитить внучку и сохранить свою семью.



## НОВОСТИ ТВ, ТЕАТРА И КИНО

ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ВКЛАДЧИКОВ

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ из

• КПК • МФО • БАНКОВ

• АКЦИЙ • СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ

Бесплатная горячая линия 8 (499) 322-73-85

РЕКЛАМА

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ ПРЕДЛАГАЕТ

ПРОГРАММА ПОМОЩИ ПЕНСИОНЕРАМ

www.moscoocrenta.ru

ПО ДОГОВОРУ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ И СОДЕРЖАНИЯ С ИЖДИВЕНИЕМ:

- единовременная выплата **до 5 млн руб.**
- ежемесячная вторая пенсия **до 100 тыс. руб.**
- оплата всех коммунальных услуг
- бесплатный уход на дому, предоставление круглосуточной сиделки

заключение договора **БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ**

8 (495) 641-66-41

ИП Капитонова, ИНН 772160584802

РЕКЛАМА

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ДЕНЕГ из

• КПК • МФО • БАНКОВ

• АКЦИЙ • СТРАХОВЫХ КОМПАНИЙ

Бесплатная горячая линия 8 (499) 322-73-85

РЕКЛАМА

Киностудия «Горизонт Кино» приступила к съёмкам фильма с рабочим названием «Ушедшие в туман». Работа над необычным проектом идёт в Москве и её окрестностях.

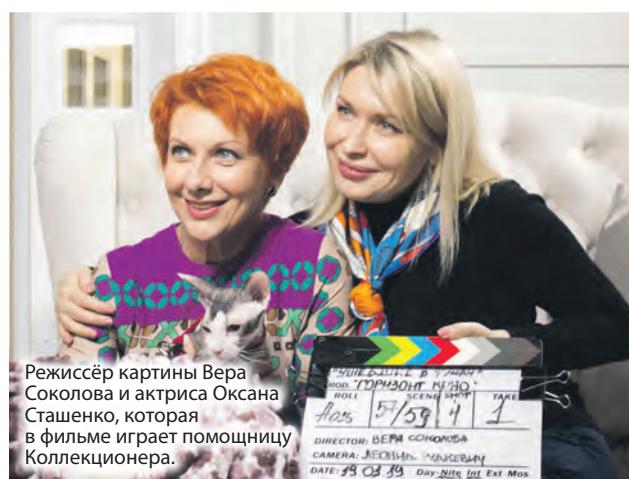
В картине снимаются Мария Шукшина, Георгий Смирнов, Оксана Сташенко, Евгений Герчаков и французский актер Сами Насери, ставший всемирно известным и популярным благодаря главной роли в четырех фильмах «Такси», продюсером которых выступил Люк Бессон. Снимает «Ушедших в туман» режиссер Вера Соколова. Планируется, что в прокат фильм выйдет осенью этого года. Нам удалось побывать на съемочной площадке, поговорить с участниками процесса и узнать интересные подробности.

## ...И череда странных событий

В небольшом городке происходят странные события: самые разные люди неожиданно впадают в состояние, похожее на кому. Врачи бессильны помочь и сами не понимают, что происходит с людьми и что служит причиной этого странного заболевания. Расследовать эту череду странных событий поручают лучшему следователю города. В ходе расследования он сталкивается с такими необъяснимыми с точки зрения науки явлениями, которые полностью меняют



Сами Насери и Георгий Смирнов отсматривают снятый материал.



Режиссер картины Вера Соколова и актриса Оксана Сташенко, которая в фильме играет помощницу Коллекционера.

его мировоззрение и его жизнь в целом...

– Мы намеренно не стали привязывать картину ни к конкретному месту, ни к конкретному времени, – поясняет нам режиссер Вера Соколова.

– По большому счету этот фильм – о вечной борьбе добра и зла и о том, что человек, даже будучи отверженным, может пытаться спасти других людей... Это всегда актуально, в любое время и в любом месте...

Как оказалось, в фильме у героев нет имен. Вообще. Например, следователь – это просто Следователь... Впрочем, жанр киноленты – мистическая драма – интригует уже сам по себе.

## Тот самый Следователь

Отдельно стоит сказать и о том самом Следователе, который берется за не-

постижимо сложное дело. Его играет Георгий Смирнов – для него это дебют в большом кино. Он по профессии – настоящий следователь, кандидат юридических наук. И он же – автор сценария этого фильма.

## Дословно

### Сюрпризы для Марии

Главную женскую роль играет Мария Шукшина. Ее героинянейрофизиолог по профессии.

– Мне прислали потрясающий сценарий, – рассказывает нам Мария. – Просто не могла оторваться от текста. Потом встретилась с режиссером, обсудили детали. Узнала, что буду работать с Сами Насери, это была безумно приятная новость. А на следующий день после встречи с режиссером я пришла к своим друзьям в гости на светскую вечеринку, и первым, кого я увидела, был Сами Насери... Я подхожу к нему и говорю: «Здравствуйте, я актриса. Вы в курсе, что мы с вами через две недели будем сниматься в одном фильме?» Он удивился... Мы сделали совместную фотографию и отправили ее

нашему режиссеру. Вот такая почти мистическая история...



# СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ

Слышать, понимать, жить!

Швейцарские слуховые аппараты с повышенной разборчивостью речи и шумоподавлением.

**bernafon**

Цифровые и аналоговые, внутриушные, внутриканальные, заушные.

Профессиональная консультация врача-сурдолога.

м. Войковская (рядом с метро) ул. З. и А. Космодемьянских, д. 4

Тел.: 8 (499) 150-88-88 [www.neoton-sluh.ru](http://www.neoton-sluh.ru)

РЕКЛАМА

Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

Per. № лицензии РОССР 0011158 ОГРН 104779600278

## ВАС ОБМАНУЛИ ЮРИСТЫ?

ВЗЯЛИ ДЕНЬГИ,  
А РЕЗУЛЬТАТ НОЛЬ?!

Вам поможет программа  
«АнтиЮрист»!

- КВАЛИФИЦИРОВАННАЯ ПОМОЩЬ!
- РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРОВ!
- ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ИНТЕРЕСОВ!

МЫ ВАМ ПОМОЖЕМ!  
**8-495-720-52-14**

Реклама

**ВКЛАД**  
ВЛОЖИЛИ И ВСЁ  
**ПОТЕРЯЛИ?**

МЫ ВАМ  
ПОМОЖЕМ!

Группа помощи обманутых  
вкладчиков! Звоните!  
Вместе мы справимся!

**8-495-231-03-44**

Фото Дмитрия Ткаченко, киностудии «Горизонт Кино» и из архива съемочной группы

## Кстати «Выступает в двух ипостасях»

Как призналась нам Вера Соколова, еще в процессе работы над сценарием она четко представляла, кто будет задействован в фильме в главных ролях.

– Изначально в одной из главных ролей я видела Сами Насери, – говорит режиссер.

– Мы с ним были уже знакомы, начинали работать вместе на одном из проектов. Но поначалу я не смогла пригласить его к нам на съемки: в тот момент он находился не в России и был занят. И я утвердила на эту роль одного известного российского артиста. Но перед самым началом съемок он вдруг отказался от роли – причем

по очень уважительной причине. Конечно, я расстроилась, стала искать решение. Вечером зашла в одну из социальных сетей и увидела в своей ленте крупную фотографию Сами Насери и информацию о том, что он приезжает в Россию и готов сниматься.

– Я благодарен, что мне представилась возможность сыграть эту роль, – говорит Насери. – И нравится то, что она – непростая, двойная, и то, что каждая ипостась моего героя – это самостоятельная личность. В этом и есть что-то необычное: так она становится интереснее и мне самому. И мне хочется сыграть так, чтобы зритель смотрел на экран, не отрываясь ни на секунду!

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

– В фильме много подробностей из моей профессиональной практики, – рассказал нам Георгий. – Стараюсь показать работу следователя такой, какая она есть. Следователи – они материалисты по самой сути своей профессии. Но когда ты сталкиваешься с фактами, которые не укладываются в прокрустово ложе материализма, они заставляют взглянуть на мир, в котором мы живем, с другой точки зрения...

## О коллегах и ролях

Сами Насери сообщил, что ему приятно работать с российскими коллегами.

– Тут в работе виден настоящий профессионализм, – говорит французский актер. – И еще интересно здесь сниматься, потому что фильм – о мистическом, о том, что нельзя потрогать руками. Есть душа, тайна, которая неподвластна науке...

Как оказалось, актер сам дополнил линию своего персонажа в сценарии.

– Я благодарен, что мне представилась возможность сыграть эту роль, – говорит Насери. – И нравится то, что она – непростая, двойная, и то, что каждая ипостась моего героя – это самостоятельная личность. В этом и есть что-то необычное: так она становится интереснее и мне самому. И мне хочется сыграть так, чтобы зритель смотрел на экран, не отрываясь ни на секунду!

Валерия ХВАЩЕВСКАЯ

Реклама

В череде романтических, драматических и комедийных ролей Елены Подкаминской – новая веха.

**Р**оль домохозяйки Веры в проекте «ИП Пирогова» для телеканала «Супер», которая решилась на кардинальные перемены в жизни и открыла свое производство торты, обещает потеснить в зрительских сердцах образ Виктории Сергеевны из сериала «Кухня». Что думает об этом актриса? Спросим у нее самой.



## БЛИЦ

### – Ваш любимый фильм?

– «Однажды в Америке», «Из Африки», «Римские каникулы».

### – Любимая актриса?

– Мэрил Стрип, Марион Ко-тийар, Тильда Суинтон.

### – Любимый фрукт?

– Манго.

### – Любимая книга?

– Книги любимой нет, но есть любимые авторы...

А.С. Пушкин и А.П. Чехов.

### – Ваша заветная мечта?

– Сбегать время от времени на необитаемый остров... Подальше от телефонов, емейлов, смс, соцсетей и прочей информации, отвлекающей от любви.

## ПОДРОБНОСТИ

# Ох уж эти мужчины!

– Одной из самых эпичных сцен стала та, где вы метнули торт в лицо вашего партнёра Данилы Дунаева, который исполнил роль вашего неверного супруга. А за что именно вы могли бы заплынуть мужчине торт в лицо?

– Для меня это слишком экстравагантно. Приобретенный на съемочной площадке навык в ход еще не пускала. Не исключено, когда-нибудь и это может пригодиться. (Улыбается.)

– А персонажа Данилы Дунаева чем-то можно оправдать?

– Интересно у Данилы спросить, чем он его (Диму) оправдывает. А вот Вера его не оправдала: торт в лицо тому свидетель! Просто жизнь ее покачивает, она мечется внутри себя, и мне интересно это играть.

– Вместе с Данилой Дунаевым в сериале собрался потрясающий актёрский состав! Как

вам работает с Панкратовым-Чёрным?

– Александр Васильевич – это моя любовь. Он удивительный, тонкий, юморной и трогательный человек, потрясающий мастер. Мои отношения с ним в телесериале как с папой непростые. В них и ссоры, и скандалы, и обида, и при этом любовь. Мы нашли ноту тепла и даже в конфликтах наше человеческое совпадение помогало, всегда мы – родные.

Елена Подкаминская:

# Любовь всё преодолеет и расставит по местам»

## «Мне важно не повторяться»

– Елена, расскажите, почему согласились принять участие в новом сериале «ИП Пирогова»?

– Проект заинтересовал меня сразу, ибо степень доверия к компании, которая снимает сериал, безусловная, и готовность включиться в их затею сомнений не вызывала. Обрадовал меня и образ главной героини Веры, который явился полной противоположностью так запомнившемуся зрителю образу Виктории Сергеевны из сериала «Кухня». Тот факт, что Вера Пирогова – счастливая домохозяйка, да еще и выпекающая тортики на досуге, – говорит о многом. Да, «Кухня» громко прозвучала и, судя по многочисленным откликам, звучит до сих пор. И к работе в этом проекте я отношусь с большим пietетом. Но я уже не раз говорила, что мне всегда важно и интересно не повторяться и пробовать разный материал, искать полярные образы и истории.

– Вы освоили какие-то кулинарные приёмы за время съёмок?

– Это точно не для меня, и слава богу, кино – не кулинарное шоу, мы там не готовим. У нас есть прекрасная девочка Женечка, она кондитер и готовит для нашего сериала всю ту

красоту, которую зрители видят на экране. Я от всего подобного очень далека и как-то даже потерпела фиаско с обычным яйцом: треснула его о край посуды в попытке сделать это виртуозно, а-ля заправский шеф-повар... и... понятно, что произошло. (Улыбается.)

## Нынче на «вы» с картошкой

– Что оказалось самым сложным?

– Наверное, не сложным, а проблемным. В отличие от моей героини, я никакая не домохозяйка, большая часть моей жизни проходит на работе; ни разу не сладкоежка: ни пироги, ни торты, ни пирожные меня особо не привлекают. А как актрисе мне нужно быть убедительной для зрителя, бесспорной в том, что все это я могу, люблю делать и люблю есть. В сериале «Кухня» тоже была задача – стать жестким руководителем, хотя в жизни мне это несвойственно, я совершенно другая. Но все это для актерской профессии «задачи на сопротивление», и я надеюсь, что зритель не будет разочарован.

– Вы сказали, что не любите сладкое. А что тогда приносит вам истинное гастрономическое удовольствие?

– К еде я отношусь спокойно, не гурманю. Хотя

съесть могу много, если вкусно. В детстве очень любила картошку в любом виде. Сейчас ем ее очень мало, нынче мы с ней на «вы». Не употребляю пакетированные соки, консервы, колбасы, нарезки, тортики. Но, бывает, когда сильно устаю, хочется сладкого. Максимум, что могу себе позволить, – песочное тесто с фруктами или яблочный штрудель.

## Женщина со стержнем должна уметь мечтать

– У вашей героини достаточно сложная линия с дочерью – подростковый возраст, сложный характер. Как вы считаете, Вера правильно выстраивает отношения с дочкой?

– Ну, жанр комедии положений не предполагает педагогической дидактики. Поэтому все в сериале развивается по другим законам. Вера свою дочь безумно любит, и для нее Юля – центр Вселенной, главный смысл жизни. А тут семейная коллизия: мама выгнала папу. Как же здесь правильно поступать маме?!

Пучок, джинсы и кроссовки

– Если говорить о стиле в одежде, кто вам ближе – ваша героиня из «Кухни» или из «ИП Пирогова»?

– Я очень люблю свободное, расслабленное состояние. Когда мы снимали «Кухню», одежда «на работе» была в обтяжку, плюс каблуки. Как мне хотелось переобуться и поболтать ногами! Хотя я безумно люблю женщину на каблуках и сама умею их носить. (Улыбается.) А у Веры все просто и органично: кроссовки, джинсы, рубашки. Пучок, который она завязывает на голове, мне нравится. Ей нужно шустро и комфортно все в жизни делать, и одежда этому под стать! В одной из серий моя героиня идет в кино прямо так, с пучком на голове, в джинсах и в рубашке, без особого макияжа.

А девочке-подростку не взорваться, не проявить характер... Но любовь преодолеет и перемелет все, расставит по местам.

– Какими качествами должна обладать женщина, которая хочетвести свой бизнес в России?

– Она должна уметь мечтать, верить, стремиться к завоеванию высоких целей. Внутри у нее должен быть стальной стержень, чтобы выдерживать те удары, которые преподносит ее жизнь. Это должен быть человек, включенный в процесс и получающий от него удовольствие. А также, как в любой профессии, нужно любить дело, которым ты занимаешься.



Народный артист России Тофик Ахундов – по мировым меркам – уникальный дрессировщик, он работает с целой группой бегемотов, которые на арене выполняют не-мыслимые для этих животных трюки.

**Т**офик Гусейнович привык удивлять, как и все знаменитые цирковые артисты. Когда кто-то из них задумывает новый номер, главная задача – сделать то, что никто до этого не делал. Вопреки бытующему мнению, что гиппопотамы дрессировке не поддаются, Тофик Ахундов своим талантом и работой не только убеждает в обратном, но и доказывает, что эти малоповоротливые, большие, коротконогие и опасные животные могут быть настоящими артистами. И пусть он это демонстрирует в «Песчаной сказке», но она становится реальностью, как только оказывается на сцене Большого Московского государственного цирка на проспекте Вернадского.

### «Пошёл на стажировку в зоопарк»

– Откуда родом ваши гиппопотамчики? У вас их трое?

– Да, и это третья моя группа. Всего за время дрессуры через мои руки прошло 13 гиппопотамов. А привезли мы их из сафари-парка Израиля. Транспортировали самолетом в деревянных клетках, периодически поливая водой.

– Когда вы более 40 лет назад заявили о решении дрессировать бегемотов, многие отнеслись к этому скептически. В нашей стране не было школы дрессуры гиппопотамов, к тому же это архисложное для дрессуры животное и... очень опасное. С чего вы начали?

– Поскольку школы дрессуры не было, я пошел на стажировку по содержанию бегемотов в Московский зоопарк, где жили две самки. И там вечером наблюдал, как их кормят, по-

# Дрессура – процесс изнурительный»

## «Нам вместе хорошо»

– Вы занимаетесь дрессурой вместе с женой. Не устаёте друг от друга? Вместе и в цирке на работе, и дома...

– Нет, нам вместе хорошо.

– Вам ни за что не дать ваши годы. Откуда у вас такая великолепная физическая форма?

– Работа, работа, работа. И... плюс зарядка и ограничения в еде.

– А вообще поесть любите?

– Даже чересчур. Люблю хорошую баранину.

– Есть любимое блюдо?

– Люблю все, что готовят жена. Из первых блюд обожаю настоящую профессиональную солянку из осетровых рыб... Очень неравнодушен к камчатским крабам. Но это все лакомства. А так я еде неприхотливый.

– Есть вредные привычки?

– В 1975 году бросил курить. А до этого привозил из зарубежных гастролей блоки с сигаретами. Теперь мне это не надо. Спорт требует ограничений.

## ДОСЛОВНО

– Моему младшему внуку шесть лет. Он ходит в детский сад. Как видимся с ним, первый вопрос: «Тата, когда пойдём в цирк?» Внук меня Тата зовёт, а не дед, – рассказывает Тофик Ахундов. – Внук не просто любит цирк. Мне кажется, дай ему волю, он бы не уходил из цирка.

## Выделяют пируэты и даже «поют»

– В «Песчаной сказке» ваши подопечные выделяют разные пируэты – составляют пирамиду, ходят по барье-

ру, перекатываются через спину, и даже «поют». В чём уникальность вашей дрессуры?

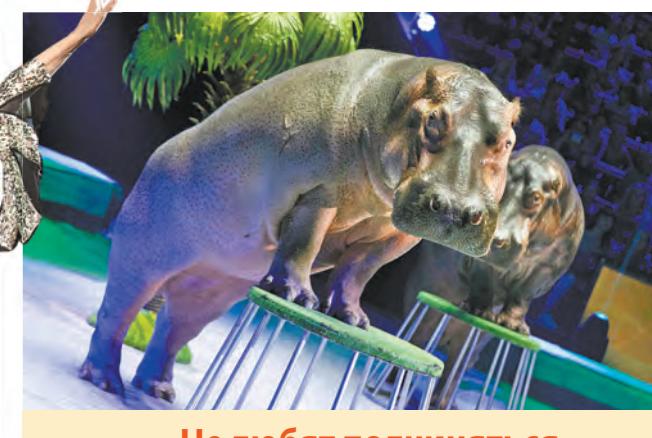
– В терпении. Потому что дрессура – очень медленный процесс, изнурительный. На каждое выступление уходит до года усиленных тренировок. Конечно, помогает опыт. Я быстро понимаю, кто из бегемотов более обучаемый, а с кем придется помучиться. Все зависит от способностей животного. Сейчас у меня самая ленивая – Аида, к тому же хитрая и коварная. В работе она одна, на репетициях другая. Самая талантливая – Яна, настоящая артистка.

## Тофик Ахундов:



### ПОЖЕЛАНИЕ ЧИТАТЕЛЯМ:

– Всем нам желаю мира на земле. Будет мир, и будет всё хорошо!



## «Не любят подчиняться»

– Бегемоты привыкают к людям?

– Нет. И люди недооценивают их опасность, идут на сближение. Несмотря на то что столько лет с ними работаю, за вольер к ним не захожу. Даже жена, которая трудится со мной в паре и кормила их с первых дней с руки, делала это через клетку. Хотя, в принципе, они ее любят. А меня – боятся. У этих животных приличный интеллект, но они не любят подчиняться.

## – Как реагируют бегемоты на публику?

– Работа дрессировщика заключается и в том, чтобы подготовить животных работать при большом скоплении людей. Когда моих подопечных привезли из сафари-парка, у них не было плотного общения с людьми, мы постепенно приучали их к этому. Они очень осторожны. Помню, выводим их на манеж, а они на галерку лезут, разворачиваются там и обратно чуть не по сиденьям идут, некоторые просто сносят...

Чтобы бегемоты не выбегали за манеж, пришлось поначалу обставлять его по кругу почтовыми ящиками, в которых артисты цирка возили на гастро-ли одежду, да и сам поначалу репетировал со специальным щитом, чтобы устрашать их и защищать себя, был по железу стеклом: они боятся шума, как морские животные.

## – Подопечные ударить могут?

– В Китае бегемотиха Жужжа так приложилась мне в плечо, что я улетел на пять метров... Месяц не мог работать – рука не поднималась.

Наталья АНОХИНА

Фото предоставлены пресс-службой Большого Московского государственного цирка. Фотограф: Елена Белых

28  
от  
млн руб.

## Большое Путилково

### КВАРТИРЫ С ОТДЕЛКОЙ ПРАГМАТИК-КЛАССА

м. «Митино», «Пятницкое шоссе»\*

самолёт  
девелопмент

+7 (495) 032-03-29

ЦЕНЫ ДЕЙСТВУЮТ С 1 ПО 28 ФЕВРАЛЯ 2019 ГОДА. ПРОЕКТНАЯ ДЕКЛАРАЦИЯ НА САЙТЕ PUTILKOVO-SAMOLET.RU. ЗАСТРОЙЩИК ООО «САМОЛЕТ-ПУТИЛКОВО». \*МЕТРО «МИТИНО» И «ПЯТНИЦКОЕ ШОССЕ» – БЛИЖАЙШИЕ СТАНЦИИ МЕТРО К РЕКЛАМИРУЕМОМУ ОБЪЕКТУ

Реклама

Актриса Елена Полянская, сыгравшая главную роль в сериале «Моя чужая жизнь», вышедши недавно в эфир на телеканале «Россия», рассказала нам о своём непростом пути к стройной фигуре, а также о привычках и традициях, связанных с едой.

### Еда вкусная или полезная?

– Елена, выбирая между вкусной и полезной едой, какую выберете вы?

– Полезную, я думаю... Мне просто кажется, что и полезная еда может быть вкусной. Это не обязательные взаимоисключающие понятия.

– То есть вы следите за тем, что едите?

– Да, я уже достаточно давно слежу за питанием. Примерно с 16 лет я отказалась от сахара в чае и кофе, а также от пирожных.

– Тяжело дался отказ от сахара?

– Да, это было непросто. Я долго привыкала, но постепенно это вошло в привычку. Понятно, что бывают и срывы – когда ты ешь, например, торт на каком-нибудь празднике. Иногда и просто очень хочется чего-то сладкого. Но это не норма, а исключение.

– Сейчас стало очень модным следить за питанием, придерживаться различных диет. Как вы думаете, это хорошо или плохо?

– Мне кажется, это очень хорошая тенденция, потому что все-таки мы – то, что мы едим. И бросать в свой организм все без разбора мне кажется не очень правильным. К тому же уверена: если грамотно подходить к вопросу питания – можно предотвратить даже некоторые заболевания. Может быть, я не настолько этим вопросом поглощена, чтобы очень хорошо разбираться, но, если мне попадается на эту тему какая-то информация, я с большим интересом ее изучаю.

### «Нужно было срочно похудеть»

– А голодать вы ради хорошей фигуры не пробовали?

# /// Без мяса я чувствую себя очень комфортно»

Елена ПОЛЯНСКАЯ:



### «Есть больше овощей»

– Каких правил придерживаетесь в питании?

– Первое: я не ем мяса, отказалась от него около семи лет назад. И тогда же отказалась от рыбы и яиц, но спустя два года вернула эти продукты в свой рацион. Отказ от мяса – это не панацея от чего-либо, просто это был мой выбор. Я бы даже сказала – некое озарение, потому что я до сих пор не могу ответить на вопрос, почему я это сделала. Тем не менее, без мяса я чувствую себя очень комфортно, и возвращаться к нему мне бы не хотелось.

Следующее мое правило: есть как можно больше овощей. Но, повторюсь, иногда могу съесть кусочек торта или пирожное.

– У меня был такой момент, когда мне нужно было срочно похудеть, и я целых две недели ничего не ела. Выход после голодания старалась сделать наиболее безболезненным, постепенно возвращала в рацион овощи, салаты, йогурты... Эксперимент прошел удачно: я сильно похудела и особого вреда здоровью при этом не причинила. Но повторять его сейчас я бы не стала. Кстати, совсем недавно я читала про интервальное голодание, и мне кажется, это очень интересная история. По этой методике в течение суток восемь часов ты ешь, а 16 часов – не ешь, причем часть времени из этих 16

### «Стараюсь не есть после восьми»

– А у вас есть чёткое время, после которого вы уже не едите?

– Я стараюсь не есть после восьми. – Если режиссёр ради роли вам предложит поправиться, согласитесь?

– Буду долго думать! Ну и, конечно, все зависит от роли, от проекта, от режиссера.

и тут вероятность срыва увеличивается в разы. Кроме того, это не всегда безопасно для здоровья...

### «Чтобы порадовать близких»

– Для вас приготовление пищи – это удовольствие, необходимость или способ релаксации?

– Я не могу сказать, что это для меня ужасная обязанность, – может быть, потому что делаю это я нерегулярно. А иногда бывает такое настроение, когда хочется приготовить что-то необыкновенное, чтобы удивить и порадовать своих близких.

– Что же вы тогда готовите?

– Как правило, какой-нибудь салат и рыбу. Рыбу стараюсь запекать в духовке. Если я беру стейк форели или семги, то с ним вообще ничего особо делать не надо: добавил

базилик, лимон, немножко оливкового масла – и через 15 минут вкусное блюдо готово. Если брать цельную рыбу – сибас или дорадо – то ее лучше завернуть в фольгу, предварительно сбрызнув лимоном.

### «За столом – вся семья»

– Существуют ли в вашей семье традиции, связанные с едой?

– Я с детства привыкла, что за столом собирается вся семья, а не каждый ест по отдельности. Эта привычка теперь перешла и в мою семью.

– Чем предпочитаете завтракать?

– Либо овсянкой, либо яичницей, либо сырниками. Их я готовлю без сахара и кладу немножко рисовой муки, из-за чего сырники становятся воздушными. А если хочется сладкого, то добавлю к уже готовым сырникам ложку меда.

– У вас в семье как распределяются обязанности по приготовлению пищи?

– У нас в этом абсолютная демократия!

Елена СОКОЛОВА

### ПРЕДЛАГАЮ ПОМОЩЬ

#### ПО ДОГОВОРАМ ПОЖИЗНЕННОЙ РЕНТЫ\* И ПОЖИЗНЕННОГО СОДЕРЖАНИЯ С ИЖДИВЕНИЕМ

• Ежемесячное содержание • Домашнее питание • Обеспечение одеждой • Ремонт квартиры • При необходимости уход и сиделка • Помощь в получении необходимого медицинского лечения, покупка лекарств, помощь в посещении поликлиник и определении в больницу • Верующим поможем в посещении храмов • Отдых за городом в комфортабельном коттедже.

Один звонок и вы не одиноки.

Кто стучит – тому откроют!

8 (495) 765-04-06

\* Пожизненная рента выплачивается третьими лицами.  
ООО «СОЮЗНИК». ОГРН 1067758534634. Реклама

### ПОДРОБНОСТИ

## «Еда из холодильника не убежит»

– Многие, начав правильно питаться, потом всё же срываются. У вас есть совет, как этого избежать?

– Здесь важна психологическая установка: как ты сам себя настроил, так и будет. Не нужно относиться к ограничениям в питании как к ущемлению и издержкам – иначе ты потерпишь

потерпишь, но вскоре срвешься. Я тоже далеко не гуру в этом вопросе, однако постоянно пытаюсь себя правильно организовать, и это касается не только еды. Я тут недавно смотрела блог Юлии Высоцкой, где она поделилась мыслью и советом, как не допустить срывов. Например, нужно понять для себя, что

еда из холодильника никогда не убежит. Еда будет завтра, и послезавтра, и всегда. Не обязательно ее есть в 12 часов ночи только потому, что ты ее увидел и захотел. Мне кажется, это очень правильная и точная мысль, и если это понять и перестать придавать еде огромную важность, то все встанет на свои места.



Зимние коллекции модных дизайнеров обязательно наполнены трикотажем.

Особое место занимают вязанные вручную вещи – этот тренд не собирается сдавать позиции и только набирает обороты.

### Что и как вяжут

Вязание настолько популярно, что не ограничивается только традиционными шапками, шарфами, свитерами, джемперами и кардиганами. Вяжут платья и пальто, шорты и накидки, куртки, костюмы и даже полуночники! И все это очень модно, особенно если связано вручную. Так что если вы еще не научились вязать, делайте это скопее. И не смущайтесь, если попотно поначалу будет выходить не очень ровное – некоторая небрежность сегодня в большой моде. В последних коллекциях модных дизайнеров нередко встречаются именно такие вещи, будто выполненные начинающей вязальщицей.

#### С мужского плеча

Один из ведущих трендов сезона – мужской стиль вязаной одежды. Как правило, это небольшие жилеты и свитера в строгих ромбах или объемные кардиганы, будто позаимствованные у мужа. Скупой рисунок и четкие линии только подчеркнут вашу женственность, особенно если эти вещи надеты поверх легкого платья в цветочек или в паре с летящей юбкой.



#### Геометрия, рисунок и жаккард

Однотонные вещи крупной вязки из грубой пряжи (которая только выглядит грубой, а на самом деле очень мягкая и приятная) по-прежнему на вершине модного Олимпа, но их уже очень активно теснят вещи с цветовыми акцентами. Геометрические жаккардовые орнаменты, разнообразные рисунки в технике «книготрясия» уверенно завоевывают модные подиумы. Причем чем активнее цвет, чем ярче рисунок – тем лучше. Тема рисунка может быть любой – от цветов и симпатичных мультишных мордашек до нотного стана и таблицы умножения, все зависит только от фантазии вязальщицы.

#### Акцент на рукав

Новинка сезона – оригинальный рукав. Он может быть очень объемным – по всей длине или только в районе плеча, гипертрофированно длинным – закрывающим ладонь – или, наоборот, сильно укороченным. Рукав украшают разного рода декором – рюшами, оборками, вышивкой и т.д. – или укладывают в интересную драпировку. Вещи оверсайз допускают использование подплечиков, но не огромных, как в 80-е, а небольших, лишь слегка корректирующих силуэт.

#### Детали и украшения

Еще один привет из 80-х – разнообразные украшения на вязаной одежде. Стразы, бусины, пайетки, пришитые в виде рисунка или в произвольном порядке, можно увидеть на многих модных вещах. Так что не спешите списывать со счетов джемпер или кардиган классической формы – просто прикрепите к нему 2-3 броши или пришейте несколько бусин, и вы уже в тренде.

#### Цифра

За 30 минут работы вязальщица в среднем теряет 55 калорий.



– Мама, я хочу гулять!  
– Сейчас, деточка, я довяжу ряд, и пойдём.  
– Но ты же вяжешь по кругу!

#### Из истории вопроса

Удивительно, но в Чехии в XVII веке вязание было делом мужским. Зафиксирован факт, что в 1612 году чулочники Праги даже под страхом штрафа не принимали на работу женщин.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: BLACKDAY/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

# Снимаем стресс и... одеваюсь модно!

РАДЫ ВАС  
БАЛЛОВАТЬ\*

- КОПИТЕ БАЛЛЫ,  
СОВЕРШАЯ ПОКУПКИ  
2% НА ВСЕ\*\*
- ОПЛАТИТЕ БАЛЛАМИ  
до 20% от стоимости товаров для  
красоты и здорового образа жизни
- ПОЛУЧИТЕ  
индивидуальные  
предложения и скидки



КСИЛОМЕТАЗОЛИН  
СОЛОФАРМ  
капли наз. 0,1% 10мл  
РУ № ЛП-003187



ОКСИФРИН  
спрей наз. 22,5мкг 15мл  
РУ № ЛП-003421



ЛИНАКВА НОРМ  
аэроз. наз. 125мл  
РУ № РЗН2015/3306



Информацию о правилах программы лояльности, категориях товаров, участвующих в программе лояльности и других специальных предложениях можете получить на сайте [www.stolichki.ru](http://www.stolichki.ru). Правила программы лояльности могут быть изменены организатором в одностороннем порядке без предварительного уведомления участников. \*Начисление баллов за покупки. \*\*Баллы начисляются из расчета 2% от суммы покупки. \*\*\*Срок действия акции с 01.02.2019 по 28.02.2019. Двойные баллы начисляются только на товары, изображенные на плакате. Количество товаров ограничено. Перечень лекарств безрецептурного отпуска. Информацию об организаторе, правилах, сроках проведения акции уточняйте у фармацевтов. Реклама.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ПОЛУЧЕНИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ СПЕЦИАЛИСТА

Романтический ужин вдвоём – мечта каждой женщины, даже если она не первый год замужем. Но чем удивить любимого? Что поставить на стол? Ведь каждодневные блюда для такого случая явно не подходят.

**П**редлагаем вам несколько рецептов блюд, несложных в приготовлении, которые вполне можно использовать для романтического ужина.

## Детали

Тем, кто хочет похудеть, стоит обратить внимание на большие тарелки. Ряд психологов утверждают, что маленькие тарелки провоцируют подкладывание добавки, и человек съедает больше.

Закуска или салат должны быть очень легкими и свежими, лучше овощными. Это может быть, например, салат с тыквой – очень нарядный и яркий. Такой салат точно украсит стол и не утяжелит ваш желудок.

# Друг любимый... телевизор

Мы уже не представляем, как можно обходиться без цветного телевизора. Как говорят многие, телевизор сегодня не просто прибор бытовой техники, а чуть ли не друг семьи. И сегодняшняя наша викторина посвящена именно телевизору.

1. Когда было только чёрно-белое телевидение, в камерах стояли красные фильтры. Какой цвет помады использовали дикторши и актрисы на съёмках?

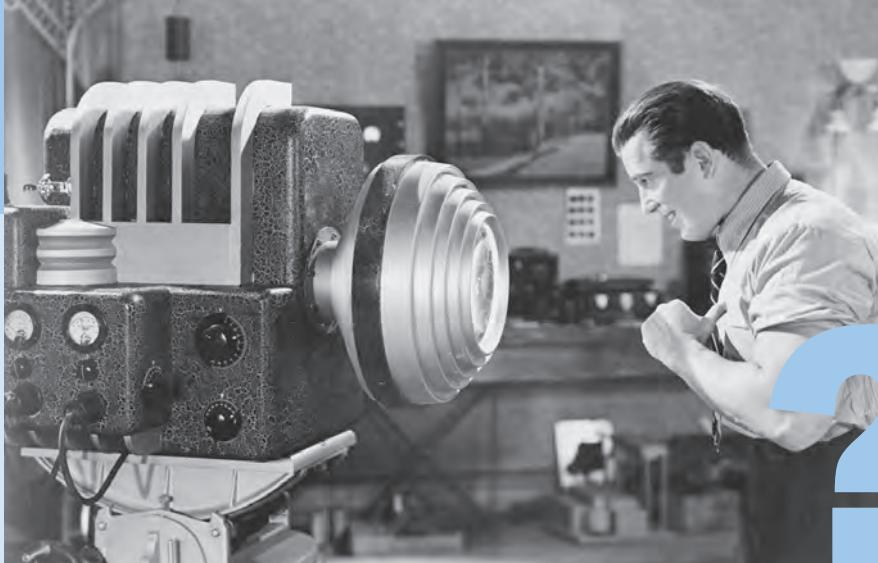
  - а)** Чёрный.
  - б)** Голубой.
  - в)** Зелёный.

2. Сегодня цветной телевизор длиной около 1,5 м весит от 13 до 20 кг в зависимости от марки. Сколько весил первый в СССР цветной телевизор «Рубин-401», выпускающийся с 1968 года?

  - а)** 49 кг.
  - б)** 65 кг.
  - в)** 87 кг.

3. Один из первых массовых телевизоров, которые производились в России, назывался КВН. Что означала эта аббревиатура?

  - а)** Кенигсон, Варшавский, Николаевский.
  - б)** Купил – включил – не работает.
  - в)** Клуб веселых и находчивых.



## ОТВЕТЫ

БРОННЫ ФОТО: EVERETT COLLECTION/SHUTTERSTOCK.COM И ОПОДОЛНОГО ИАН ГОЛДМАН/ИСТОРИЧЕСКИЙ



**Проблемы с желудком или кишечником? Лечитесь травами!**

# ГАСТРОГУТТАЛ® Для чувствительных желудков

Испокон веков для лечения различных недугов люди прибегали к чудодейственной силе растений. Травы применялись для обезболивания, снятия воспаления, в качестве противомикробного средства. Оценив свойства и целебную силу трав, фармацевты

Удобная форма выпуска в виде капель позволяет не ошибиться в дозировке. **Гастрогутт<sup>®</sup>** можно использовать как разово для устранения симптомов, так и по рекомендации врача курсом по 20 капель 2-3 раза в день.

применяется для снятия неприятных симптомов, вызванных погрешностями в диете, нарушением режима питания или стрессом. Обладая мягким успокаивающим действием, он воздействует не только на гладкую мускулатуру, но и на центральную нервную систему.



СПРАШИВАЙТЕ В АПТЕКАХ!

[www.gastroguttal.ru](http://www.gastroguttal.ru)

Звоните по тел.: 8 (495) 450-15-24

ЗАО «Московская фармацевтическая фабрика». Россия, 125239, Москва, Фармацевтический проезд, 1

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# ДЛЯ РОМАНТИЧЕСКОГО УЖИНА

## ДЕСЕРТ

### Шоколадный мусс

Датская кухня.



На 2 персоны

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 1 плитка + 2 кусочка темного шоколада, 1 апельсин, 3 яйца, ягоды для украшения.

**Калорийность (на 100 г):** 356 кКал.

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Плитку шоколада разломать на небольшие кусочки и растопить на водяной бане, дать немного остить.
- 2 Апельсина снять цедру с помощью мелкой терки.
- 3 Отделить желтки от белков.
- 4 Желтки хорошо взбить с цедрой, ввести шоколад.
- 5 Отдельно взбить в крепкую пену белки и ввести их в шоколадную массу.
- 6 Разложить мусс по креманкам и убрать в холодильник до подачи.
- 7 При подаче украсить мусс шоколадной стружкой и ягодами.



## ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ!

### Рыба на овощах



Испанская кухня.

На 2 персоны

Это блюдо может быть основным для особых случаев, в том числе для праздничного ужина.

**ИНГРЕДИЕНТЫ:** 400 г филе рыбы (минтай, хек, треска, пикша и т.д.), 2 болгарских перца, 1 перчик чили, 1 луковица, 1 зубчик чеснока, 1 лимон, небольшой пучок петрушки, растительное масло, 0,5 ч. л. паприки, молотый черный перец, соль по вкусу.

**Калорийность (на 100 г):** 87 кКал.

#### СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Лук нарезать тонкими полукольцами, болгарский перец – полосками, чеснок и петрушку мелко нарубить (оставить несколько веточек для украшения).
- 2 Рыбу нарезать на порционные куски, посолить, поперчить, отложить.
- 3 В сковородке разогреть растительное масло, припустить лук и чеснок до прозрачности вместе с перчиком чили (1-2 минуты).
- 4 Добавить болгарский перец, жарить все вместе 5 минут, снять с огня.
- 5 Добавить петрушку и паприку, перемешать и выложить в форму



для запекания (перчик чили удалить).

6 На овощи выложить рыбу, сбрызнуть ее растительным маслом, форму запечатать фольгой и запекать в разогретой до 180 градусов духовке 15 минут.

7 Снять фольгу, увеличить температуру в духовке до максимума и запекать рыбу еще около 5 минут.

8 Овощи разложить по тарелкам, сверху выложить рыбу, полить соусом со дна формы, сбрызнуть лимонным соком, украсить петрушкой.

## Подробности

### Едим... глазами и чувствами

Он:  
– В кино  
были... В парке  
были... В ресторане  
были... Теперь куда?  
Она:  
– В ЗАГС!



Ученые доказали, что вкус любимого блюда сопровождает нас всю жизнь. Хочешь повторить, а кажется – не то, хотя и приготовлено из таких же продуктов... Оказывается, едим мы не только ртом, но и носом, ушами и глазами. И даже... мозгом.

В результате научных экспериментов было доказано: для романтического ужина важно все. Например, одна из рекомендаций такова, что еду лучше всего подавать на круглых белых тарелках, прохладные напитки – в голубом стекле.



## Хотите – верьте, хотите – нет

Считается, что вкусовые пристрастия много говорят о человеке.

Психологи уверены, что вкус управляет нашим поведением. Устраивая романтический ужин (в том числе в кафе), понаблюдайте за партнером. Считается, что сыр выбирают надежные люди, вареную колбасу – при-

лежные. Страстные натуры отдают предпочтение острой пище, а романтики налегают на морепродукты и копчености. И что особо удивляет и радует в этих наблюдениях: искренний человек часто выбирает жареную картошку.

Светлана ИВАНОВА

## ЭТО ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

### ОБОГРЕВАТЕЛЬ С ЭФФЕКТОМ ГОРЯЧЕГО КИРПИЧА СОВРЕМЕННЫЙ ВАРИАНТ РУССКОЙ ПЕЧИ ОТ ЗАВОДА «ТЕПЛЭКО»

В старину русская печь занимала половину избы, требовала внимания и заботы, а за отдаваемое тепло заставляла человека поработать. Зато в доме всегда было тепло и комфортно. Современная система центрального отопления избавила нас от необходимости растапливать печь и подкидывать дрова, но многие все же не отказались бы обзавестись хотя бы «буржуйкой».

Что ж, мечты сбываются! Не «буржуйкой», а целой русской печью сегодня может обзавестись каждый, при этом зажигая новая печь всего около одного квадратного метра на стене, не потребуя дров и вообще какого-либо внимания, ее всего лишь надо включить в розетку.

Речь идет об экономичном обогревателе «ТеплЭко», который сочетает в себе лучшие теплоносильные характеристики кирпича русской печки и современные технологии, сделавшие его компактным и экономичным.

#### МЕЧТЫ О ТЕПЛЕ

Во многих квартирах батареи то греют, то не греют. Если в мае квартирную «печку» можно отключить, в сентябре ее не включишь, так как отопительный сезон еще не начался. А еще иногда батареи засоряются... А еще падает давление в



затуки работы одна панель потребляет всего 2,5 кВт при использовании терморегулятора). Номинальная мощность обогревателя: 400 Вт, размер: 600 мм×350мм×25мм, вес 12 кг.

#### ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

Тепло – это инфракрасные лучи, но не все из них безопасны для человека, только те, которые находятся в диапазоне излучения человеческого тела – от 6 до 20 мкм. Тепло, которое дает внешнее излучение с такими длинами волн, наш организм воспринимает как свое собственное, и интенсивно его поглощает. За счет этого в организме активизируется микроциркуляция крови, ускоряется метаболизм, улучшается самочувствие, исчезает усталость. Природный источник длинноволновых инфракрасных лучей – это солнце, а бытовой – русская печь, излучающая тепло, комфортное для организма. Обогреватели «ТеплЭко» используют естественные свойства кварцевого песка накапливать тепло, а затем долгое время отдавать его в длинноволновом инфракрасном диапазоне по принципу горячего кирпича. В отличие от всех дру-

гих обогревателей, «ТеплЭко» не только безвреден, но и оказывает благотворное влияние на здоровье человека.

#### САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ И НАДЕЖНЫЙ

Главное преимущество обогревателя «ТеплЭко» – его самостоятельность. Оптимальную температуру, которую он должен поддерживать в комнате, можно задать с помощью терморегулятора. И все. Он будет работать, создавая атмосферу настоящего домашнего, «обжитого» уюта – когда можно играть с детьми на полу, спокойно спать, ворочаясь и раскрываясь, какие бы морозы ни трещали за окнами. Еще обогреватель «ТеплЭко» идеально подходит для дачи, гаража и офиса. Несколько обогревателей способны полностью заменить центральное теплоснабжение.

Завод «ТеплЭко» является единственным в России производителем подобных энергосберегающих обогревателей из кварцевого песка высокой степени очистки. Купить обогреватель вы можете в нашем фирменном магазине или заказать доставку по телефону. А для установки обогревателя потребуется минимум сил и сноровки, три самореза и отвертка.

**АКЦИЯ!**  
ВСЕГО 2900  
**2400**  
РУБЛЕЙ



«Экономично, безопасно, выгодно, надежно». А. Друзь

И пусть простота обогревателя не вызывает никаких сомнений в его долговечности. Как известно, все гениальное устроено довольно просто. И обогреватель «ТеплЭко» может работать практически вечно, ведь его нагревательные элементы не контактируют с воздухом и не окисляются. Гарантия 5 лет, срок эксплуатации не ограничен.

#### • ЭКОНОМИЧНЫЙ

Потребляет всего 2,5-3 кВт в сутки при использовании терморегулятора.

#### • БОЛЬШОЙ СРОК СЛУЖБЫ

Срок эксплуатации не ограничен. Гарантия 5 лет.

#### • БЕЗОПАСНЫЙ

100% пожаробезопасность.

#### • КОМФОРТНЫЙ

Не сушит воздух, не сжигает кислород.

#### • ПРОСТОЙ В УСТАНОВКЕ

Справится любой хозяин дома.

#### • ЭКОЛОГИЧНЫЙ

Продукция соответствует самым высоким санитарным требованиям.

#### • ПОЛЕЗНЫЙ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ

Согревает, улучшая самочувствие, снимая усталость, активизируя микроциркуляцию крови.

Обогреватель «ТеплЭко» является победителем конкурса «100 лучших товаров России» 2015, 2017 гг. «Лучшие товары и услуги ГЕММА» 2017, 2018 гг.

ПОДТВЕРЖДЕННОЕ ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО



Единственный в Москве фирменный магазин компании «ТеплЭко» расположен по адресу: г. Москва, м. «Щелковская», ул. Монтажная, 9, ТЦ «Мандарин», пом. В1-6, с 10 до 20 часов, без обеда и выходных

\*Информацию об организаторе акции, правилах ее проведения, сроках и месте получения уточняйте у продавца

8 499 703-01-49  
8 925 060-65-78  
Остерегайтесь подделок!

www.tepleko.ru  
8 800 333-05-35  
(бесплатный по России)

СДЕЛАНО В  
РОССИИ

Своя картошечка, конечно, самая вкусная. Но порой бывает обидно, когда не получается приготовить из неё любимого блюда. Варишь для оливье, а она разваливается на куски.

**И** ли хочешь пюре, а оно все время с комочками. Все дело в разных сортах картошки. Одни пригодны для пюре, другие – для жарки. Есть и универсальные. Итак, давайте выбирать!

### Сорта для пюрирования

**АДРЕТТА.** Один из лучших сортов для пюре. Отлично разваривается и мнется, даже масло класть не обязательно. Сорт среднеранний, количество клубней на куст – от 15 до 25. Средняя масса клубня – 100-150 г. Лежкость составляет 98 %. Подходит для выращивания в Центральном, Средневолжском, Западно-Сибирском и Дальневосточном регионах.

**ВЕКТОР.** Отечественный сорт с отличными вкусовыми качествами, подходит для приготовления пюре, чипсов и крахмала. Мякоть не темнеет при варке. Урожайность с одного куста составляет 10-14 клубней, средняя масса клубня 90-140 г. Рекомендуется для посадки в Центральном регионе.

**ГОЛУБИЗНА.** Рассыпчатая картошечка. Рекомендуется использовать сорт для пюре, первых блюд и салатов. Собрать с куста можно от 10 до 12 клубней, масса клубня – в среднем 110 г. Лежкость у сорта высокая. Сорт получил название за свои цветы красивого небесно-голубого цвета.

**ЕЛИЗАВЕТА.** Среднеранний высокоурожайный сорт. Мякоть не темнеет, отлично подходит для пюре и запекания, а также приготовления хрустящего картофеля фри и чипсов. Количество клубней на куст – 13-18 штук. Средняя масса клубня – 98-143 г. Лежкость составляет 93 %. Рекомендуется для выращивания практически во всех российских регионах, кроме территории Сибири.

**КОЛОБОК.** Хорошо разваривается. Поэтому отлично подходит для приготовления вкусного пюре и чипсов. Мякоть не темнеет. С одного куста можно собрать до 17 клубней со средней массой от 90 до 120 г. Сорт среднеспелый. Лежкость высокая – до 98 %. Рекомендуется для выращивания в Центральном регионе.

# Растим картошку на любой вкус

### Универсальные сорта

Есть такие сорта, из которых можно и пюре, и оливье приготовить.

**АВРОРА.** Среднеспелый высокоурожайный сорт. Отличается отменными вкусовыми качествами. С одного куста можно собрать от 20 до 25 клубней со средней массой от 98 до 123 г. Лежкость составляет 94 %. Рекомендуется к посадке в Центральном, Восточно-Сибирском и Дальневосточном регионах.

**ЗЕКУРА.** Сорт среднеранний. Степень развариваемости средняя, поэтому подходит и для жарки-варки, и для пюре. Количество клубней на куст – 17-20 штук. Средняя масса клубня от 50 до 150 г. Лежкость высокая.

**РИВЬЕРА.** Сорт подходит для пюре, запекания и для жарки. Срок созревания – ранний. С одного куста можно собрать от 8 до 12 клубней со средней массой 100-170 г. Лежкость составляет 94 %.

Конечно, это далеко не все сорта. Мы выбрали лишь те, что уже проверены на наших участках. У вас же еще остается время до первых посадок, чтобы определиться, какую картошечку выращивать.

### Сорта, сохраняющие форму

Неразваривающиеся сорта картофеля содержат ограниченное количество крахмала – до 15 %. Благодаря этому они низкокалорийны, подходят для диетического питания.

**БРИЗ.** Среднеранний сорт с хорошими вкусовыми качествами. Подходит для жарки, варки, приготовления замороженных смесей и салатов. Количество клубней с одного куста составляет 10-12 штук. Средняя масса каждого клубня 97-150 г. Сорт обладает высокой – до 97 % – лежкостью.

**ВЕНЕТА.** Сорт практически не разваривается, поэтому отлично подходит для варки и жарки. Раннеспелый, средней урожайности – от 8 до 12 клубней на один куст. Масса клубня от 97 до 128 г. Лежкость высокая. Рекомендуется для выращивания в Центральном районе, вдоль Волги, на Кавказе и на Урале.

**ГУРМАН.** Один из экзотических сортов, прижившихся на территории России. Сорт с темной шкуркой и меланжевой мякотью. Напоминает свеклу. Вкус необычный, рекомендуется для диетического питания. Отлично подходит для варки, жарки и запекания. С одного куста можно собрать 12-14 клубней. Средняя масса клубня от 80 до 110 г. Лежкость высокая – до 97 %. Выращивать можно во всех регионах.

**НЕВСКИЙ.** Один из самых популярных сортов в России. Среднеранний сорт, мякоть не темнеет и практически не разваривается. Урожайный: с одного куста можно собрать от 17 до 20 клубней со средней массой 90-130 г. Лежкость высокая, подходит для выращивания во всех регионах.

**КОРОЛЕВА АННА.** Сорт характеризуется отличными вкусовыми качествами, не темнеет, не разваривается, раннеспелый. С одного куста можно собрать от 6 до 16 клубней вытянутой формы. Средняя масса клубня от 87 до 136 г. Лежкость высокая.

Валерия ПАШЕЧКИНА

## ТОВАРЫ ОТ БРАТЬЕВ БЕЛАРУСОВ

на сайте: [wolvesby.ru](http://wolvesby.ru)

**НАТЕЛЬНАЯ ИКОНКА** из освященного камня обсидиана цена: 399р. «Божья Матерь Семистрельная» (от злых людей), «Богородица Казанская» (для слабовидящих и незрячих), «Матрона Московская», «Святая София» (от болезней), «Неупиваемая чаша» (защита от пьянства), «Николай Чудотворец» (оберегает водителей), «Блаженная Валентина» (защита всех матерей), «Ангел-Хранитель» (оберегает от беды).

Защитные браслеты для детей и взрослых «Красная нить» цена: 399р. ГЕМАТИТОВЫЙ БРАСЛЕТ Поддерживает давление цена: 499р.

Бесплатный звонок по всей России: 8-800-200-15-57 Viber +375-25-735-71-71

ИП Шеремет С.В. ОГРН 315673300029590

Цена одного изделия позолота 24к.: 899р.,  
серебро: 499р. Кольцо и серьги «Лепестки здоровья»

Серьги «Великолепие» фианиты: голубой, красный

Бусы Природный Янтарь 4х видов: вес: 15г 899р., 35г 1399р., 45г 1999р., 60г 2399р.

Мужские, женские и детские крестики Цена одного изделия позолота 24к.: 699р., серебро: 399р.

Кольцо обручальное размеры: 15-25 ширина 3 и 6 мм

Кольца «Спаси и сохрани» и Пресвятой Богородицы

Кольцо и серьги «Защита ангела»

Украшены блестящей огранкой под бриллиант

(размеры: 17-20) Кольцо и серьги «Греческая фантазия»

Бусы 699р., Браслеты 499р., Кулон 399р. из натуральных камней

Агат, Лунный камень, Малахит, Аметист, Коралл, Сердолик, Гранат, Бирюза, Яшма, Горный хрусталь, Тигровый глаз, Кахолонг, Лабрадор, Нефрит, Волосатик и др.

Цепочка и браслет «Вьюнок» мужские и женские

Цепочка: 899р. Длина 60 см  
Браслет (20 см) 599р. Набор (цепочка+браслет) 1199р.

Браслет (20 см) 599р. Набор (цепочка+браслет) 1199р.

Размер 27 см x 27 см

Цена одного изделия позолота 24к.: 999р., серебро: 699р.

Кольцо и серьги «Цветок верности»

Кольцо «Благородный слон» Кольцо и серьги «Нежная любовь»

ЖИВОТВОРЯЩИЕ ИКОНЫ В рамке под стеклом 39

исцеляющих икон земли Русской в одной иконе.

Белый жемчуг Длина 50 см, диаметр 10 мм, вес 55г 1399р.

Черный жемчуг 1999р.

Авторы фото: PEREPERSMINT, Katalyna Mazurovska/Shutterstock.com

### ДЕТАЛИ

Напоминаем: сорт картофеля необходимо обновлять каждые 4-5 лет. Если этого не делать, клубни мельчают и растение теряет способность противостоять инфекциям и вредителям.

– Что у нас сегодня на ужин?  
– Картошка в мундире!  
– Но ведь сегодня праздник!  
– Так и картошка в парадном мундире!



Зимой главный сезонный враг – грипп. Как от него уберечься?

**Ч**то делать, чтобы снизить риск заболеть этой коварной болезнью? Кто находится в зоне риска? На эти и другие вопросы сегодня отвечает врач-инфекционист Елена Бейлина.



## Возраст и иммунитет

– Елена Владимировна, кто в зоне риска? Подскажите, каковы признаки ослабленного иммунитета?

– Конечно, в зоне риска в первую очередь люди с ослабленным иммунитетом, дети, беременные женщины. У каждого человека сбои в иммунной системе проявляются по-разному. Это могут быть частые простуды, постоянная усталость, нарушения сна, стресс. Если вы стали замечать какие-то неполадки, особенно регулярные – значит, иммунной системе надо активно помочь.

– Влияет ли возраст на, скажем так, качество иммунной системы?

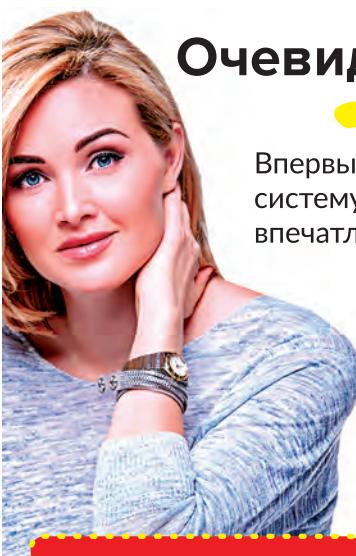
– С возрастом иммунная система, как правило, ослабевает. Обычно этот процесс начинается после 50 лет. На это влияет смена гормонального фона, появление хронических заболеваний и так далее.



## Соблюдаем правила

– Что можно посоветовать, чтобы не заболеть гриппом? Можем составить инструкцию по комплексной защите от гриппа?

– Хорошее средство – это сделать прививку. Но делать ее нужно заранее – осенью, сейчас поздно. Самые актуальные меры – соблюдение личной гигиены и укрепление иммунитета. Существующие правила несложные и по силам каждому. Более того, возможно, многим известны. Главное, изо дня в день соблюдать их.



## Очевидное и невероятное! *Красота за 5 минут!!!*

Впервые попробовала новейшую испанскую систему против морщин YUNA<sup>\*\*\*</sup>. И вот мои впечатления!

✓ **Очевидное.** Нанесла легчайшую эмульсию, она тут же впиталась. И сразу заметила, что мои морщинки на лбу, вокруг глаз исчезли, а сама кожа приобрела упругость и сияние. И это буквально через 5 минут!!!<sup>\*\*</sup>

✓ **Невероятное.** Затем нанесла эмульсию из 2-го флакона. И ощущала невероятный комфорт и чувство «наполненности» кожи изнутри. Оказывается, это действует гиалуроновая кислота в микросферах и пептидные комплексы. Мне нравится всегда выглядеть на все 100!

**ВНИМАНИЕ!**  
**АКЦИЯ**  
в честь ПРЕМЬЕРЫ  
в России!

Хотите контролировать свой возраст?  
Скорее начинайте пользоваться  
системой YUNA<sup>\*\*\*</sup>.

и получите систему YUNA<sup>\*\*\*</sup>  
абсолютно БЕСПЛАТНО!<sup>\*</sup>  
8-800-100-33-55



ООО «Фармацевтический холдинг Джи Эс Медикал», ОГРН 1187746706510, РФ, 142784, г. Москва, г. Московский, ул. Московская, дом 3, з. 1, п. 1, каб. 8, оф. 105. Срок проведения акции с 05.11.2018 по 30.06.2019. Информация об организаторе акции, о правилах ее проведения, количестве призов, сроках, месте, порядке их получения можете узнать по тел. 8-800-100-33-55. Реклама. \*При заказе от 1 шт. \*\*Результаты могут отличаться. \*\*\*Юна. Ля Префере.

– Вчера в театре я видел вашу супругу. Она так кашляла, что все на неё смотрели. У неё грипп?  
– Нет, у неё новое платье!



# 7 способов спасти от гриппа

1 Чаще мойте руки, обязательно с мылом. Особенно перед едой. Исклюите прикасания грязных рук ко рту, глазам.

2 Придя домой с улицы, обязательно сразу переоденьтесь в домашнюю одежду. Верхнюю и рабочую одежду, переодевшись, не перемещайте дальше гардероба.

3 Постарайтесь по возможности ограничить посещение закрытых помещений с большим количеством людей, особенно во время эпидемии.

**ПОМНИТЕ: ГРИПП – ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ БОЛЕЗНЬ. ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ЗАБОЛЕВАЕТЕ, – НЕ ЗАНИМАЙТЕСЬ САМОЛЕЧЕНИЕМ. ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБРАЩАЙТЕСЬ К ВРАЧУ.**

4 Проветривайте квартиру по 10-15 минут ежедневно. Особенно перед сном. Как можно чаще делайте влажную уборку.

5 Страйтесь соблюдать режим питания. Не забывайте о белковой пище. Иммунитету также помогут цитрусовые. Ешьте свежие фрукты и овощи. Полезны витамины. Забудьте о вредных привычках. Не только табак и алкоголь, но и систематическое переедание снижают иммунитет.

6 Будьте активны. Малоподвижный, сидячий образ жизни – враг иммунной системы и, вместе с тем, – активный пособник различных хронических заболеваний. Чаще гуляйте на свежем воздухе.

7 Страйтесь соблюдать режим сна. Исключите переутомление. Излишние нагрузки (в том числе психологические) снижают иммунитет.

## ДЕТАЛИ

При кашле или чихании слюна, содержащая вирус гриппа, разлетается со скоростью 16 км/час примерно на 2-3 метра.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: Anton Gvozdikov/Shutterstock.com и открытые интернет-источники

## ПРОВЕРЕННЫЙ КОМПЛЕКС БОРЕТСЯ С ПЬЯНСТВОМ ПО ОСНОВНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ

✉ Живу вместе с сыном и его женой, внуку уж полгода, а счастья не было, одни скандалы да рукоприкладство, и всему виной эта водка. Жена собралась уходить, я ее понимал и жалела. Я как мать хочу бороться за своего сына. Светлана М., г. Мурманск

✉ Я пью более 20 лет, много и запоем, самому противно. Никак не могу остановиться, слишком сильна тяга. Ко всему этому стал плохо себя чувствовать, одышка появилась, перестал спать по ночам, все надо выпить, успокоиться. Я понимаю, что так дальше жить нельзя... Павел Романович, г. Самара

- ✓ Способствует формированию отвращения к спиртному, выведению из запоя и устранению пожемелья.
- ✓ Успокаивает нервную систему, чтобы пьющий не боялся.
- ✓ Способствует возникновению непереносимости спиртных напитков.
- ✓ Укрепляет сердечно-сосудистую, нервную и мочеполовую системы.
- ✓ Способствует очистке печени, нейтрализации пагубного воздействия алкоголя на все функции организма, выведению токсинов и поддержанию иммунитета.

ИП Курбатов Александр Владимирович, ОГРНП 313183121100028. Декларация ЕАЭС № RU Д-RU.АД34.В04397. РЕКЛАМА

Регулярно применяйте капли «АЛКОБЛОКАТОР» как самостоятельно, так и анонимно, чтобы улучшить взаимоотношения в семье и по месту работы.



**ВНИМАНИЕ!**  
Вы можете получить 2 упаковки  
В ПОДАРОК

при покупке полного курса  
Позвоните на горячую линию  
(звонок по России бесплатный)  
**8 800 500 52 61**  
и получите полную подробную  
консультацию по «Алкоблокатору».

Доставка Почтой России  
за счет производителя  
Завод-изготовитель ООО «Здоровая семья  
Сибири» (Алтайский край, г. Бийск,  
ул. Крестьянская, д. 64).

## ЖИЗНЬ В ПАНСИОНАТЕ

Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!



Реклама  
Только для жителей  
Москвы и области!

- Полное обеспечение
- Внимание персонала
- Постоянное общение
- Забота 24 часа

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483

Тел. (495) 120-10-03

Именно так гласит китайская мудрость. Специалисты по китайской медицине утверждают: все болезни – от неправильного питания.

**М**ы обратились к управляющей клиники китайской медицины «ТАО» Марии Пронкиной, чтобы разобраться в этом вопросе более подробно.

## Проблемы из тарелки

– Мария Александровна, справедливость выражения «мы то, что мы едим» подтверждается врачами всего мира. Как объясняют его специалисты по китайской медицине? Ведь, на первый взгляд, связь между различными заболеваниями и неправильным питанием далеко не очевидна.

– Она не очевидна именно на первый взгляд. На самом деле связь есть, причем гораздо более близкая, чем принято думать. Для начала немного теории. В китайской медицине система пищеварения представляется как трубка, через которую поступает еда. На всем протяжении этой трубы пища должна правильно перерабатываться. В этом процессе очень важна согласованная работа органов, отвечающих за ферменты: печени с желудочно-кишечной системой и селезенкой. Эти органы «встречаются» в одном протоке и соединяются им с двенадцатиперстной кишкой. Именно туда они доставляют ферменты, необходимые для переработки пищи. В идеальном варианте в кишечник вместе с переваренной пищей попадают именно те ферменты, которые будут помогать ей усваиваться на всем его протяжении. Необходимые организму вещества через ворсинки тонкого кишечника поступают в кровь и будут с ее помощью доставлены ко всем системам и органам.

– Это в идеальном варианте. А как бывает в обычной жизни?

– Возьмем для примера женщину средних лет с ноющими коленями и разбирающейся, в чем корень ее проблем. При разговоре с ней выясняется, что такая пациентка регулярно ест жареные котлеты. Что происходит с пищеваре-



# «Беспокойный желудок делает сон беспокойным»

## НА ЗАМЕТКУ

## Золотые

### правила здорового

### пищеварения от китайского доктора

1 Почувствовав желание поесть, выпейте стакан теплой воды. Если через 15-20 минут аппетит утихнет, в приеме пищи нет необходимости. А если голод остался и после этого, можно приступать к еде. Стакан воды может обмануть аппетит, но настоящий голод – никогда. Благодаря этому простому правилу можно избежать двух-трех ненужных приемов пищи.

2 Избегайте жареной и острой пищи. Продукты лучше готовить на пару, тушить или запекать. Это сохранит витамины и сделает пищу легкоусвояемой. Другими словами, доступной для воздействия ферментов.

3 Устраивайте раз в неделю разгрузочный день, заменив еду питьем. Подойдут свежие соки без мякоти (сок с клетчаткой – не питье, а еда) и травяные чаи.

4 Регулярно стимулируйте точку долголетия. Она находится на гребне берцовой кости, на четыре пальца ниже коленной чашечки. Массируя ее, постукивая по ней кулачками, вы стимулируете работу двенадцатиперстной кишки.

5 Несколько раз в неделю готовьте и выпивайте настои шиповника и боярышника. Шиповник расслабляет печень, а боярышник благотворно влияет на работу селезенки. 3 столовые ложки ягод заливаются в термосе кипятком на ночь.

6 Никогда не пейте сразу после еды, только спустя час-полтора, чтобы не нарушать работу ферментов.

7 Двигайтесь, совершайте прогулки не меньше 5 км в день.

## Два пути к выздоровлению

– Что может предложить китайская медицина?

– Главный принцип китайской медицины – лечить не симптомы, а весь организм в комплексе. Задача специалиста – найти ту ниточку, за которую нужно потянуть, чтобы убрать источник проблем. И чаще всего она находится именно в системе пищеварения. Грамотный китайский специалист тщательно опросит пациента, задаст много уточняющих вопросов, осмотрит язык (который, как зеркало, расскажет многое об образе жизни и состоянии здоровья человека). Затем прослушает пульс и поставит диагноз. И в зависимости от диагноза назначит процедуры: акупунктуру, массаж, моксoterапию, а также обязательно даст рекомендации по питанию.

Какой бы путь пациент ни выбрал, самое важное – найти грамотного врача.

Беседовала  
Анна ЯШКОВА



## КСТАТИ

### Эффект домино

– Действительно, выглядит как эффект домино: один элемент покачнулся, и за ним начинают рушиться все остальные. А что будет, если есть правильную пищу, но в неправильное время?

– Другой пример: вы приходите домой вечером после целого дня на перекусах и съедаете большую порцию тяжелой пищи – жареной картошки. Что происходит в организме? Пищеварительная система находилась на пики активности в 13 часов. К 19 часам она постепенно успокаивается и готовится ко сну, уступая «дорогу» эндокринной системе, которая ночью будет регулировать восстановительные процессы. А теперь представьте: ежедневный плотный ужин. Печень вместо отдыха каждый вечер активно работает, подключает сердечно-сосудистую систему. В результате организм вообще не отдыхает, даже ночью, и первыми от такого регулярного нарушения режима пострадают сердце и сосуды, работающие на износ. За ними подтянутся другие системы, и в итоге – «букет» хронических заболеваний.



## ВНИМАНИЕ!

Возможны противопоказания, проконсультируйтесь со специалистом!

ием? В ответ на поступившую в желудок жирную пищу печень выбросит большое количество желчи. С ее помощью двенадцатиперстная кишка направит все усилия на то, чтобы расщепить жиры и усвоить их. А ферменты, которые выработала поджелудочная железа, останутся не у дел. В результате в кровь поступят жирные аминокислоты. Да, они необходимы для построения мышц. Но в суставы никаких полезных веществ из крови не поступит. Если картина повторяется раз за разом, суставы начинают



Хотите быть стройной? Не вздумайте садиться на жёсткую диету!

**M**ало того, что килограммы уйдут временно, так еще и вы на этот период превратитесь в одного (или нескольких) из самых неприятных персонажей. Например, в таких...

### Истеричка

Почему первые сутки довольно легко придерживаться диет, а затем с каждым днем сложнее? Поначалу организм расходует запас энергии (гликогена). А вот когда он израсходуется и уровень энергии снизится, на сцену выходит кортизол (гормон стресса). В результате вас начнут сильно раздражать даже малейшие промахи окружающих. А еще кортизол приведет к задержке в организме воды. И как результат – возникнут отеки, чувство надутости. Да и на весах в этом случае может случиться плюс, а не долгожданный минус.

### Зануда

Невкусная и однообразная пища способна сделать нас вялыми, снизить эмоциональный фон, спровоцировать усталость. День только начался, а вы уже не в настроении и «бесточены».

### ДЕТАЛИ

#### Как снизить кортизол?

Для этого важно придерживаться сбалансированного питания, повышать физическую активность. Можно заниматься йогой, медитацией и другими техниками расслабления. Помогут хобби. И если вы кофеман, желательно уменьшить количество потребления кофе, так как чашка кофе может повысить уровень кортизола на 30 %. Лучше замените кофе и черный чай на травяные чаи.

# Чем череваты диеты?

Хотите похудеть? Новейшее изобретение – чудо-пластырь «Стройняшка». Чудо-пластырь «Стройняшка» – лепится на рот!



### Зацикленная на еде

Подсаживаясь на диеты с целью избавиться от надоевших килограммов, будьте готовы к тому, что в голове все мысли будут только о еде. Не слишком ли много съела? Снизился ли вес? А между тем клеткам организма будет не хватать полноценного питания. И рано или поздно постепенно сжимающаяся пружина взорвется в виде поглощения огромного количества пищи. Поэтому лучше не ограничивать себя жестко в еде, а тратить калории, например, с помощью ходьбы, и за счет этого худеть.



### Мнение специалиста

На наши вопросы отвечает психолог Светлана Домикене.

– Наше настроение во многом определяется гормонами. Можно ли как-то на них повлиять, чтобы поднять жизненный тонус, улучшить настроение?

– Среди множества гормонов в нашем организме можно выделить три.

Серотонин, который отвечает за хорошее настроение, чувство радости, бодрость. Вырабатывается он под воздействием яркого света. Поэтому те, кто чаще бывает на свежем воздухе, под солнышком, меньше подвержены плохому настроению. Кстати, из серотонина ночью вырабатывается мелатонин, влияющий на качество нашего сна, а также на выработку других гормонов.

Дофамин отвечает за чувство удовольствия. Благодаря ему мы, например, находим себе хобби, выбираем отдых, еду.

Адреналин помогает воспринимать мир ярче. И если в жизни не хватает остроты, выброс адреналина могут спровоцировать экстремальные увлечения, частые ссоры и даже зависимости. Тем не менее, адреналин можно получить и более мирным способом. Например, на синтез адреналина и дофамина влияет занятие любимыми видами спорта. А если еще и на свежем воздухе, считайте, что сразу поймаете трех «зайцев»: серотонин, дофамин и адреналин.

Татьяна МИХАЛЕВА

фото: Agata Anata/Shutterstock.com



**Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»**  
Высокие профессиональные стандарты. Многолетняя успешная практика.



## «Счастье – это чувство свободы от боли»

А. Шопенгауэр

круги по воде. Специалисты, приглашенные по контракту в Москву из самой Поднебесной, лечат боль любого происхождения. «Если внутри есть истинная энергия – недугу не бывать!», – поясняет специалист клиники «ТАО» Цинь Циой. – В данном случае мы говорим о преграде на пути движения энергии «Ци». Для ее свободного течения необходимо расчистить меридианы, по которым движется энергия. Для решения этой задачи китайская медицина прибегает к иглорефлексотерапии, массажу и траволечению. Эти способы не просто лечат заболевание, а воздействуют на его причину.

### Болит позвоночник? Тревожный звоночек!

Каждый третий посетитель Клиники «ТАО» мучается тем или иным видом боли в спине. Боли могут носить периодический, непостоянный характер, и быть очень разными – от незначительных, до нестерпимых. Появление первых болевых ощущений сигнализирует о том, чтобы вы обратили на себя внимание, и постарались вспомнить при-

чину, которая вызвала боль. Этой причиной может быть поднятие тяжестей, неловкое движение, падение и т.д. Врачи клиники «ТАО» прекрасно зарекомендовали себя в лечении различных заболеваний позвоночника. Лечение направлено на улучшение циркуляции крови, кровоснабжения тканей, активизацию обменных процессов, и остановку разрушения межпозвонковых дисков. Обратное развитие структурных изменений в позвоночнике практически невозможно. Но сведение их к минимуму является вполне реальной задачей. Терапия, проводимая в клинике «ТАО», позволяет лечить заболевание, и возвращать вам здоровье, молодость и активность. В клинике «ТАО» вы обретете свой источник здоровья!

Запишитесь на бесплатную \*\* консультацию по телефону:

8 (495) 104-91-37

[www.taomed.ru](http://www.taomed.ru)

ул. Остоженка, д. 8, стр. 3,  
ст. м. «Кропоткинская»

\*\*При условии подписки на e-mail рассылку клиники.

Акция до 20 февраля 2019 г.

**СКИДКА 15%**

На все услуги клиники при оплате курса лечения\*

### Заболевания, которые мы лечим:

#### • ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ:

артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия межпозвоночного диска, сколиоз, радикулит и др.

#### • СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТАЯ СИСТЕМА:

постинфарктный кардиосклероз, ИБС, гипотония, гипертония, атеросклероз и др.

#### • ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНЫЙ ТРАКТ:

гастрит, диарея, дисбактериоз, запоры, метеоризм, панкреатит, холецистит, язвенная болезнь и др.

#### • ЭНДОКРИННАЯ СИСТЕМА:

гипертиреоз, гипотиреоз, ожирение, сахарный диабет, тиреоидит и др.

#### • ДЫХАТЕЛЬНАЯ СИСТЕМА:

бронхиальная астма, ОРЗ, плеврит, пневмония, хронический бронхит, пневмосклероз и др.

#### • НЕРВНАЯ СИСТЕМА:

мигрень, невроз, депрессия, бессонница, синдром хронической усталости, паралич лицевого нерва и др.

#### • ГИНЕКОЛОГИЯ:

бесплодие, киста яичника, климактерический синдром (климакс), мастопатия, миома матки, эндометриоз и др.

#### • УРОЛОГИЯ:

аденома простаты, мочекаменная болезнь, мужское бесплодие, недержание мочи, пиелонефрит, простатит, цистит, энурез, эректильная дисфункция и др.

**Доверьте свое здоровье профессионалам!**

\*Акция с 13.02.2019 г. по 20.02.2019 г. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 104-91-37.

Лиц. № ЛО-77-01-000911 от 30.12.08 г. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА

В наш цифровой век школьников и подростков, которые снимают короткие сюжеты на мобильный телефон, можно встретить практически везде.

**Ч**то они выбирают для съемок? Над чем задумываются? Чем делятся с друзьями? Почему берут именно этот сюжет?

## Ассоциация кинопедагогов

Подобными вопросами задаются уже не только родители, но и общественные деятели. Формировать у подростков и детей традиционные ценности призвана российская Ассоциация кинопедагогов «Образ». Собирая по крупицам опыт современных образовательных и наставнических практик интерактивной кинопедагогики, Ассоциация строит свою работу с учетом культурного наследия России, нравственных и духовных традиций нашей страны.

Главная задача «Образа» – объединение и координация различных организаций, которые занимаются разработкой и распространением образовательных программ в области кинопедагогики. И наполнение этих программ инновационными методами и технологиями, чтобы повысить качество образовательного и просветительского кино и анимации для дошколья и школьников, подростков и молодежи.

## «Вызовы, ожидания, реальность»

Недавно в Москве, в храме Христа Спасителя, на Рождественских чтениях в формате круглого стола прошло заседание экспертов сессии.

Тема собрания звучала так: «Тренды в сфере медиа и кинообразования: вызовы, ожидания, реальность». Его работу открыл ректор МГПУ (Московского государственного педагогического университета), член-корреспондент РАО, президент Ассоциации кинопедагогов России Алексей Лубков.

В ходе выступлений и дискуссий прозвучала оценка современного кинообразования, названы его проблемы и перспективы, были обсуждены и сформу-

# Детскому кино поможет «Образ»



лированы методики и принципы подготовки педагогов для воспитания молодежи «языком кино».

В ходе работы форума были приняты соглашения, которые позволят внедрить кинообразование в школах и организациях дополнительного образования.

Вот что рассказала нам директор Международного кинофестиваля «Мы сами снимаем кино», член правления ассоциации кинопедагогов «Образ» Елена Бреднева:

Участники круглого стола и Ассоциация кинопедагогов «Образ» по итогам работы экспертной сессии планируют

обратиться в Министерство просвещения РФ и Министерство культуры РФ с рекомендациями о введении специальности «кинопедагогика» в программы дополнительного образования, а в Министерство труда и социальной защиты РФ – с предложением о включении профессии «кинопедагог» в Общероссийский классификатор профессий.

## Кино – в школу!

– В апреле этого года на базе МГПУ пройдут курсы повышения квалификации по кинопедагогике, – рассказывает Елена Бреднева. – Их организаторами стали МГПУ, Международный детский фестиваль кинопрототипа «Мы сами снимаем кино», Фонд сохранения духовно-нравственной культуры «Покров». Курсы уже успешно проходят в регионах на базе институтов повышения квалификации, педагоги учатся использовать современные инструменты кино.

В этом году мы вручаем первые сертификаты о повышении квалификации гос. образца по курсу: «Основы кинопедагогики. Проектное творчество детей и молодежи средствами кино».

Во время работы курсов педагоги школ, воспитатели детских садов, руководители кружков дополнительного образования возьмут в руки камеру или мобильный телефон и начнут, как и дети, снимать кино.

Делиться опытом работы будут советник ректора МГПУ Наталья Склярова и директор МДФК «Мы сами снимаем кино» Елена Бреднева, декан факультета дошкольной педагогики МГПУ Маргарита Парамонова, руководители киностудии «Лучкино» Павел Морозов и студии объединения Масс-медиа Александр Погорский, педагог Владислав Насонов, журналист и телеведущий Борис Костенко. Работать с командой единомышленников планируют активные члены Ассоциации «Образ» – руководители

## ДЕТАЛИ

### Кинофестиваль в Сергиевом Посаде

**В** Сергиевом Посаде с большим успехом прошел традиционный фестиваль кинопрототипа «Мы сами снимаем кино».

Два месяца юные режиссеры и актеры создавали свои мини-фильмы и присыпали их на конкурс. На кинофестивале была показана десятка лучших работ – сеансы прошли в Церковно-археологическом кабинете Московской духовной академии. При зрительских симпатий получил фильм «Бариста» (сценарная группа «С первого кадра»). А студия «Гармония» из города Пересвет Московской области награждена за фильмы-прототипы поездкой на зимнюю киноакадемию «Смена» (г. Анапа).



Рождественский фестиваль.

фестивалей «Ноль+» и «Киноуроки в школах России». А после теории в МГПУ наступит время практики: будущие кинопедагоги поедут снимать свои первые кинопрототипы в детский приют «Отрада» Черноостровского Свято-Никольского женского монастыря (город Малоярославец).

Светлана ИВАНОВА



## ПОДРОБНОСТИ

### «Ручеек добра» станет рекой

В одном из детских садиков Москвы прошел 1-й фестиваль детского кинотворчества «Ручеек добра». Инициаторами этого необычного кинофорума для малышей стали руководители проекта Жанна Дмитриева и Наталья Неизвестная. Они открыли фестиваль словами: «Мы верим, что с помощью удивительного Мира Доброго детского кино можно нести добро и свет всем людям». В рамках фестиваля были представлены работы, снятые в разных детских садах Москвы. По итогам голосования первое место получила притча «О радостях». Фестивальное движение «Ручеек добра» принимает большой размах. Ведь язык кинопрототипов понятен, близок и полезен для маленьких детей. Организаторы совместно с Ассоциацией кинопедагогов уверены, что фестивальное движение объединит детские сады Москвы и области. Ведь каждый отснятый мини-фильм – это и гимн доброму, и урок добра.

# 8 часов сидения... на пороховой бочке!

КАК СНИЗИТЬ ВРЕД СИДЯЧЕЙ РАБОТЫ ДЛЯ СПИНЫ И СУСТАВОВ?



## Сидеть значит стареть?!

Можно не употреблять алкоголь, табак и чипсы – но если 8 часов ежедневно проводить сидя, то сказать: «Я веду здоровый образ жизни», – уже не получится. Именно движение стимулирует работу внутреннего «насоса», «толкающего» поток крови к органу или суставную смазку в полость сустава. Чем дольше мы рассиживаемся с «отключёнными» мышцами, тем больше обычно копится физиологического «негатива». Как правило, замедляется кровоток и обмен веществ, клетки недополучают кровь, энергию, кислород, снижается количество нервных импульсов, идущих от работающих мышц, а давление на внутренние органы усиливается.

**Длительное сидячее положение – колоссальная нагрузка для организма, способная нанести вред, порой больший, чем труд физический.**

Всё это может снижать тонус нервной системы, вызывать рост уровня «плохого» холестерина и глюкозы. Вот почему малоподвижность обычно коррелирует с вероятностью сердечно-сосудистых болезней, диабета, онкологией, преждевременным старением.



Шахтёр, сталевар и строитель с пренебрежением усмехнутся, услышав стечения о нелёгком сидячем труде: мол, сидеть не мешки ворочать!.. Но почему же целая армия бухгалтеров, программистов, кадровиков, юристов, водителей, диспетчеров, кассиров с мучительным нетерпением мечтают о моменте, когда смогут встать и размять закоченевшие суставы и спину?..

Оказывается, даже удобнейший стул может стать инструментом создания боли и стресса. И всё громче сегодня звучит лозунг: «Сидение – курение нашего времени!»

Но особенно от гиподинамики достаётся опорно-двигательному аппарату, и офисные работники часто страдают от болей в руках, плечах, спине и шее, связанных с дегенеративно-дистрофическими заболеваниями – артрозом и остеохондрозом, порой приводящими на больничную или домашнюю койку.

Ведь при нехватке движений связки могут терять эластичность, а суставной хрящ, межпозвоночные диски и позвонки – разрушаться от недостатка питательных элементов. Деформация позвоночника (дирижёра нашего здоровья!) способна нарушать прохождение импульсов от головного мозга через спинной к органам. А из-за ослабления связочного аппарата, прикреплённого к позвоночнику и поддерживающего внутренние органы, может произойти их смещение и возрасти риск радикулита, язвы, гастрита, геморроя, хронического бронхита. Шейные зажимы чреваты застоем в позвоночных артериях, нарушением мозгового кровообращения, головными болями и даже угрозой гипертонии и инсульта.

**Как показал опрос специалистов Москвы, 70% лиц, обращавшихся к ним в определенный срок с жалобами на боли в спине, составили люди в возрасте от 35 до 50 лет, работающие в офисах.<sup>1</sup>**

## Будем гнуть спину?

### Советы бывалых

Важно разбавить сидение активностью! Даже в офисе можно ухитриться подвигаться и размяться без ущерба обязанностям. Так, сотрудники компании иногда просят руководство поставить принтер, мусорку и кофеварку в дальней точке коридора. Утверждают, что пробежки бодрят, а без дискомфорта в спине и суставах мысли исключительно о делах!

Специалисты других фирм дружно практикуют лёгкие упражнения для экстренного снятия вредного статического напряжения, не вставая с кресла: вытягивание и сгибание ног, прогиб спины, наклоны, разведение рук вбок-вперёд-назад, напряжение и расслабление мышц живота и бедер, самомассаж. И советуют чаще менять позу.

<sup>1</sup><http://www.adventus.info/doc/140349.php>; <sup>2</sup><http://annals.org/aim/article-abstract/2091327/sedentary-time-its-association-risk-disease-incidence-mortality-hospitalization-adults>

Руководитель предприятия давно перестал ставить автомобиль на парковке возле работы, и пару остановок обязательно ходит пешком. И ещё ввёл в обиход физкультминутки. Как раз после того как стали давать о себе знать боли в коленях и скованность шеи. Жаль, что не раньше!

И ещё бывалые «сидельцы» советуют не обедать в офисе, а куда-то идти компанией. Или же пытаться в рабочей столовой, а потом прогуливаться. Напоминают, что садиться и вставать нужно за счёт напряжения ног – не надо плюхаться в кресло и вставать рывком! Нельзя сползать на стуле и облокачиваться на спинку. Опираться на стол локтями тоже вредно: нагружается ягодичный отдел. В идеале хорошо проводить производственную гимнастику – важный компонент охраны труда. К счастью, сегодня это снова входит в моду.

### Только этого мало!

Такие мелочи важны, но недостаточны. Более того, учёные выяснили, что даже интенсивные спортивные занятия не в состоянии на 100% компенсировать отрицательные последствия сидячего образа жизни!

В журнале *Annals of Internal Medicine*<sup>1</sup> недавно опубликовали статью с неутешительными выводами учёных Университета Торонто (Канада): если человек сидит дольше 4–5 часов в день, вплоть до 8 и даже 12 (в машине и дома перед телевизором), то проблемы со здоровьем всё равно, как правило, возникают, несмотря на физкультуру. То есть если даже каждый день после 8 часов сидячей работы выкладываться в спортзале, хронические заболевания всё равно будут угрожать!

Впрочем, у тех, кто ещё и не уделял времени двигательной активности, последствия отмечались ещё тяжелее. Исследователи рекомендовали сидеть не более 2–3 часов в день. Но что же делать тем, кто не готов бросить опасную, но любимую сидячую работу? Неужели учёные, думающие обо всём на свете, забыли о насущных проблемах лёгиона «сидячих» служащих? Это не так!

### Профессиональный совет со знаком плюс

Недавно в продажу поступил новейший образец медицинской техники для профилактики и лечения артрита, остеохондроза, артрита ALMAG+ на основе магнитного поля. Аппарат способен стать спасением для людей, ведущих малоактивный образ жизни.

## ВСТРЕЧАЙТЕ НОВИНКУ ALMAG+!

в аптеках, магазинах медтехники и ортопедических салонах Москвы и Московской области:

- СТОЛИЧКИ (495) 215-5-215
- САМСОН-ФАРМА (495) 587-77-77
- НЕО-ФАРМ (495) 585-55-15
- ЗДОРОВ.РУ (495) 363-35-00
- ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ (495) 369-33-00
- ДИАЛОГ (495) 363-22-62
- ОРТЕКА 8-800-33-33-112
- г. Москва с доставкой:
- МЕДТЕХНИКА (499) 519-00-03  
[www.blagomed.ru](http://www.blagomed.ru)

ПО ТЕЛЕФОНУ 8-800-200-01-13 ВАС ПРОКОНСУЛЬТИРУЮТ  
СПЕЦИАЛИСТЫ ЗАВОДА-ИЗГОТОВИТЕЛЯ (звонок бесплатный)

Заказывайте на сайтах:  
[apteka.ru](http://apteka.ru), [asna.ru](http://asna.ru)

Адрес для заказа с завода: 391351, Рязанская область, Касимовский р-н, р. п. Ельтьма, ул. Янина, 25. АО «Елатомский приборный завод». ОГРН 1026200861620. Сайт: [www.elamed.com](http://www.elamed.com). Лицензия № ФС-99-04-000914-14 от 10.02.2014 г. № РЗН 2017/6194

Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

### ХИТРОСТИ ОТ ЭКОНОМИСТА С 20-ЛЕТНИМ СТАЖЕМ:

«Никогда не звоню и не посыпаю электронные письма в соседний кабинет – иду с вопросом сама. Пью достаточно воды – для обмена веществ полезно, и заставляет пробежаться в «уголок задумчивости». Наверх – без лифта. Хожу пешком до 10 000 шагов в день. Устраиваю стоячие пятиминутки – работаю, как во времена Пушкина, за конторкой. Говорят, что именно стоя принимаются самые судьбоносные решения! В телефоне стоит напоминалка на разминку: полезно потягиваться, ёрзать, пожимать плечами и болтать ногами!»

Цель новинки – помочь позвоночнику долго оставаться эластичным и гибким, а суставам – подвижными и сильными.

**АЛМАГ+ подходит людям, которые ценят время, комфорт, любят свою работу и хотят многое успеть.**

Наши продвинутые современники уже применяют аппарат не только дома, но и в офисе: так, некоторые отделы учреждений приобретают АЛМАГ+ вскладчину и в течение рабочего дня «разгоняют кровь» по очереди, борясь с офисной гиподинамии.

Аппарат способствует устранению главных зол сидячей работы: усилению микроциркуляции, обменных процессов и улучшению кровоснабжения дисков и тканей питанием и кислородом. Имеет три рабочих режима и даёт возможность жить без боли и обострений, снять воспаление, отёки и спазмы, прекратить разрушение суставов и позвоночника, ускорить и продлить ремиссию, возвратить свободу движения.

**АЛМАГ+ работает, даже когда человек сидит: печатает, считает, читает, заполняет договор или крутит барабанку!**

Важно, что в новинке улучшены показатели лечения именно шейного остеохондроза, за счёт улучшения конструктивных параметров.

При модернизации аппарата разработчики стремились сочетать простоту и действенность, учли актуальные данные науки, пожелания и потребности людей, занятых сидячим трудом. У него эргономичная конструкция, надёжные фиксаторы, звуковой таймер и удобный кейс.

Может использоваться в составе лечебного комплекса и самостоятельно.

**Хватит сидеть сложа руки!  
АЛМАГ+ Работа на результат.**



В 2019 году телезрителей России ждёт переход на цифровое эфирное вещание. В связи с этим возникает множество вопросов, на которые мы сегодня и постараемся ответить.

# Здравствуй,

## Зачем аналоговый сигнал меняют на цифровой?



У цифрового сигнала перед аналоговым три основных преимущества. Во-первых, цифровой сигнал гораздо качественнее аналогового. И картинка четче, и звук лучше. Музыкальные шоу, фильмы, новости смотреть гораздо приятнее. Во-вторых, цифровой сигнал не боится помех и перемены погодных условий. Если он принимается, то в отличном качестве. В-третьих, его легче передавать. Каждый аналоговый канал транслируется на отдельной частоте, а цифровых каналов на одной частоте можно передать сразу 10 – мультиплексом. Сейчас в арсенале цифрового телевидения два мультиплекса – с 1 по 10 (преимущественно информационные) и с 11 по 20 (развлекательные) каналы. Они перечислены в нашей схеме. В настоящее время ведется работа над третьим мультиплексом.

### Кого коснется цифровизация?

Только тех, кто принимает эфирный телевизионный сигнал: условно говоря, «из воздуха» при помощи антенны. Если вы пользуетесь кабельным телевидением, вас нововведения не коснутся, потому что в ваш телевизор сигнал поступает принципиально другим способом.

### Да, у меня эфирное телевидение. Нужно ли в связи с переходом на цифровое вещание менять телевизор на какой-то специальный?

Если ваш телевизор выпущен после 2013 года, то не надо. В него уже встроен специальный ресивер, который сможет принимать цифровой сигнал. Если же ваш телевизор куплен больше шести лет назад, у вас есть два варианта:

1) купить новый телевизор со встроенным ресивером (цены стартуют от 5500 рублей);

2) купить приставку, которая послужит «переходником» между антенной и телевизором. Ее стоимость – от 600 до 5000 рублей.

### Говорят, стоимость приставки могут возместить. Кому положена компенсация?

На компенсацию могут рассчитывать льготники:

✓ ветераны Великой Отечественной войны и бывшие несовершеннолетние узники фашизма;

✓ инвалиды Великой Отечественной войны и боевых действий;

✓ члены семей погибших (умерших) инвалидов и участников Великой Отечественной войны, в том числе вдов (вдовцов), не вступивших в повторный брак;

✓ неработающие одинокие пенсионеры (женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет), не относящиеся к льготным категориям;

- ✓ пенсионеры, проживающие в семьях, состоящих из неработающих пенсионеров (женщины старше 55 лет и мужчины старше 60 лет), один из которых либо оба не относятся к льготным категориям;
- ✓ малоимущие семьи, малоимущие одиноко проживающие граждане, получающие государственную социальную помощь, не имеющие трудоспособных членов семьи.

Услуга будет предоставляться до 30 июня 2019 года. Максимальная сумма компенсации – 5000 рублей. Для ее получения необходимо будет предоставить чек. Какие еще документы могут понадобиться, уточняйте в территориальном отделении соцзащиты или в МФЦ.

### Мне важно узнавать местные новости, но в списке 20 доступных каналов местных нет. Как быть?

Смотреть каналы «Россия 1» и «Россия 24». В их программу включены региональные выпуски новостей и тематические передачи.

### Очень не хотелось бы остаться без телевидения в день отключения аналогового сигнала. Можно ли отрегулировать телевизор и приставку заранее?

Вы можете сделать это в любой удобный для вас день. Цифровое вещание уже ведется параллельно с аналоговым. Если у вас остались вопросы, с ними можно обратиться на круглосуточную федеральную горячую линию по телефону: 8-800-220-20-02. Ее организатор – Российская телевизионная и радиовещательная сеть (РТРС). Именно эта государственная компания владеет сетью вышек по всей стране и обеспечивает наземное эфирное вещание.

Звонок на горячую линию РТРС по России бесплатный. Вам подскажут и как подобрать приставку (если она нужна), и как ее настроить, и многое другое.



### 20 каналов цифрового телевидения, транслируемые бесплатно

1	Певый канал
РОССИЯ 1	«Россия 1»
МАТЧ!	Матч ТВ
НТВ	
5	Пятый канал
РОССИЯ К	«Россия - Культура»
РОССИЯ 24	«Россия 24»
Карусель	«Карусель»
ОТР	ОТР (Общественное телевидение России)
ТВЦ	ТВЦ
Рен ТВ	Рен ТВ
СТС	СТС
Спас	Спас
«Домашний»	«Домашний»
ТВ 3	ТВ 3
Пятница	«Пятница»
Звезда	«Звезда»
Мир	«Мир»
ТНТ	ТНТ
Муз ТВ	«Муз ТВ»

Эти каналы транслируются везде, где есть цифровой сигнал, совершенно бесплатно. Для их приема достаточно иметь телевизор, ресивер (встроенный в телевизор или в виде приставки) и антенну. Каналы передаются двумя пакетами по 10 штук (два мультиплекса), каждый на своей частоте.

### КСТАТИ



### Что умеет приставка?

- Принимать сигнал в формате DVB-T2 и показывать видео MPEG4 (обратите внимание: приставка, рассчитанная на формат DVB-T, окажется бесполезной! Остерегайтесь недобросовестных продавцов!).
- Ставить передачу на паузу и затем продолжать трансляцию с этого же места. Очень удобно, если вам необходимо отлучиться по делам, а пропускать любимую передачу жалко.
- Записывать передачи на USB-носитель.
- Показывать телегид – подсказки по передачам.
- Показывать видео из интернета.
- Устанавливать функцию «Родительский контроль», чтобы дети не смогли смотреть передачи не по возрасту.
- Подключать Wi-Fi-адаптер.



# «ЦИФРА»!



Существующая у вас телевизионная антенна – общедомовая (на крыше), выносная (на балконе или за окном) или комнатная – сгодится и для приема цифрового сигнала.



В большинстве таких телевизоров уже имеется встроенный ресивер, способный принимать цифровой сигнал в формате DVB-T2. Точно выяснить это можно, заглянув в инструкцию к прибору. Скорее всего, отключения аналогового сигнала вы не заметите. Или вам придется потратить несколько минут и изменить настройки, чтобы получать 20 бесплатных каналов в цифровом качестве. Если вам достаточно этого количества, то платить за телевидение вам больше не придется.



Таким аппаратам нужен помощник – приставка (или внешний ресивер), способный принимать цифровой сигнал в формате DVB-T2. Приставку нужно подключить к телевизору (в гнездо, предназначенное для антенны), а провод антенны – к приставке. Настройка также займет несколько минут, в соответствии с инструкцией к приставке и телевизору. Как и в предыдущем варианте, если вы хотите смотреть только 20 бесплатных каналов, то вам придется потратиться один раз, на приставку. В дальнейшем никакой ежемесячной абонентской платы не потребуется.



Если вы абонент кабельного телевидения, переход на цифровое вещание вас не коснется вообще, потому что сигнал приходит в ваш телевизор не по воздуху, а по кабелю. Плюс: у вас гораздо больше 20 каналов. Минус: за эти каналы приходится ежемесячно платить определенную сумму.

ДАТА	РЕГИОН
Уже отключено	Рязанская область, Тверская область, Тульская область, Ярославская область
15 апреля 2019 г.	Ивановская область, Костромская область, Липецкая область, г. Москва, Московская область
3 июня 2019 г.	Белгородская область, Брянская область, Владимирская область, Воронежская область, г. Санкт-Петербург, Калужская область, Курская область, Ленинградская область, Орловская область, Смоленская область, Тамбовская область

\*Указаны регионы, в которых телезрители одновременно являются читателями газеты «Телек».

## ЭТО ИНТЕРЕСНО

### Одно сплошное телевидение...

Как видим, предсказание оператора Рудольфа из к/ф «Москва слезам не верит» пусть и не во всём, но сбывается. Телевидение расширяет свои границы и возможности. Но мы предлагаем вспомнить, с чего оно начиналось. Ведь и в этом вопросе, как говорится, без нашего человека не обошлось.

### Звездный тандем

Американцы гордятся своим первенством в вопросе изобретения телевидения, но ограничивается оно лишь территорией Штатов. Изобретатель как ни крути – русский эмигрант. «Подарок Американскому континенту» – так отозвался о Владимире Козьмиче Зворыкине один из его коллег по цеху. Получив в 1912 году диплом инженера-технолога Санкт-Петербургского технологического института, Владимир Зворыкин уже имел за плечами недюжинный опыт. Так, еще будучи студентом, Владимир на пару со своим блистательным учителем Борисом Львовичем Розингом начал эксперименты по созданию электронно-лучевой трубы. До этого, в 1907 году, Борису Розингу удалось теоретически обосновать возможность получения изображения с помощью упомянутой трубы, разработанной ранее немецким физиком К. Брауном.

### ...без Б-2 жизнь не мила

Первая электронная телевизионная система была собрана Владимиром Зворыкиным в 20-х годах прошлого столетия, когда он во время Первой мировой войны эмигрировал в Америку. «Иконоскоп» маэстро тамошние инженеры сразу не оценили, но Зворыкин и не думал опускать руки. Горя идеей, в 1923 году он подает заявку в патентную службу США на изобретение иконоскопа – электронной передающей трубы. И в течение нескольких лет патентует еще несколько изобретений, в том числе цветное телевидение.

Официальным годом рождения телевидения принято считать 1933-й, когда Зворыкин и соратники полностью завершили разработку электронной телевизионной системы, доведя до ума иконоскоп и кинескоп. Первый телепередатчик заработал на 85-м этаже Empire State Building. А в 1936 году три телекамеры Зворыкина работали на Олимпийских играх в Берлине: прямую трансляцию спортивных соревнований смогли увидеть тысячи счастливцев. Правда, в массовое производство первые телевизоры были запущены лишь в 1939 году. Однако особо ретивые успели обзавестись деревянными коробками с пятидюймовым экраном еще в далеком 1932-м, за год до официальной даты рождения телевидения. Звался агрегат Б-2 и был продан в СССР.

### От первого лица



Владимир Козьмич относился к своему изобретению с известной долей иронии. Например, он писал: «Я создал монстра, способного промыть мозги всему человечеству... Хотя, конечно, есть в нем детали, которые мне удалось особенно хорошо. Лучшая из них – выключатель».

### С любовью к Родине

Владимир Зворыкин особенно способствовал внедрению системы телевидения в СССР. Так, приехав в 1935 году на историческую родину, он содействовал подписанию договора о поставках телевизионного оборудования в Россию. В 1938 году первая передающая станция на новом оборудовании заработала в Москве, а в Ленинграде началось производство телевизоров «ТК-1». В марте 1938 года в СССР по телевизору с кинескопом Зворыкина был показан фильм «Великий гражданин».

Немецкий физик Генрих Герц впервые обнаружил явление фотоэффекта – освобождение электронов веществом под действием электромагнитного излучения.

1877 год

### По пути изобретений

1925 год

Мир узнал о первой работающей телевизионной системе Пауля Нипкова – механическом телевидении. Нипков изобрел диск, с помощью которого изображение преобразовывалось в электрические импульсы.

1956 год

Советский инженер Александр Матвеевич Понятов впервые в мире продемонстрировал эффект видеозаписи, названный им «Ампекс».

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

15 февраля православные христиане отмечают один из двунадесятых праздников – Сретение Господне.

**В**стреча Свято-го Семейства с праведником Симеоном была встречей человечества с Богом. Ветхий Завет встретился с Новым Заветом – законом Божественной Любви, который принес в мир Иисус Христос. Само событие стало христианским праздником – Сретением Господним. События этого праздника описаны апостолом-евангелистом Лукой.

### Святое Семейство в Иерусалиме

В древнем Иерусалиме традиции, связанные с рождением ребенка, были строго оговорены законом того времени. Во-первых, первенца-мальчика приносили в Иерусалимский храм на сороковой день для обряда посвящения Богу. Во-вторых, женщина после родов могла прийти в храм только через 40 дней после рождения мальчика и через 80 – после рождения девочки, принеся очистительную

Спрашивали – отвечаем

#### Чем отличаются сретенские свечи?

В Православной церкви сохранился чин освящения свечей в праздник Сретения перед началом Божественной Литургии. Обычные свечи из храма тоже освящаются. Особым чином свечи освящают один раз в году – на праздник Сретения перед Божественной Литургией. Как и обычные, свечи можно поставить в храме или принести домой и зажечь во время молитвы.

## Сретение Господне



жертву. Во исполнение этого закона Святое Семейство пришло из Вифлеема в столицу Израиля

– Иерусалим, как и предписывал закон того времени. В благодарность Богу Богородица принесла очистительную жертву – двух голубков.

#### Почему старца Симеона называют Богоприимец?

В стаинные времена царю Птоломею захотелось иметь большую библиотеку, и ему понадобился перевод Священного Писания с еврейского языка на греческий. Для этой работы было отобрано 72 ученых, которым до-

верился царь. Во время перевода некто Симеон решил поправить фразу, в которой утверждалось, что Дева родит Сына. Старец хотел исправить слово «Дева» на «Жена». И ему явился ангел, который не разрешил поменять слово, сказал, что Симеон не умрет, пока сам не увидит Искупителя, пока не убедится, что пророчество исполнилось. С того дня прошло более 300 лет, и

святой ждал избавления от бремени долгой жизни.

После обряда посвящения Спасителя Богу, на выходе из Храма, к Семейству подошел древний старик и взял на руки Младенца Иисуса Христа. Это был старец Симеон, который воскликнул: «Ныне отпускаши раба Твоего». Он своими глазами увидел Спасителя, держал Его на руках. Пророчество аnge -

#### КСТАТИ

В переводе с церковнославянского «Сретение» означает «встреча». Не случайно этот праздник называют Принесение во храм.

В лице Симеона весь Ветхий Завет, неискупленное человечество, с миром отходит в вечность, уступая место христианству...

Епископ Феофан Затворник

ла исполнилось, а Симеон мог спокойно умереть. Праведника позже стали называть Симеон Богоприимец.

### Встреча с Анной-пророчицей

В Священном Писании есть описание еще одной встречи в день Сретения. К Божией Матери подошла старуха, жители называли ее Анна-пророчица. 84-летняя вдова молилась и трудилась при храме, как пишет апостол Лука, «постом и молитвой служа Богу день и ночь». Пророчица поклонилась Младенцу, принял Его с чистым сердцем Мессией, и вышла из храма, рассказывая горожанам, что пришел долгожданный избавитель.

Светлана ИВАНОВА. Редакция благодарит отца Дионисия (Киндюхина) за помощь в подготовке материала.

Авторы фото: kichigin, tayaPhoto / Shutterstock.com и открытые интернет-источники

ДОМАШНИЙ ПОВАР №2 / 2019

# МАСЛЕНИЦА

12+

Подписной индекс в каталоге «Почта России» П5927

## Номер уже в продаже!

СПРАШИВАЙТЕ  
В КИОСКАХ,  
СУПЕРМАРКЕТАХ  
И ПОЧТОВЫХ  
ОТДЕЛЕНИЯХ

ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 1 РАЗ В МЕСЯЦ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ

«ПОЧТА РОССИИ» П5927

Оформить подписку до почтового ящика можно  
во всех почтовых отделениях связи и на сайте  
Почты России <https://podpiska.pochta.ru>

Мы мчались на велосипеде прямо в сторону реки. Я закричала от страха и восторга, плотнее прижалась к мужчине.

Он засмеялся и еще поднажал. Приготавившись нырять, я глотнула воздухом, зажмурилась и...

## Утро, кофе, душ, салат

...проснулась. Сон был потрясающе красивым, мне давно ничего подобного не снилось. Все чаще побеги какие-то, работа, заботы, выяснение отношений. А тут столько красок, столько радости, смеха и восторга.

«Беловежская-а-а пуща, бе-э-элове-э-э-жская-а-а-а пуща-а-а-а...». Муж заливался в душе соловьем. Я глянула на часы. Хм, до начала рабочего дня двадцать минут. Всегда поражалась его умению отринуть все земное и наслаждаться жизнью сполна. Правда, отринуть он легко мог и меня, и детей, но кого это волнует, когда выпущена очередная версия компьютерной игры, придумали новый смартфон или вот прям срочно нужно выучить композицию на гитаре.

Нехотя я поднялась с постели и босыми ногами протопала на кухню. Кофе хотелось, варить было лень. Вздохнув, выпила стакан воды, поленившись даже дольку лимона туда бросить, и вернулась в комнату. Моя работа была в шаге от кровати – стационарный компьютер с горой таблиц, бланков, заявлений и других бухгалтерских документов.

Ткнула в кнопку включения, машина довольно зурчала, мигнув экраном, на котором закрутился бегунок. Работать не хотелось жутко. Нет, все-таки сначала душ, кофе, салат, а потом работа.



Счастлив тот,  
кто счастлив у себя  
дома.

Лев Толстой

# «А мы тут с папой по хозяйству...»

«Потому что есть Алёшка-а-а у тебя-а-а...» – муж не думал «освобождать жилплощадь». Ну хорошо, тогда сначала кофе и салат, а личность я попозже сполосну.

## Это он погорячился

– Что на ужин? – Валька оглядел пустую плиту и девственно чистый стол.

– В холодильнике, – сложила я руки на груди и прислонилась плечом к дверному косяку.

– Но тут пусто, шаром покати, – сообщил муж открытой дверке кухонного агрегата.

– Точно! – согласилась я с ним. – Пусто, готовить не из чего.

Обиженно надув губы, супруг мой снова оделся и потопал в магазин.

– Ура, на ужин пельмени! – обрадованно зашумела разновозрастная ребятня.

Тут уж пришел мой черед обижаться. Чего только я этим сорванцам ни готовлю, чего только ни пеку, а лучше магазинных пельменей для них и нет ничего.

После ужина мы с детьми читали, а папа «обкатывал» новую игрушку. Аж до трех часов ночи тестировал, успокоиться не мог. И до того увлекся, что каким-то образом «снес» мне все за день наработанные документы.

– Подумаешь, горе, – пожал он плечами на мои крики. – Восстановиши, заново сделаешь. Главное, все живы-здоровы, а это все ерунда.

На счет живы – это он погорячился. Риск оказался приласканным чугунной сковородой у него в тот момент был очень высок. Спасла его от неминучей гибели только моя природная выдержка. Вспомнив все ругательства, которые знала, и ткнув мужа в бок подвернувшейся под ноги гитарой, я завалилась спать, нарочно целиком завернувшись в одеяло. Пусть чем хочет укрывать ся, злыдень.

## Прилетело от Вселенной

Наутро я все еще была зла и волевым решением взяла, да и... не поцеловала.

Полагаю, когда тот уходил на работу. Фу на него.

Вселенная наказала меня за такое поведение. По дороге в налоговую я поскользнулась и, упав на пятую точку, сильно ударила копчиком. Взвыла. Прохожие вызвали скорую.

– Недели две-три придется полежать, – ответил на мой вопрос меланхоличный седой доктор с усами, похожими на колючую щетку.

– Как три недели? – взвилась я и тут же снова вскрикнула от боли. – У меня дети, работа, да муж в конце концов.

– А будете так скакать, милочка, – глянул на меня доктор поверх очков, – и месячишко тут подержим.

Я откинулась на подушку и закрыла глаза. Да Валька даже не знает, как машинку стиральную включать. И три недели на пельмених? Боже, а если конкурс в школе? Нет, мне определенно нужно отсюда как-то сбежать. Я попробовала опустить ноги на пол, на лбу тут же выступила испарина, а тело пронзила невыносимая боль. Ну ладно-ладно, вот полежу немножко и точ-

но сбегу. Станет же мне полегче скоро, вот тогда и домой. Нечего тут бока отлеживать. И врач еще этот... так на меня смотрел! Мысли мои заструились, стали цеплять одну другую, навалился сон... велосипед, скорость, река, восторженный крик, доктор с колючими усами за рулем...

## «Муж у меня – ЗОЛОТО»

– Что вы сегодня ели? Что кушали? – кричала я в трубку мобильного, пытая младшего Алёшку.

– Лыбу с калтошкой, – отчитался мне сынок. – Мам, я тебя люблю. Поплавляйся скалее. Я пошел танк из пластилина лепить. Пока.

– Дай трубку папе, – успела крикнуть я.

– Алло, Жень, у нас все хорошо, – Валька был спокоен и непоколебим. – Я завтра приеду, покушать привезу.

– Вы что делаете сейчас? Уроки проверил? – не переставала нервничать я.

– Да все у нас хоро-

шо, – я так и представи-

ла, как муж машет рукой.

– Я Алинку на гитаре учу играть, Лёха лепит что-то, кажется, динозавра. Во всяком случае, похоже очень. Дима математику в чистовик переписывает. Утром блинчики пожарю – и к тебе.

Отключив мобильный, я еще долго переваривала услышанное. Рыба с картошкой на ужин? Блинчики пожарят?

Были блинчики. И щи на утиных шеях были, и даже котлеты из трески случились.

А когда я вернулась домой, увидела перестранное и переглаженное белье, вымытые полы и новую мультиварку.

– Ну а что? Мы тут по хозяйству с папой немножко... – притворно шаркнула ножкой Алина.

Валька чмокнул дочь в макушку, затем с чувством приложился губами к моему виску.

– Соскучился, – просто сказал он.

Я тоже ответила ему по-целуем. Нет уж, Вселенная, теперь меня не проведешь. Муж у меня золото, и нечего мне тут.

ЕВГЕНИЯ

Авторы фото: igogosha, Mihai Simion, Poznyakov/Shutterstock.com

Авторы фото: igogosha, Mihai Simion, Poznyakov/Shutterstock.com

## Талант дорогу найдёт

В начале XX века два приятеля – Фёдор Шаляпин и Максим Пешков – вместе решили подзаработать. Студенты отправились на пару сначала в хор, пробоваться певчими, а потом в газету – попытать счастья на журналистском поприще. Самое интересное, что Шаляпина взяли работать в газету, отказав в хоре, а Пешкова взяли в хор, не найдя у него писательских способностей. Но жизнь все расставила по своим местам, мир обрел великих певца и писателя – Шаляпина и Горького.



## Билет за улыбку

В Барселоне есть очень популярный театр «Театреню». Он знаменит тем, что чем больше зритель смеется во время спектакля, тем у него ниже стоимость билета. В кресла встроены камеры, распознающие эмоции. За каждую улыбку со счета списывается 30 центов. Стартовая стоимость билета фиксированная – 24 евро. То есть после 80-й улыбки можно уже расслабиться и смеяться от души. Интересно, а серьезные спектакли в этом театре кто-нибудь посещает?



## Просто прототип Бонда

Блестящий мужчина с аристократическими корнями стал прототипом всемирно известного агента. Ян Флеминг – автор историй о Бонде – будучи разведчиком был приставлен следить за принцем Бернардом Ван Липпе-Бистерфельдом, переметнувшимся из немецкой службы в английскую разведку. От принца Джеймс Бонд унаследовал аристократические манеры и любимый коктейль: мартини с водкой «смешать, но не взбалтывать», а также привычку представляться: «Бернард, принц Бернард».

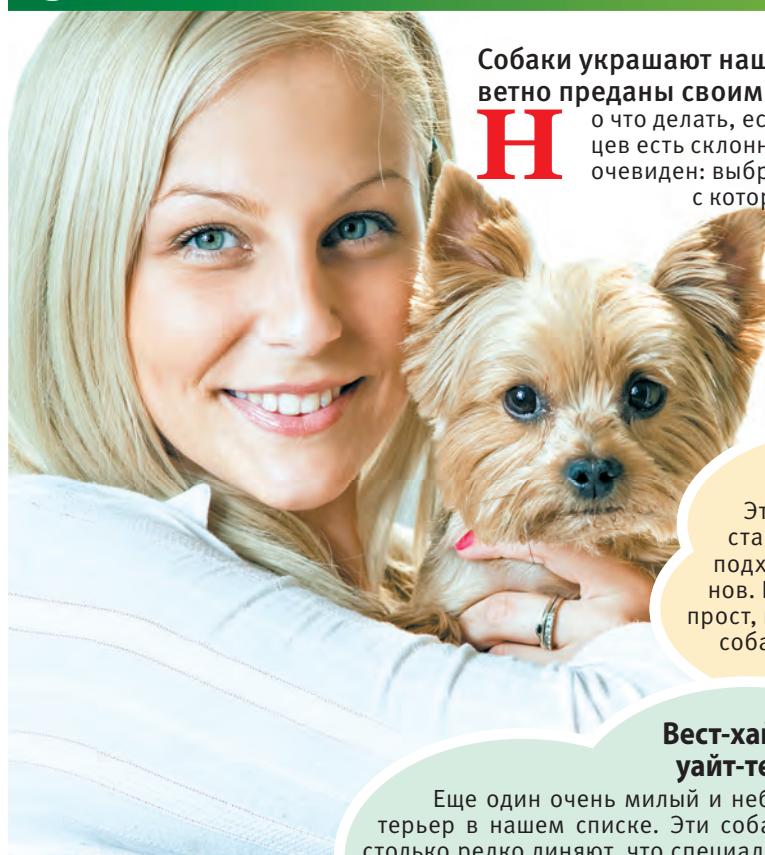


## Символ «Мосфильма»

Статуя Веры Мухиной «Рабочий и колхозница» у нас в стране ассоциируется не только с ВДНХ. Это заставка «Мосфильма». Интересно, что для того, чтобы снять эту заставку, пришлось изготовить точную копию статуи, но поменьше ростом – всего в метр высотой. Впервые в начале фильма эта заставка появилась в 1947 году в картине «Весна» с Любовью Орловой и Фаиной Раневской. С тех пор на «Мосфильме» было снято много популярных и любимых зрителями фильмов.



Светлана СИДОРЧУК



## Аллергенные факторы

Аллергию чаще всего вызывает шерсть и частицы кожи собак. Причем короткошерстные гораздо чаще провоцируют недомогания: у них период обновления шерсти короче. Трудно ужиться аллергику и с собакой, у которой густой подшерсток: у таких собак линька происходит практически круглогодично, и даже вычесывание не очень помогает. Аллергию могут вызывать и эмоциональные собаки, которые слишком много лают. Вместе со слюной аллергены распространяются по квартире. И конечно, у крупных животных этих самых неприятных частиц намного больше.

### НА ЗАМЕТКУ

**Аллергические реакции заметно снижаются, если проводить в квартире влажную уборку через каждые 4-7 дней. Хорошо помогают и всевозможные воздухоочистители. Посмотрите, как много гипоаллергенных пород, можно выбрать и по карману, и по размеру.**

### А КАК У НИХ?

## Счастливы вместе:

В животном мире порой можно найти примеры достойного поведения. Поверьте, нам есть чему поучиться у наших братьев меньших. Есть виды, образующие пары единожды на всю жизнь, и это не только лебеди.

### СЛОНЫ

Эти великаны не только знают, что такое верность на всю жизнь. Они еще и умеют ухаживать за предметом воздыхания. Хобот у слонов намного чувствительнее человеческих пальцев, поэтому обнимаются они хоботами. А если грустно, могут даже погладить и приобнять друг друга.



### МОРСКИЕ КОНЬКИ

Эти милахи выбирают себе партнера на всю жизнь. Каждое утро они приветствуют друг друга уникальным танцем, во время которого могут даже поменять расцветку. Это помогает им убедиться, что партнер еще жив.

### ЧЁРНЫЕ ГРИФЫ

Эти птицы не настолько красивы, как лебеди. Однако и они могут послужить эмблемой настоящей верности. Кроме того, у них есть еще и полиция нравов. Того, кто принимается распутничать, могут даже прогнать из стаи!



### ЩЕТИНОЗУБЫ

Верность есть и под водой. Щетинозубые рыбы могут прожить в одиночестве всю жизнь, пока не встретят «единственного и неповторимого». Они вместе не только путешествуют и ищут пропитание, но и охраняют свою территорию. А если теряются вдруг, то непременно отправляются на поиски своей пары, даже если это опасно для жизни.



### СТЕПНЫЕ ПОЛЁВКИ

Маленькие грызуны, создающие настоящие семьи даже по человеческим меркам. Они не только остаются вместе на всю жизнь, но и сообща заботятся о потомстве и хозяйстве, распределяя обязанности между «супругами».

# Собаки... для аллергиков?

## Супер-мини-йоркширский терьер

Это очень маленькая собачка. Ее вес составляет не больше 1 кг. Именно поэтому подходит аллергикам: на ней мало аллергенов. К тому же и уход за йорками довольно прост, ведь они практически не линяют. Если собачку подстричь довольно коротко, то все, что остается делать, – это вычесывать ее раз в неделю.

## Вест-хайленд-айт-терьер

Еще один очень милый и небольшой терьер в нашем списке. Эти собачки настолько редко линяют, что специалисты считают, что это вообще нельзя называть линькой. К тому же они почти совсем не пахнут. Конечно, ухаживать за шерстью все-таки нужно: купать и вычесывать специальной щеткой. Но характер у этих малышек такой чудесный, они настолько дружелюбны, послушны и сообразительны, что любое взаимодействие с ними приносит лишь радость.



## Китайская хохлатая

Небольшая, очень миролюбивая собачка, практически лишенная волосяного покрова. Лишь на голове есть хохолок, который вы можете причесывать на свой вкус. Поэтому за хохлатой собачкой очень просто ухаживать, и даже аллергикам можно завести себе такого друга.



## Миниатюрный пудель

Шерстка у мини-пуделей такая мягкая, что ее часто называют волосами. К тому же пудели тоже почти не линяют. Но именно поэтому эту собачку надо тщательно вычесывать не реже раза в неделю. У пуделей очень добрый характер, ну а в дрессировке они на одном из первых мест. Не случайно именно эти собачки так часто выступают в цирке.



## Пули (венгерская овчарка)

Кажется, что эта собака даже слишком волосата для аллергиков. Но структура ее шерсти такова, что волоски зафиксированы внутри жгута и поэтому практически не рассеиваются по помещению. К тому же пули очень умны и легко поддаются дрессировке. Стоит помнить лишь об одном: шерсть у этих собак очень долго сохнет после купания, до четырех дней.

Поэтому гулять с ними зимой после водных процедур не рекомендуется.

## Уиппет

Эти собачки отлично подходят для семей с детьми. У них очень много энергии, они готовы бесконечно играть и участвовать в гонках. Как и у прочих гипоаллергенных пород, у уиппета шерсть так редко обновляется, что кроме вычесывания не требует никакого другого ухода. Для красивого и престижного вида эту собачку лишь иногда вычищают специальной щеткой.



### ВАЖНО!

Конечно, не существует таких собак, на которых 100% не бывает аллергии. Никто не исключает индивидуальные особенности организма владельца. Но есть такие породы, процент аллергических реакций на которые значительно меньше, чем на всех остальных собак.

## Португальская водяная собака

Это довольно «шерстяные» животные, но у них почти нет подшерстка, и сама шерсть настолько плотная, что не поднимается в воздух. Водяные португальские собаки настолько умны и сообразительны, что невозможно не поддаться их обаянию при знакомстве с этой породой. Благодаря своему интеллекту эти животные очень легко приспособливаются к любым условиям и быстро учатся.



### Как проверить себя на отсутствие аллергии?

Очень тяжело расставаться с друзьями, особенно трудно завести животное, а потом искать ему «добрые руки». Чтобы избежать этого, можно провести тест на аллергию, поскольку абсолютной гарантии вам не даст никто. Есть два способа. **Первый** – сделать тест в лаборатории. Для этого, конечно, понадобится образец шерсти. Но если вы уже

выбрали породу, то добыть такой образец у заводчика совсем не сложно. **Второй** – провести в компании представителя породы несколько часов. Сделать это можно, опять же, в питомнике или у знакомых, которые уже завели себе такую собачку. Пройдя этот тест, вы никогда не пожалеете о своем выборе и приобретете верного друга!

## животные, которые учат преданности



### ЩЕТИНОЗУБЫ

Верность есть и под водой. Щетинозубые рыбы могут прожить в одиночестве всю жизнь, пока не встретят «единственного и неповторимого». Они вместе не только путешествуют и ищут пропитание, но и охраняют свою территорию. А если теряются вдруг, то непременно отправляются на поиски своей пары, даже если это опасно для жизни.



### СТЕПНЫЕ ПОЛЁВКИ

Маленькие грызуны, создающие настоящие семьи даже по человеческим меркам. Они не только остаются вместе на всю жизнь, но и сообща заботятся о потомстве и хозяйстве, распределяя обязанности между «супругами».

Валерия ПАШЕЧКИНА

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

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

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

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

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

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

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

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

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

# СУДОКУ

Ответы

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

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

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	06.00	«Настроение»	05.00	«ЛЕСНИК».	06.00	Новости культуры
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	«СЛАДКАЯ ЖЕНЩИНА».	06.05	Сегодня	06.35	«Пешком...»
09.25	«Сегодня 18 февраля. День начинается».	09.25	Утро России		(12+)	07.00	«ЛЕСНИК».	07.00	Новости культуры
(6+)	«Модный приговор».	09.55	«О самом главном».			07.05	Сегодня	07.05	«Правила жизни»
10.55	«Жить здорово!»	11.00	Вести			08.00	«ЛЕСНИК».	07.30	Новости культуры
(16+)		11.25	Вести.			08.05	Сегодня	07.35	«Легенды мирового кино»
12.00	Новости с субтитрами	11.40	Местное время	10.00	«Наталья Гундарева. Несладкая женщина».	10.00	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ».	10.00	«СИТА И РАМА»
12.15	«Время покажет».	(12+)	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым».	(12+)		10.20	Сегодня	10.15	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
14.00	Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой.	12.50	«60 минут».	10.55	«60 минут».			11.10	Новости культуры
(16+)		(12+)		14.00	Городское собрание.			12.30	«Наблюдатель»
15.00	Новости с субтитрами	14.25	Вести.	11.30	События				XX век
15.15	«Давай поженимся!»	14.40	Местное время	11.50	«ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО».	(12+)			Дневник XII Зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета
(16+)		(12+)	«Кто против?»	(12+)	Полиция обнаружила труп Алекса Престона. Ему было нанесено множество ножевых ранений.				«Власть факта»
16.00	«Мужское / Женское».	17.00	Вести.	13.40	Мой герой.	(12+)			«Мифы и монстры»
(16+)		17.25	Местное время	14.30	События				С потолка
17.00	«Время покажет».	18.50	«Андрей Малахов. Прямой эфир».	14.50	Город новостей				Новости культуры
(16+)		18.50	«60 минут».	15.05	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ».	(12+)			«На этой неделе... 100 лет назад»
18.00	Вечерние новости с субтитрами	20.00	Вести.	16.55	«Естественный отбор».	(12+)			«Агора»
18.25	«Время покажет».	20.45	Вести. Местное время	17.40	«С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА».	(16+)			«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
(16+)		21.00	«СКЛИФОСОВСКИЙ».		Руководство КГБ узнает, что советский резидент в Лондоне Гордовский сотрудничает с американской разведкой.				Во время Великой Отечественной войны в 1942 году по решению Ставки Верховного Главнокомандования под Ровно создаётся отряд специального назначения.
18.50	«На самом деле».			19.40	События				Открытый мастер-класс Юрия Башмета
19.50	«Пусть говорят».			20.00	Петровка, 38.	(16+)			«Аббатство Корвей. Между небом и землей...»
21.00	Время			20.20	«Право голоса».	(16+)			18.30
21.30	«ГАДАЛКА».			22.00	События				«Власть факта»
				22.30	«Афган. Герои и предатели».	Спецрепортаж.			19.30
				19.40	«Знак качества».	(16+)			«Новости культуры»
				20.00	События. 25-й час				19.45
				00.00	«Хроники московского быта. Любовь без штампа».	(12+)			«Главная роль»
				00.35	01.25	«Укол зонтиком».	(12+)		20.05
				02.15	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ».	(12+)			«Правила жизни»
				04.00	«ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ».	(16+)			20.30
				05.45	Петровка, 38.	(16+)			«Спокойной ночи, малыши!»
									20.45
									21.15
									«Память»
									Сати. Нескучная классика
									«Янковский»
									Новости культуры
									Открытая книга
									«Власть факта»
									«Великий мистикатор. Казимир Малевич»
									«Шёлковая биржа в Валенсии. Храм торговли»
									XX век
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	Москва 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	09.00, 13.00, 18.30, 03.15 «Известия»	06.00	Сегодня утром	05.00	11.05, 21.05 «ПравДа?».	06.00	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вещание	06.00	«Самое яркое».
05.20	06.05, 06.50, 07.50, 08.40, 09.25, 10.00, 11.00, 11.55, 12.55, 13.25, 14.05, 15.00, 15.55, 16.45, 17.40 «Вышибала».	(16+)	13.00, 18.00, 21.15 Новости дня	05.55	12.05, 23.25 «Большая страна».	06.30	10.15, 10.30, 11.45, 12.45 Специальный репортаж.	06.30	«Самое вкусное».
			«Колеса Страны Советов. Были и небыли».	(12+)	«От прав к возможностям».	(12+)	«Сеть».	07.00	«Песни нашего кино».
			(0+)	14.00 Военные новости.	06.40	«ОТРАжение недели».	08.45	09.45 Сеть.	(12+)
				13.15 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ».	07.25	10.50, 22.00, 23.50 «Активная среда».	10.00	11.00, 12.00, 12.30,	10.45
				14.05 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА: СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ».	07.40	22.35 «Живая история».	10.30	13.00, 14.00, 15.00, 15.45,	11.30
				(12+)	18.30	15.15, 04.30 «Календарь».	20.00	16.00, 17.00, 17.30, 18.00,	12.00
				«Специальный репортаж».	08.30	10.05, 16.05, 17.05 «ЖУКОВ».	20.30	20.00, 21.00, 22.00, 23.00	12.30
				(12+)	18.50	Рассказ о жизни Георгия Константиновича Жукова в период с июня 1945 года по 1974 год. Имя Жукова еще при жизни обросло слухами и легендами.	21.30	Новости	13.00
				«Непобедимая и легендарная».	19.40	11.00, 12.00, 13.00, 15.00,	14.15	17.15 «Климат-контроль».	14.45
				(6+)	20.25	16.00, 17.00, 21.00 Новости	14.30	12.15, 16.15 «Прямо и сейчас»	16.00
				«Скрытые угрозы» с Николаем Чиндякиным.	21.25	«Подвиг военный - подвиг спортивный».	15.45	16.30 «Звёздный репортаж».	16.20
				(12+)	23.00	22.35 «Живая история».	16.45	17.30 «Все просто!».	17.10
				«Загадки века с Сергеем Медведевым».	23.25	04.30 «Календарь».	19.00	17.30 «Зима в Подмосковье».	
				(12+)	«Между тем» с Наталией Метлиной.	10.00	19.00, 19.30 «Москва сегодня».	19.00	«Все просто!».
				(12+)	«МАРШ-БРОСОК: ОХОТА НА «ОХОТНИКА».	12.30	20.00, 20.30, 21.00 Спорная территория.	19.30	12.15 «Дневные новости»
				(16+)	03.15 «РИСК - БЛАГОРОДНОЕ ДЕЛО».	13.20	22.30 «Вечер»	20.30	12.30 ««НАПАРНИЦЫ».
				(0+)	04.35 «И ТЫ УВИДИШЬ НЕБО».	15.45	23.15 Московский патруль.	21.15	(16+)
				(12+)	04.05	«Вспомнить всё».	21.15	23.15 «Двойная сплошная-на-2».	21.35
						04.05	00.00 до 06.00		(16+)
									«Тайны кино».
									«Раскрывая тайны звёзд».
									(12+)
									«Песни нашего кино».
									(12+)
									«Вспомнить все».
									(12+)
									«ВЕЧНЫЙ ЗОВ».
									(12+)
									«БОСС».
									(16+)
									«СПЯЩИЙ ЛЕВ».
									(12+)
									«ВЕЧНЫЙ ЗОВ».
									(12+)
									«МИСС МАРПЛ».
									(12+)
									«ДРУГ МОЙ, КОЛЫКА!».
									(6+)
									«ОСОБНИК НА ЗЕЛЁНОЙ НОЙ».
									(16+)
									«Песни нашего кино».
									(12+)
									«Вспомнить все».
									(12+)
									«Профилактика на канале с 00.00 до 06.00».

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00, 04.30 «КиберАрена». (16+)	06.30, 18.00, 00.00 «6 кадров». (16+)	06.50 «Удачная покупка». (16+)
06.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	09.20 «Слепая». (12+)	07.30 «Дорожные войны». (16+)	07.00, 08.55, 10.30, 12.05, 14.30, 16.55, 21.55 Новости	06.00, 12.30, 03.55 «Понять. Простить». (16+)	07.00, 12.30, 03.55 «Понять. Простить». (16+)
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	10.00 «Гадалка». (12+)	07.50 «Удачная покупка». (16+)	07.05, 12.10, 14.35, 22.00 Все на Матч!	07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+)	09.30 «Давай разведёмся!». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	15.00 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	16.00 «Гадалка». (12+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	09.00 «Решала». (16+)	10.35 «Биатлон с Дмитрием Губерниевым. (12+) Биатлон.	10.35 «Тест на отцовство». (16+)
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	13.30 Новый сезон шоу «Песни» - самого честного музыкального шоу на российском телевидении. Именно здесь молодые артисты делают свою музыку и пробиваются на большую сцену.	18.40 Во время утренней пробежки погибла девушка. Изучая её тело, Меган невольно ввязывается в расследование, предлагая убедительные версии произошедшего благодаря своим тонким наблюдениям и дедукции.	17.35 «Слепая». (12+)	12.00 «Идеальный ужин». (16+)	13.00 «Утилизатор». (12+)	12.40 Кубок мира. Одиночная смешанная эстафета. (0+)	11.35, 04.50 «Реальная мистика». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	15.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	21.00 Где логика? (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)	15.30 «ДИКИЙ». (16+)	15.30 «ДИКИЙ». (16+)	14.15 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)	14.15 «ПРОВИНЦИАЛКА». (16+)
13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишким». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Где логика? (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)				Ксения приехала в город поступать в институт в третий раз и снова провалилась.
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	22.00 Однажды в России. (16+)	23.00 Дом-2. Город любви. (16+)	23.00 Многие убийцы думают, что, если скрять тело, улики будут уничтожены. Но это не так, как уверен доктор Морган.				19.00 «А СНЕГ КРУЖИТ...». (16+)
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	23.00 Дом-2. После заката. (16+)	00.00 «Спаси свою любовь». (16+)	23.00 «ЗЛОВЕЩИЕ МЕРТВЕЦЫ: АРМИЯ ТЬМЫ». (16+)				
18.00 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	01.05 «Бородина против Бузовой». (16+)	01.55 «Открытый микрофон». (16+)	01.00 «ИСТОРИЯ ОДНОГО ВАМПИРА». (12+)				
20.00 «ДОМ СТРАННЫХ ДЕТЕЙ МИСС ПЕРЕГРИН». (16+)	02.45 «ХОР». (16+)	05.25 «ХОР». (16+)	03.00 «Исповедь экстрасенса». (12+)	03.00 «Дорожные войны». (16+)	04.00 «Решала». (16+)	00.25 Тотальный футбол	23.00 03.10 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)
						01.25 Профессиональный бокс. С. Ковалёв - Э. Альварес. (16+)	00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВО...». (16+)
22.30 «Водить по-русски». (16+)						03.25 Профессиональный бокс. Лучшие нокауты. (16+)	05.35 «Домашняя кухня». (16+)
00.30 «БЭТМЕН ПРОТИВ СУПЕРМЕНА: НА ЗАРЕ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)							
03.00 «ЖЕРТВА КРАСОТЫ». (16+)							

## РЕГЕНЕРАЦИЯ – ЭТО НЕ МИФ

### КАК УЛУЧШИТЬ РАБОТУ СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ОРГАНИЗМА

«Будьте здоровы!» – желаем мы другим каждый день, но на своё здоровье обращаем серьёзное внимание крайне редко, пока, как говорится, не прижмёт.

Первое место в мире занимают болезни сердечно-сосудистой системы. Что с этим делать? Об этом наш разговор с Еленой Викторовной.

– **Действительно ли всё так серьёзно?**

– Ещё как! Проблема очень актуальна, людей с сосудистыми заболеваниями достаточно много. Огромное количество инфарктов и инсультов, в особенности среди мужчин. И цифры, к сожалению, растут из года в год. Страдают пожилые люди, всё больше таким недугам становятся подвержены люди старше 45–50. В России около 20% имеют серьёзные проблемы с сосудами и «сгорают» в течение года.\*

– **Почему мы так халатно к себе относимся? Надо заботиться о сосудах постоянно. Хорошо, если обратим внимание на головные боли из-за перепадов давления, да и то ограничивается таблеткой. А потом удивляемся, откуда инсульт?**

– Думаю, мы мало себя любим. И не до конца понимаем, что и как функционирует в нашем организме. Но ведь это проще простого – сосуды пронизывают всё наше тело, здоровая сердечно-сосудистая система обеспечивает правильную циркуляцию крови, благодаря чему клетки ткани и, в частности, головной мозг получают кислород и питательные вещества. А будет ли здоров организм, если сосуды не в порядке? Лечение любого органа по большому счёту зависит от состояния сосудов. Если клеткам будет недостаточно кислорода и пита-

тельных веществ, под ударом нормальное давление, память, мышление, состояние нервной системы, всех жизненно важных органов. Вот откуда инсульты. В наше время они сильно «помолодели» – 40-летний человек с инсультом уже не редкость. После 55 риск инсульта возрастает вдвое.\* А вы пробовали, чтобы помочь вашим сосудам, а значит и организму в целом, использовать Вегу?

– **Для чего предназначена Вега? Кому показано её применять?**

– Всем, по медицинским показаниям, конечно. Речь о людях, столкнувшихся с заболеваниями сосудистой системы или имеющих к ним предрасположенность. Появились перепады давления или иные настораживающие симптомы? Для профилактики применять можно, чтобы не усугубить тревожные звоночки.

– **Вегу можно назвать домашним помощником?**

– Добрый надёжный помощником, я бы сказала. Изначально она была разработана для военных и, естественно, хранилась в секрете. Сейчас ею может пользоваться каждый желающий. Вега может значительно активизировать мозговую деятельность в экстремальных военных условиях. Появилась возможность восстанавливать людей и максимальное число их функций после серьёзных инфарктов и инсультов. Вега может помочь человеку начать заново говорить, реагировать на окружающий мир, встать на ноги и продолжать жить.

– **Очень страдают пожилые люди от проблем с памятью, да, кстати сказать, и людей среднего возраста хватает. Им Вега может помочь?**

– Конечно! Как правило, проблемы с памятью – это результат нарушения мозгового кровообращения. Потерю образной, слуховой, зрительной памяти связывают с такими процессами, как отмирание клеток из-за скопления холестериновых бляшек, недостаточное снабжение тканей кислородом, питательными компонентами, связывают также с замедлением регенерации клеток, снижением выработки веществ, необходимых для работы мозга. Причиной потери памяти у пожилого человека может стать такое изменение в организме, как расстройство передачи нервных импульсов в результате дегенерации биохимических процессов. Это может быть недостаток микроэлементов и витаминов, иные причины – дисфункция центральной нервной системы и нарушение обменных процессов в мозговых тканях, играют роль психические расстройства, гибель клеток мозга в результате инфекций, травм, инсультов, влияют гормональные нарушения. Всё очень индивидуально, поэтому обязательно нужна консультация специалиста. В нашем случае телефон бесплатной горячей линии: 8 (495) 500-03-16

– **Болезни сосудов головного мозга становятся одной из основных причин смерти или потери трудоспособности.**

– Во всём мире серьёзные нарушения мозгового кровообращения приравниваются к инвалидности. Каждый год в нашей стране от этого умирает около двух миллионов граждан. Больше половины умирают от сердечно-сосудистых заболеваний и их смертельных осложнений – инфарктов и инсультов. Из них 100 тысяч – в области сердца дискомфорт: частое сердцеби-

ение, боль за грудиной, при физической нагрузке у вас появляется одышка, если повышается давление, чтобы помочь организму восстановиться, можно использовать Вегу. Противопоказания имеются и здесь, для этого не поленись проконсультироваться у специалиста.

– **А после инфаркта при наличии заболеваний сердца можно использовать Вегу?**

– Да, можно. Но лучше всё-таки до таких состояний себя не доводить, надо помнить о профилактике. Ритм нашей жизни пугающий – стрессы на работе, у кого-то дома, в дороге. Никакой стресс не проходит для организма бесследно. Огромное количество факторов, влияющих на сосудистую систему и артериальное давление. Особенно опасно это для сердца и головного мозга.

– **Можно ли рекомендовать Вегу для людей, находящихся в группах риска?**

– Специально для них Вега и была разработана. В ситуации, когда всякое химическое лекарственное вмешательство может повлиять на состояние человека, – это гениальный выход. Потому что Вега – результат технологий, разработанных в специальных лабораториях. Вега – это мельчайшие частицы, помогающие в воссоздании натурального белка, изначально входящего в состав каждой клетки и заново «запускает» клеточные процессы.

– **Получается, сбой в любом отделе организма можно поправить?**

– Да. Сейчас люди увлекаются различными чистками – кишечник чистят, печень, но забывают о главном – о своих сосудах.

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
08.10 «ГЕРЦОГИНЯ». (16+) 10.30 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+) 12.50 «РЕАЛЬНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+) 15.35 «ВЕЧНОЕ СИЯНИЕ ЧИСТОГО РАЗУМА». (16+) 17.45 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+) 20.10 «МАТИЛЬДА». (0+) США, 1996 г. В ролях: Мария Уилсон, Энни Девито, Ри Перлман 22.15 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+) США, 2000 г. В ролях: Джулия Робертс, Дэвид Брисбин, Альберт Финни 00.55 «13-Й РАЙОН». (16+) 02.35 «МОИ ПАРЕНЬ - КИЛЛЕР». (18+) 04.10 «ОБРУЧЕННЫЕ ОБРЕЧЕННЫЕ». (16+)	06.20 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+) 08.20 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+) 10.20 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+) 12.20 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+) 14.25 «ЛЮБОВЬ В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-3». (12+) 16.20, 17.15 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+) 18.25 «В СТИЛЕ JAZZ». (16+) 20.20 «ДАЧНЫЙ РОМАНС». (16+) Россия, 2014 г. 22.50 «ГЕРОЙ». (12+) Россия, 2016 г. 00.35 «МАМА НЕ ГОРЮЙ!». (18+) 02.25 «ЧЕМПИОНЫ». (6+) 04.25, 05.15 «ПАПА НАПРОКАТ». (12+)	06.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+) 09.35 «БУДНИ УГОЛОВНОГО РОЗЫСКА». (12+) 11.15 «ДЕЛО № 306». (12+) 12.45 «ТРИДЦАТЬ ТРИ». (12+) 14.10 Золото «Мосфильма». «СЛУЖЕБНЫЙ РОМАН». (0+) СССР, 1977 г. В ролях: Андрей Мягков, Алиса Фрейндлих 17.10 «В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (12+) СССР, 1978 г. В ролях: Михаил Кошкенов, Елена Цыплакова, Михаил Волонтир 19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+) 23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+) 02.25 «АГОНИЯ». (12+) 04.55 «ОЖИДАНИЕ». (12+)	06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+) 06.50, 07.15, 07.40, 08.05, 08.35, 09.00 «КУХНЯ». (16+) 09.30 «МАТЧ ПОИНТ». (16+) 11.40 «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО». (16+) США, 2014 г. 13.20 «ЛЮБОВНИКИ». (16+) 15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+) 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ГОРОД ХИЩНИК». (16+) 20.00, 20.45, 00.15, 01.00 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+) 21.30, 01.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+) 22.20, 02.35 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+) 23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+) 05.30 Спросони. (12+)	
<b>Иллюзион+</b> ИЛЛЮЗИОН+	<b>Русский киноплан</b> РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	<b>КИНОКОМЕДИЯ</b> КИНОКОМЕДИЯ	<b>FOXiLife</b> FOX LIFE	
00.30 «БЕСКОНЕЧНОЕ НАСЛЕДСТВО ЛЮБВИ». (16+) 01.50 «УСКОРЕНИЕ». (16+) 03.25 «СЛОМАННЫЕ ЦВЕТЫ». (16+) 05.05 «СИРОП». (16+) 06.35 «ЛЕВ». (16+) 08.25 «ВЫКУП». (16+) 10.00 «БАНДИТКИ». (16+) 11.30 «ОТСУТСТВУНИКИ». (16+) 14.00 «МЕЧТА ЛЮБВИ». (16+) 15.25 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+) 16.50 «БУНТАРКА». (16+) 18.30 «МАТЧ ПОИНТ». (16+) 20.30 «ЖЕСТОКИЕ МЕЧТЫ». (18+) Триллер, Канада, 2016 г. 22.10 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СЖЕЧЬ». (16+) Комедия, драма, Россия, 2008 г. 23.45 «ТРАНЗИТ». (18+)	00.30 «НЕУЛОВИМАЯ ЧЕТВЕРКА». (16+) 02.45 «АНТИКИЛЛЕР». (16+) 04.40 «ОДНАХДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+) 06.25 «ДВА В ОДНОМ». (16+) 08.35 «ПЕРВЫЕ НА ЛУНЕ». (16+) 09.55, 10.50 «ВОЙНА И МИР СУПРУГОВ ТОРБЕЕВЫХ». (12+) 11.45, 12.35 «АКАДЕМИЯ». (16+) 13.25 «БУМЕР». (16+) 15.30 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+) 17.10 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+) 19.10, 19.55 «АКАДЕМИЯ». (16+) 20.50 «ДУРА». (16+) Комедия, драма, Россия, 2005 г. 22.35 «СОБЫТИЕ». (16+) Драма, Россия, 2008 г.	02.40 «БРАК ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (0+) 04.40 «ЖЕНЬЮСЬ НА ПЕРВОЙ ВСТРЕЧНОЙ». (16+) 06.25 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+) 08.25 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+) 10.20 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+) 12.00 «ДРУЖБА И НИКАКОГО СЕКСА?». (16+) 13.50 «ОЧЕНЬ ОПАСНАЯ ШТУЧКА». (16+) 15.35 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+) 17.35 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+) 19.30 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+) 21.05 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+) 22.45 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+) Комедия, США, 2009 г.	08.00, 18.05, 18.50, 02.15, 02.55, 07.20 «СКОРПИОН». (16+) 3 сезон. Сериал. США, 2016 г. 08.40, 09.25, 14.30, 15.15, 00.50, 01.30 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+) 10.05, 10.30, 05.55, 06.20 «МИК». (16+) 10.50 Джейми Оливер: Готовим вкусно и недорого. (12+) 11.40, 23.15, 03.40 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+) 12.25, 13.05, 13.50, 16.00, 19.30, 20.15, 06.40 «КАСП». (16+) 16.40 «ДЕВУШКА В КНИГЕ». (16+) 21.00, 00.00, 04.25 «НОМЕР 309». (16+) 21.50, 22.30, 05.15 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)	
<b>Феникс+Кино</b> ФЕНИКС+КИНО	<b>TV 21 ВЕК</b> РОДНОЕ КИНО	<b>РОДНОЕ КИНО</b> РОДНОЕ КИНО	<b>КИНОСЕРИЯ</b> КИНОСЕРИЯ	
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+) Сериал. Драма, Россия, 2009 г. 09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+) 11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+) 13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+) 14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+) 15.00, 23.00, 07.00 «БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ». (18+) 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+) 15.00, 23.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-3». (12+)	10.00, 18.00, 02.00 «КАИН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ-4». (16+) 11.00, 19.00, 03.00 «ДЕФИЦИТ». (16+) Драма, Мексика, 2007 г. 12.25, 20.25, 04.25 «НА ПРЕДЕЛЕ». (18+) Триллер, драма, Германия, Франция, 2017 г. 14.15, 22.15, 06.15 «ПО ТУ СТОРОНУ НАДЕЖДЫ». (16+) Драма, Финляндия, Германия, 2017 г. 15.55, 23.55, 07.55 «БЕГИ БЕЗ ОГЛЯДКИ». (18+) Криминальная драма, Германия, США, 2006 г.	00.45 «НОЧНЫЕ ЗАБАВЫ». (12+) 03.40 «ПИКОВАЯ ДАМА». (12+) 05.30 «ДУЭНЬЯ». (16+) 07.25 «НАСТЯ». (16+) 09.05 «РУССКАЗЫ О ЛЮБВИ». (16+) 10.45 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (6+) 12.25 «ГРАФ МОНТЕ-КРИСТО». (0+) 16.05 «КОРТИК». (6+) 19.00 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+) 21.35 «СТОЯНКА ПОЕЗДА - ДВЕ МИНУТЫ». (0+) 23.05 «ПРОПАВШАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ». (0+)	00.15, 07.05, 08.00, 09.10, 10.20, 11.15, 12.25, 23.25 «КАИН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+) 5 сезон. Сериал. Детектив, драма, криминал, Франция, 2017 г. В ролях: Бруно Дебрандт, Жюли Деларме 01.20, 02.15, 20.20, 20.50 «ТРИНАДЦАТЫЙ. XIII». (16+) 03.10, 04.00, 21.45, 22.35 «ЧЕРНЫЙ СПИСОК». (16+) 05.05, 06.05, 13.25, 14.30, 15.40, 16.50 «ВОЗВРАЩЕННЫЕ». (16+) 17.55, 18.55 «ВОЛЧИЙ ЗАЛ». (16+)	

## УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ
07.50 Топ-10. (12+)			00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
08.20 Доктор Смузи. (12+)			00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
08.40 Лавки чудес. (12+)			01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
09.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)			01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
09.25 Травовед. (12+)	07.25 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)		02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Наталион Лионом. (6+)
09.40 Вокруг сырья. (12+)	08.15 Крылатые охотники. (16+)		02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
10.00 Дачная энциклопедия. (12+)	08.35 Назаребежных водоемах. (12+)		03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
10.30 Легендарные братья-пекари. (16+)	09.05, 12.10 Кулинарное путешествие с Сержем Марковичем. (12+)		03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
11.30 Тихая моя родина. (12+)	09.35, 12.40 Кухня с Сержем Марковичем. (12+)		04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
12.00 Сам себе дизайнер. (12+)	09.50, 12.55 Дело вкуса. (12+)		04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
12.15 Сад своими руками. (12+)	10.10, 16.10 Оружейные дома Европы. (16+)		04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
12.45, 16.50, 20.55 Гвоздь в стену. (12+)	10.40, 16.40 Оружие для охоты. (16+)		04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
13.15, 13.30 Чай вдвоем. (12+)	11.10, 22.35 Я и моя собака. (16+)		
13.45 Паштеты. (12+)	11.40 Нахлыст в Башкортостане. (16+)		
14.05 Милости просим. (12+)	13.15 Кодекс охотника. (16+)		
14.35 101 ответ о садоводстве. (12+)	13.35 Морская подводная охота. (16+)		
15.05 Огород круглый год. (12+)	14.05 Планета охотника. (16+)		
15.35 Мастер. (12+)	14.40 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)		
16.05 Полное лукошко. (12+)	15.10 Нахлыст на разных широтах. (12+)		
16.20 Частный сектор. (12+)	15.40 Карапининг. (12+)		
17.20 Умный дом.	17.10 Советы бывалых. (12+)		
Новейшие технологии. (12+)	17.30 Поймай и сними. (16+)		
17.50 Свечной заводик. (12+)	18.00 Территория льда. (16+)		
18.05 Преданья старины глубокой. (12+)	18.30 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)		
18.35 Правила огородника. (12+)	19.00 Энциклопедия рыбалки. (12+)		
18.50 Домоводство. (12+)	19.30 Рыбалка в Шотландии. (12+)		
19.10 Мегабанки. (16+)	20.35 Есть мнение. (16+)		
19.45, 23.50 Секреты стиля. (12+)	21.00 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)		
20.10 Профпригодность. (12+)	21.30 Секреты "трудных" водоемов. (12+)		
20.40 Букварь дачника. (12+)	22.05 Тропа рыбака. (12+)		
21.30 Безопасность. (12+)	23.05 Две на одного. Оружие. (16+)		
22.00 Кухня народов СССР. (12+)	23.20 Две на одного. Снаряжение. (16+)		
22.15 Урожай на столе. (12+)	23.35 Рыбалка на малых реках Удмуртии. (16+)		
22.50 История усадеб. (12+)			
23.20 Старинные русские усадьбы. (12+)			

# ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	ПЕТРО
06.00 «ОТТЕПЕЛЬ».(16+) Сериал. Драма, Россия, 2013 г. В ролях: Евгений Цыганов, Александр Яценко, Анна Чиповская, Виктория Исакова	05.00 Мультфильмы. (12+) 05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	05.00 Обмен жёнами. (16+) Когда в семье мужчина - голова, то женщина, конечно, шея. И куда шея повернёт, туда голова и посмотрит. А что, если мужчиной какое-то время «покрутит» другая женщина? Увидит ли он новые горизонты?	00.20, 11.00, 21.40 В поисках утраченного. (12+)
10.00 Новости 10.10 «ОТТЕПЕЛЬ».(16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	01.10, 06.00, 22.20 «Я люблю над Россией». Вечер памяти Народной артистки СССР Людмилы Георгиевны Зыкиной. (12+)	03.00, 09.00 «ЧЕРНЫЙ ТЮЛЫПАН». (16+)
13.00 Новости 13.15 Зал суда. Битва за деньги. (16+)	07.30 «ЗАЧАРОВАННЫЕ». (16+)	04.50 Киноистория Глеба Скороходова. (12+)	05.00 Мультфильм. (0+)
14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	10.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	07.55, 08.05, 08.15, 12.30, 12.40 «Переменки». Мультфильм. (6+)	07.25 «СЕКРЕТ ТРОПИКАНКИ». (16+)
15.05 Дела семейные. Новые истории. (16+)	11.00 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)	08.20 «КЛОН». (16+)	08.25 «Перфил и Фома». Мультфильм. (6+)
16.00 Новости 16.15 Телегра «Игра в кино». (12+)	14.00 Орел и Решка. Америка. (16+)	Сериал. Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурило Бенисио, Джованна Антонелли, Вера Фишер, Режинальдо Фария, Неуза Борджес	08.35 «Песенка мышонка». Мультфильм. (0+)
17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА». (16+) Сериал. Детектив, криминальный фильм, фильм о животных, Россия, 2014 г.	16.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (16+)	Удивительная история любви и одна из самых успешных бразильских теленовелей, известная во всем мире.	08.45 «Петух и боярин». Мультфильм. (0+)
19.00 Новости 19.20 «ТОПТУНЫ». (16+)	18.20 Я твое счастье. (16+)	10.20 «ТРОПИКАНКА». (12+)	11.45 «Первая скрипка». Мультфильм. (0+)
22.20 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	19.00 Орел и Решка. Мегаполисы. (16+)	11.35 Мастершаф. (16+)	12.10 «Первый автограф». Мультфильм. (0+)
00.00 Новости 00.10 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	Оля Антилова и Антон Заильцев бросают вызов скучным путешествиям, привычным достопримечательностям и самим себе!	17.00 Модель XL. (16+)	12.20 «Первый урок». Мультфильм. (0+)
00.50 Телегра «Игра в кино». (12+)	20.00 Орел и Решка. По морям-3. (16+)	19.00 «КЛОН». (16+)	12.55 «КАНИКУЛЫ ПЕТРОВА И ВАСЕЧКИНА». (6+)
01.30 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	21.00 Мир наизнанку. (16+)	20.00 «ТРОПИКАНКА». (12+)	14.05 «ГОРБУН». (16+)
02.20 Дела семейные. Новые истории. (16+)	22.00 Руссо-Латино. Переу. (16+)	21.05 Я стесняюсь своего тела. (16+)	16.00 Достояние Республики. (12+)
03.05 «ТОПТУНЫ». (16+)	00.00 Мир наизнанку. Вьетнам. (16+)	01.15 В теме. (16+)	17.55, 19.25 «ДОЛГАЯ ДОРОГА В ДЮНАХ». (12+)
05.30 Культ/Туризм. (16+)	00.50 Пятница News. (16+)	01.45 «МЫСЛITЬ КАК ПРЕСТУПНИК». (16+)	20.30 Смерть эпохи. Похороны Л. И. Брежнева. (12+)
	01.20 «СВЕРХЪЕСТЕСТВЕННОЕ». (16+)	03.20 Обмен жёнами. (16+)	
	03.50 «РЫЖИЕ». (16+)		
	04.30 Мультфильмы. (12+)		

## ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ

365 ДНЕЙ ТВ	VIASAT HISTORY	NATIONAL GEOGRAPHIC
00.00 Час истины. (12+)	06.15 Невероятные изобретения. (12+)	06.00 Путь пробуждения. (16+)
01.10 Российская летопись. (12+)	06.45 Вулканическая одиссея. (12+)	06.25, 07.10 Экстремальный Китай. (16+)
01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	07.35 Погода, изменившая ход истории. (12+)	07.55, 08.40 Авто - SOS. (16+)
02.00 Искусство войны.	08.05 Вторая мировая в цвете. (12+)	09.25, 09.50 1989. Год, сотворивший современный мир. (16+)
Великие полководцы. (12+)	09.00 Заговор. (12+)	10.15, 10.35 Игры разума. (16+)
03.00 Битва против Рима: (12+)	09.50, 10.50 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)	11.00 YouTube: Революция. (16+)
04.00 Историада. (12+)	11.50 Настоящий доктор Живаго. (12+)	11.45 Шоссе через ад. (16+)
05.00 Страна Советов.	12.50 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	12.30 Хозяева гор. (16+)
Забытые вожди. (12+)	13.45 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	13.20 Неизвестный Китай. (16+)
06.00 Ангкор. Земля богов. (12+)	14.35 Коварная Земля. (12+)	14.10, 14.55 Авто - SOS. (16+)
06.50 Семь дней истории. (12+)	15.25 Вторая мировая в цвете. (12+)	15.40 Международный аэропорт Дубай. (16+)
07.00 Первая мировая. (12+)	16.20, 16.50 Невероятные изобретения. (12+)	16.25 Расследования авиакатастроф. (16+)
08.00 «ПОСЛЕДНИЙ КОРОЛЬ». (16+)	17.20, 18.20 Моя жизнь в гитлеровской Германии. (12+)	17.15 Черные фараоны: империя золота. (16+)
09.45, 10.15 Формула русской революции. (12+)	19.15 Настоящий доктор Живаго. (12+)	18.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
10.45 СМЕРШ. Радиогиры «Друзья». (12+)	20.15 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	18.50 Сокровища Тутанхамона. (16+)
11.00 Империя: воля и мир. (12+)	21.10 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	19.35 Хозяева гор. (16+)
12.00 «МИНИН И ПОЖАРСКИЙ». (6+)	Ранним утром 17 июля 1918 года русский царь Николай II был отконвоирован в подвал дома в Екатеринбурге и расстрелян большевиками.	20.25 Неизвестный Китай. (16+)
13.50 Секреты истории. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	21.15 Расследования авиакатастроф. (16+)
15.05 Лица итальянского искусства. (12+)	22.55 Военные машины	22.00 Затерянные сокровища Египта. (16+)
15.20 Историограф. (12+)	23.50 Свидетели резни: Нанкин. (12+)	22.50 Сокровища Тутанхамона. (16+)
16.00, 17.00, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 События в истории. (12+)	00.50 История оружия. (16+)	23.35 Осушить океан. (16+)
20.00 Тайны великих картин: «Ночной дозор». 1642 год. Рембрандт ван Рейн. (12+)	01.45 Вторая мировая в цвете. (12+)	00.25 Неизвестный Китай. (16+)
20.35 Тайны великих картин: «Восстание 2 мая 1808 года в Мадриде». 1814 год. Франциско Гойя. (12+)	02.40 Запретная история. (12+)	01.15, 04.25 Затерянные сокровища Египта. (16+)
21.10 Архитектор Лангбард. Невостребованный архив. (12+)	03.30, 04.20 Музейные тайны. (12+)	02.05 Международный аэропорт Дубай. (16+)
21.55 Гигант. Рассказ о «Давиде» Микеланджело. (12+)	05.10, 05.40 Невероятные изобретения. (12+)	02.50 Расследования авиакатастроф. (16+)
22.55 История Отечества в портретах: Александр III. (12+)	05.15 Суперсооружения. (16+)	03.35 Парапротивное. (16+)
23.15 Эссенский собор. (12+)		05.10 Суперсооружения. (16+)

ANIMAL PLANET	DISCOVERY CHANNEL	TLC
06.00 Большое приключение О'Ши. (12+)	06.00 Махинаторы. (12+)	06.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
07.00 Адская кошка. (12+)	07.00 Крутой тюнинг. (12+)	07.00 Поместья: новая жизнь. (12+)
08.00 Аквариумный бизнес. (12+)	08.00, 08.30 Как это устроено? (12+)	08.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)
09.00 Неизведанные острова. (12+)	09.00, 09.30 Битва за недвижимость. (12+)	09.00, 09.30 Доступная роскошь. (12+)
10.00 На свободу с питбулем. (16+)	10.00, 10.30 Как это сделано? (12+)	10.00, 10.30 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)
11.00 Будни ветеринара. (16+)	11.00, 11.30 Мужские берлоги. (12+)	11.00 Оденься к свадьбе. (12+)
12.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)	12.00 Лучший оружейник: Мушкетон. (12+)	12.00 В плenу неунужных вещей. (12+)
13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)	13.00, 13.30 Как это устроено? (12+)	13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)	14.00 Махинаторы. (12+)	14.00 Шинкуют все: Состязание судей. (12+)
15.00 Адская кошка. (12+)	15.00 Крутой тюнинг. (12+)	Судьям предстоит дружеское состязание с использованием оставшихся в корзинках ингредиентов. Смогут ли они превратить макаронную запеканку с тунцом в уникальное блюдо?
16.00 Вторжение. (16+)	16.00, 16.30 Уличная наука. (16+)	
17.00 Большое приключение О'Ши. (12+)	17.00 Реальные дальновидчики. (12+)	
18.00 Полиция Феникса: Отдел по защите животных. (16+)	18.00, 18.30 Битва за недвижимость. (12+)	
19.00 Дело об акульем нападении. (16+)	19.00, 19.30 Как это устроено? (12+)	
20.00 В поисках яети. (12+)	20.00 Махинаторы. (12+)	
21.00 Суперзмея-людоед. (16+)	21.00 Крутой тюнинг. (12+)	
22.00 Неизведанные острова Индонезии. (12+)	22.00 Махинаторы. (12+)	
23.00 Вторжение. (16+)	23.00 Военный архив: под грифом «Топ-10». (12+)	
00.00 На свободу с питбулем. (16+)	00.00 Почему? Вопросы мироздания: природа нашего зла. (12+)	
01.00 В поисках яети. (12+)	00.55 Последние жители Аляски. (16+)	
01.50 Суперзмея-людоед. (16+)	01.50 Лучший оружейник: Мушкетон. (12+)	
02.40 Вторжение. (16+)	02.40 Крутой тюнинг. (12+)	
03.30 Дело об акульем нападении. (16+)	03.30, 03.55 Битва за недвижимость. (12+)	
04.20 Неизведанные острова Индонезии. (12+)	04.20 Военный архив: под грифом «Топ-10». (12+)	
05.10 На свободу с питбулем. (16+)	05.10 Почему? Вопросы мироздания: природа нашего зла. (12+)	

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT 2	EUROSPORT 1
06.00, 07.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Смоленское кольцо». (0+)	01.30, 05.00, 09.00, 18.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллинген. Мужчины. HS 145. (0+)		
08.00 Спортивные танцы. (0+)	02.00 «Спортивный разговор». (0+)		
09.00, 18.20, 23.05 Новости. (0+)	02.20, 06.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. Слалом. 2-я попытка. (0+)		
09.05 Первые Международные спортивные зимние игры «Дети Азии». (0+)	03.00, 10.30 Зимние виды спорта. «В погоне за историей». Линди Вонн. (0+)		
09.20 Баскетбол. ВТБ. «Матч звезд». (0+)	03.30, 07.00, 11.00, 16.00 Снукер. Welsh Open. Финал. (0+)		
12.05, 23.10 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)	13.00, 15.30, 19.30 Биатлон. Кубок мира. Soldier Hollow. Одиночный микст. (0+)		
14.05, 20.25 Футбол. Кубок ФНЛ - 2019. (0+)	13.30 Биатлон. Кубок мира. Soldier Hollow. Смешанная эстафета. (0+)		
14.15, 04.00 Баскетбол. Единная лига ВТБ. (0+)	14.30 Велоспорт. «Классика Альмерии». (0+)		
16.15 Мини-футбол. Кубок России. 1/2 финала. (0+)	20.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Питтсбург» - «Рейнджерс». (0+)		
18.25 Регби. Чемпионат Европы. (0+)	21.00 Дзюдо. Большой Шлем. Париж. (0+)		
20.35 Лёгкая атлетика. Кубок Москвы по прыжкам в высоту под музыку. (0+)	21.35 Теннис. ATP. Роттердам. Финал. (0+)		
21.45 Самые сильные. (12+)	22.30 Теннис. ATP. Рио-де-Жанейро. Прямая трансляция. (0+)		
22.15 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая держава». (0+)			
01.10 Плавание. Международные соревнования «Кубок Владимира Сальникова». (0+)			
03.30 Вид сверху. (0+)			

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Наше. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
06.10 Засеки звезду. (16+)	16.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
06.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	18.00 PRO-новости. (16+)
09.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)	18.15 Русские хиты - чемпионы понедельника. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	19.00 Золотая дюжина. (16+)
10.30 PRO-обзор. (16+)	20.00 Отпуск без путевки. Крым. (16+)
11.05 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	21.00 Каракинг. (16+)
12.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	22.00 Топ 30 - крутик недели. (16+)
13.00 Сделано в 90-х. (16+)	20.27 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
14.00 Русский чарт. (16+)	00.40 Наше. (16+)
	01.45 Несприндер. (16+)

МУЛЬ

06.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+) 06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+) 07.00 «Малышарики». (0+) 07.30 «Деревяшки. Плот». (0+) 08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 08.30 «Четверо в кубе». (0+) 09.00, 23.00 «Иоко». (0+) 09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+) 10.00, 17.15 «Фиксики». (0+) 10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+) 11.00, 19.00 «Бобр добро». (0+) 11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 12.00 «Машины сказки», «Чертенок с пушистым хвостом». (0+) 12.20, 20.30 «Маша и Медведь». (0+) 13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+) 13.25, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+) 14.00, 22.00 «Бумажки». (0+) 14.25, 22.25 «Смешарики». (0+) 15.00, 10.45 «Друзья кролика». (0+) 16.20 «Сказочный патруль». (0+) 18.00 «Консунни. Чудеса каждый день». (0+) 20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Приключения Домовёнка», «Колыбельные миры». (0+)

МУЛЬ

05.00, 07.35, 12.00 «Пёс Пэт». (6+) 05.25 «Жужики». (6+) 05.45 «Мини-Малпеты». (0+) 06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+) 06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+) 08.30, 11.30 «Удивительная Вия». (6+) 09.00 «София Прекрасная». (0+) 09.30 «Елена - принцесса Авала». (0+) 10.00 «Хранитель Лев». (0+) 12.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.55 «Новая школа императора». (0+) 14.50 «Финес и Ферб». (6+) 17.15, 03.25 «Гравити Фолз». (12+) 19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+) 19.30 «Алиса знает, что делать!». (6+) 22.30 Правила стиля. (6+) 22.50 «Звёздные Войны: Силы Судьбы». (6+) 23.15 «Мистиции: миссия Чёрный Пантеры». (12+) 23.45 «Стражи Галактики». (12+) 00.10 «ПЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+) 01.55 «ОДИН БРАТ НА ВЕСЬ ОТРЯД». (6+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАНАЛ DISNEY

• Корис club

05.00 «Ранние пташки», «Добрый Кото», «Смешарики», «Волшебный фонарь». (0+) 06.00 Завет. (0+) 07.00 Александр Суворов. Цикл: Русские праведники. (0+) 07.30 Как я стал монахом. (0+) 07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+) 08.05 «Непоседа Зу». (0+) 09.20 «Давайте рисовать!». (0+) 09.50 «Союзмультфильм» представляет: «Кошкин дом». (0+) 10.30 «Роботы-поезда». (0+) 11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+) 11.40 «Машинки», «Мальчики и лягушки звери». (0+) 12.15 «Тобот Атлон». (6+) Фанат гонок Кайл Хью присоединяется к команде Альфи, Беты и Теты - трёх Тоботов, созданных его матерью. Вместе они дают отпор злодеям и восстанавливают справедливость на улицах Дайд-Сити. 12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели». (6+) 13.00 «Барбоскины». (0+) 14.00 «Навигатор. Новости». (0+) Программа «Навигатор. Новости» - это путеводитель по самым интересным событиям! 14.10 «Элвин и бурундуки». (6+) 14.55 «Супер4». (6+) 15.40 «Царевны». (0+) 16.05 «Мир Винкс». (6+) 16.30 «Консунни. Чудеса каждый день». (0+) 16.45 «Барби: Дримтопия». (0+) 17.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 18.05 «Пластилиники». (0+) 18.10 «Дружба - это чудо». (0+) 19.00 «Мончики». (0+) 19.25 «Лунтик и его друзья». (0+) 20.20 «Деревяшки». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+) 20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 22.00 «Черепашки-ниндзя». (6+) 22.25 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+) 22.50 «Бен 10». (12+) 23.15 «Гризли и лемминги». (6+) 00.00 «Зиг и Шарко». (6+) 01.05 «Соник Бум». (6+) 02.05 «Викинг Вик». (6+) 03.40 «Катя и Мим-Мим». (0+)

КАРУСЕЛЬ

СПАС

05.00 Сила духа. (0+) 05.30 Я хочу ребенка. (0+) 06.00 Завет. (0+) 07.00 Александр Суворов. Цикл: Русские праведники. (0+) 07.30 Как я стал монахом. (0+) 08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+) 09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+) 10.00 Следы Империи. (0+) 11.30 «ПРОДЛИСЬ, ПРОДЛИСЬ, ОЧАРОВАНЬЕ...». (0+) 13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+) 14.30 Монастырская кухня. (0+) 15.00 Служба и служение. (0+)

15.50 Вяземский котел. (0+) 16.35 «У ТИХО ПРИСТАНИ». (0+) 18.00 Завет. (0+) 19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+) 20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+) 21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+) 22.30 «ВЕЧЕРНИЙ ЗВОН». (0+) 23.55 День Патриарха. (0+) 00.05 Завет. (0+) 01.00 Выступление А. Кузнецовой в рамках Форума активных мирян «Фа-вор». (0+) 01.25 Служение среди служивых. Цикл: Встреча. (0+) 03.40 Res Publica. (0+) 04.30 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл: Старцы. (0+)

Православный календарь

18 февраля  
Седмица сплошная. Глас 5.  
Свт. Феодосия, архиеп. Черниговского.

Мц. Агафии. Мц. Феодулии и мчч. Елладия, Макария и Евгения. Мч. Михаила, прмц. Александры. Елецкой-Черниговской, Сицилийской, или Дивногорской, и имеемуемой «Взыскание погибших» икон Божией Матери.

Поста нет.

Подобно тому, как человек не замечает, как он растет, как из маленького мальчика становится взрослым, так и духовный рост человека идет совершенно незаметно для него. Этот невидимый духовный рост человека и есть самоукоренение».

Прп. Варсонофий

Кредит для пенсионеров

Получите деньги сегодня!

Звоните: (495) 106-16-38

[www.interprombank.ru](http://www.interprombank.ru)

Ставка 11% для сумм 45 000–1 млн. руб. при сроке 6 мес. Диапазон ставок 11%–23% годовых для сумм 45 000–1 млн. руб. на срок 6–60 мес. АО КБ "ИНТЕРПРОМБАНК". Лицензия ЦБ РФ 3266. Реклама.

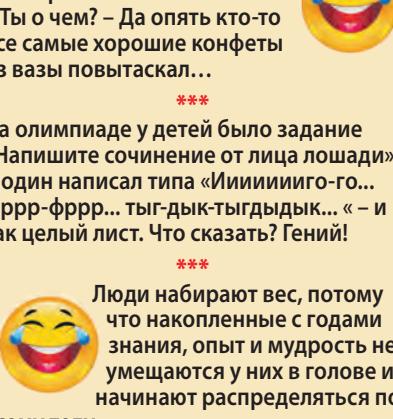
75 лет на момент погашения кредита. Процентная ставка рассчитывается исходя из показателей финансового положения, кредитной истории клиента. Кредит выдается по усмотрению Банка.



БЕСПЛАТНЫЙ  
ВОПРОС ЮРИСТУ  
8 (499) 322-05-19

Согласно Федеральному закону  
РФ от 11 сентября 2011 года  
№324 ФЗ «О бесплатной  
юридической консультации  
в Российской Федерации»

\*\*\*  
– Лучшие всегда покидают нас первыми!  
– Ты о чём? – Да опять кто-то все самые хорошие конфеты из вазы повытаскал...  
\*\*\*  
На олимпиаде у детей было задание «Напишите сочинение от лица лошади», и один написал типа «Иииииииого-го... Фррр-фррр... тыг-дык-тыгдык...» – и так целый лист. Что сказать? Гений!  
\*\*\*  
Люди набирают вес, потому что накопленные с годами знания, опыт и мудрость не умещаются у них в голове и начинают распределяться по всему телу.



ЦЕНТР ЗАЩИТЫ  
ОБМАНУТЫХ  
ВКЛАДЧИКОВ

ПОМОЖЕМ  
С ВОЗВРАТОМ  
ВКЛАДОВ  
ИЗ КПК, МФО, БАНКОВ  
БЕСПЛАТНАЯ  
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ  
8 (800) 302-90-40

Реклама

Реклама

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ Культура	СТС	СТС
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	06.00	«Настроение»	05.05	«ЛЕСНИК». (16+)	06.00	Новости культуры
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	«Доктор И...» (16+)	06.05	Сегодня	06.35	«Пешком...»
09.25	«Сегодня 19 февраля. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	08.35	«РЯДОМ С НАМИ». (12+)	07.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.00	Новости культуры
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)	11.00	Вести	07.05	Сегодня	07.05	«Правила жизни»
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести	11.25	Местное время	08.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.30	Новости культуры
12.00	Новости с субтитрами	11.40	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым».	11.30	«Судьба	08.05	Сегодня	07.35	«Легенды мирового кино»
12.15	«Время покажет». (16+)	12.50	человека с Борисом Корчевниковым».	10.35	«Олег Ефремов. Последнее признание». (12+)	09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	08.05	«СИТА И РАМА»
14.00	Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)	14.00	Вести	11.40	Местное время	10.20	Сегодня	08.50	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
15.00	Новости с субтитрами	14.25	Вести	14.40	«Кто против?» (12+)	12.55	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)	10.00	Новости культуры
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.40	Местное время	17.00	«Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)	12.55	«Наблюдатель»	10.15	«Наблюдатель»
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	17.00	Вести	17.25	«Андрей Малахов. Прямой эфир» (16+)	13.00	Сегодня	11.10	XX век
17.00	«Время покажет». (16+)	18.50	Местное время	18.50	«60 минут». (12+)	13.25	Обзор.	12.30	Дневник XII Зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета
18.00	Вечерние новости с субтитрами	20.00	Вести	20.00	«60 минут». (12+)	14.00	Чрезвычайное происшествие	12.55	«Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
18.25	«Время покажет». (16+)	20.45	Вести	21.00	Местное время	14.30	«Место встречи»	13.45	«Мы - грамотеи!»
18.50	«На самом деле». (16+)	21.00	«СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	21.00	«СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	14.50	Сегодня	14.30	С потолка
19.50	«Пусть говорят». (16+)				Брагин и Марина изо всех сил стараются найти общий язык с Тамарой, но все попытки стать семьей ни к чему хорошему не приводят. Ханина предлагает Кулкову жить вместе, но он не хочет торопиться. Кристина сообщает Никите о беременности, но понимает, что никаких решений от Никиты ждать не приходится.	15.05	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ». (12+)	15.05	Новости культуры
21.00	Время				23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	16.55	«Естественный отбор». (12+)	16.00	«Эрмитаж»
21.30	«ГАДАЛКА». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	17.45	«С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА». (16+)	16.30	«Белая студия»
					Артём остаётся жив. Настя возвращается в милицию и уже официально берётся за это дело. Ермилов ведёт дело со стороны прокуратуры. Обнаруживают труп Кости Вяткина, умершего от передозировки герона. Следствие приходит к выводу, что он являлся исполнителем убийства Елены.	19.40	События	16.40	«Хамберстон. Город на время»
					02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	20.00	Петровка, 38. (16+)	17.50	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
					Артём остаётся жив. Настя возвращается в милицию и уже официально берётся за это дело. Ермилов ведёт дело со стороны прокуратуры. Обнаруживают труп Кости Вяткина, умершего от передозировки герона. Следствие приходит к выводу, что он являлся исполнителем убийства Елены.	20.00	«Право голоса». (16+)	18.40	Открытый мастер-класс Александра Князева
22.30	Премьера. «Большая игра». (12+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	20.20	События	19.40	«Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
23.30	«Вечерний Ургант». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	22.00	События	19.45	Новости культуры
00.00	«АФГАНИСТАН». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	22.30	«Осторожно, мошенники!» (16+)	20.05	«Правила жизни»
01.00	«УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	23.05	«Женщины Владимира Высоцкого». (16+)	20.30	«Спокойной ночи, мальчики!»
03.00	Новости				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	00.00	События. 25-й час	20.45	«Память»
03.05	«УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	00.35	«90-е. Королевы красоты». (16+)	21.15	У памятника советским танкистам, освобождавшим Прагу, непростая судьба.
03.20	«Мужское / Женское». (16+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	01.25	«Последние залпы». (12+)	22.00	Искусственный отбор
04.10	Контрольная закупка. (6+)				02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	02.15	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ». (12+)	22.45	«Две жизни»
					02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	03.55	«ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)	23.15	«Запечатленное время»
					02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)	05.45	Петровка, 38. (16+)	23.35	Новости культуры
								20.00	«Подземные дворцы для вождя и синицы»
								00.15	«Тем временем. Смыслы» с Александром Архангельским
								01.00	XX век
								02.15	«Сокровища «Пруссии»
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	Москва 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия»	06.00	Сегодня утром	05.00	11.05, 21.05 «ПравДа?». (12+)	06.00	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее ведение	06.00	«Самое яркое». (16+)
05.20	06.05, 06.55, 07.50 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ЖЕНСКИ». (16+)	09.00	13.00, 18.00, 21.15 Новости дня	05.55	12.05, 23.25 «Большая страна». (12+)	06.30	10.30, 14.30, 15.30, 20.30, 21.30, 23.30, 01.30, 02.30, 04.35 Специальный репортаж. (12+)	06.30	«Самое яркое». (16+)
		09.15	«Колеса Страны Советов. Были и небылицы». (0+)	06.25	«Гора самоцветов. Ловись, рыбка». (0+)	07.45	08.45, 09.45, 01.15, 04.15 Сеть. (12+)	07.00	«Вспомнить все». (12+)
		10.00	14.00 Военные новости	06.35	«Гора самоцветов. Колобок». (0+)	10.00	11.00, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости	07.40	«ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (12+)
		10.05	13.15 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+)	06.55	«Нормальные ребята». (12+)	10.15	12.45, 21.15, 23.15, 02.15, 05.15 Московский патруль. (16+)	08.10	«ДРУГ МОЙ, КОЛЫК!...» (6+)
		13.35	14.05 «ВОЕННАЯ РАЗВЕДКА: СЕВЕРНЫЙ ФРОНТ». (12+)	07.25	10.50, 22.00, 23.50 «Активная среда». (12+)	11.30	13.15, 17.15, 03.15 «Климат-контроль». (12+)	09.25	«ПАРНИЦЫ». (16+)
		18.30	«Специальный репортаж». (12+)	07.30	22.35 «Анатолий Собчак. Жизнь на юре». (12+)	11.45	19.15 Спорная территория. (12+)	14.25	«ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (12+)
		18.50	«Непобедимая и легендарная». (6+)	08.30	Фильм об одном из наиболее ярких политиков современной России. (12+)	12.10	14.15, 16.15 «Прямо и сейчас»	16.10	«ВЕЧНЫЙ ЗОВ». (12+)
		19.40	«Легенды армии» с Александром Маршалом». (12+)	09.00	10.05, 16.05, 17.05 «ЖУКОВ». (12+)	13.30	18.30, 00.30, 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)	17.35	«МИСС МАРПЛ». (12+)
		20.25	«Улица из прошлого». (16+)	10.00	11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 17.00, 21.00 Новости	14.45	«Все просто!» (12+)	20.00	«ВАНЯ». (6+)
		21.25	«Открытый эфир». (12+)	12.30	«Подвиг военный - подвиг спортивный». (12+)	15.00	«Спортивные новости». (12+)	21.40	«В 12 ЧАСОВ ПРИДЁТ БОСС». (16+)
		23.00	«Между тем» с Натальей Метлиной. (12+)	13.20	«Гора самоцветов. Проделки лисы». (0+)	16.30	Жизнь в большом городе. (12+)	23.05	«СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+)
		23.25	«ПРАВО НА ВЫСТРЕЛ». (12+)	15.45	«Фигура речи». (12+)	19.00	Москва сегодня. (12+)	01.05	«МИСС МАРПЛ». (12+)
		01.10	СССР, 1981 г...	04.05	«Моя история». (12+)	19.30	Москва сегодня. (12+)	03.10	«Тайны кино». (12+)
		01.10	«ЗДРАВСТВУЙ И ПРОЩАЙ». (0+)			22.30, 03.30 «Вечер»	04.55	«Раскрывая тайны звёзд». (12+)	
		02.55	«ЧЕРНЫЕ БЕРЕТЫ». (12+)				05.40	«Вспомнить все». (12+)	
		04.10	«ПОДКИДЫШ». (0+)						
		05.15	«Задорновые разведчики». (12+)						

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 04.50 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «КВН. Высший балл». (16+)	06.00 «КиберАрена». (16+)	06.30, 18.00, 00.00, 05.25 «6 кадров». (16+)	06.50, 07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости	06.30, 18.00, 00.00, 05.25 «6 кадров». (16+)
06.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	09.20 «Слепая». (12+)	06.50 «Дорожные войны». (16+)	07.05, 15.05, 18.25, 00.55 Все на Матч!	06.50, 07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости	06.50, 07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости	06.50, 07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости
07.00 «С добрым утром!» (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	13.25 Большой завтрак. (16+)	11.00 «Гадалка». (12+)	07.50 «Удачная покупка». (16+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости	07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости	07.00, 08.30, 12.55, 15.00, 18.15, 21.25, 22.00 Новости
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)	13.25 Еженедельное кулинарно-развлекательное шоу. Ведущая проекта - Марина Кравец	14.00 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	15.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	13.00 «Идеальный ужин». (16+)	07.05, 15.05, 18.25, 00.55 Все на Матч!	07.05, 15.05, 18.25, 00.55 Все на Матч!	07.05, 15.05, 18.25, 00.55 Все на Матч!
09.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	16.00 «Спаси свою любовь». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	17.35 «Слепая». (12+)	16.00 «Гадалка». (12+)	15.00 «Утилизатор». (12+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	21.00 Импровизация. (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)	18.40 В очередной жертве Меган узнаёт свою бывшую пациентку и теперь считает себя обязанный помочь в раскрытии дела об её убийстве. Бездомный находит нечто, чего совсем не искал: фрагменты трупа, зарытые в песок.	15.30 «ДИКИЙ». (16+)	12.00 Тотальный футбол. (12+)	12.00 Тотальный футбол. (12+)	12.00 Тотальный футбол. (12+)
13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишким». (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)	21.00 Импровизация. (16+)	23.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)	13.00 Футбол. «Нюрнберг» - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии. (0+)	13.00 Футбол. «Нюрнберг» - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии. (0+)	13.00 Футбол. «Нюрнберг» - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии. (0+)	13.00 Футбол. «Нюрнберг» - «Боруссия» (Дортмунд). Чемпионат Германии. (0+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	23.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)	22.00 Студия Союз. (16+)	00.00 «Спаси свою любовь». (16+)	23.00 «СУДНЫЙ ДЕНЬ». (16+)	19.30 «КВН. Высший балл». (16+)	17.55 Специальный репортаж. (12+)	17.55 Специальный репортаж. (12+)	17.55 Специальный репортаж. (12+)
17.00, 03.10 «Тайны Чапман». (16+)	00.00 «Спаси свою любовь». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	01.05 «Спаси свою любовь». (16+)	00.00 «Спаси свою любовь». (16+)	20.30 «Дорожные войны». (16+)	19.25 Волейбол. «Хяменлинна» (Финляндия) - «Динамо-Казань» (Россия). Лига чемпионов. Женщины. Пр.тр.	19.25 Волейбол. «Хяменлинна» (Финляндия) - «Динамо-Казань» (Россия). Лига чемпионов. Женщины. Пр.тр.	19.25 Волейбол. «Хяменлинна» (Финляндия) - «Динамо-Казань» (Россия). Лига чемпионов. Женщины. Пр.тр.
18.00, 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	01.05 «Спаси свою любовь». (16+)	01.05 «Спаси свою любовь». (16+)	01.55 «Бородина против Бузовой». (16+)	01.05 «Спаси свою любовь». (16+)	22.00 «Решала». (16+)	22.05 Все на футбол!	22.05 Все на футбол!	22.05 Все на футбол!
20.00 «ЭФФЕКТ КОЛИБРИ». (16+)	02.45 «Открытый микрофон». (16+)	02.45 «Открытый микрофон». (16+)	02.45 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)	02.45 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)	23.00 «100500». (18+)	01.30 «ВЗРЫВ». (16+)	01.30 «ВЗРЫВ». (16+)	01.30 «ВЗРЫВ». (16+)
00.30 «МЕЖДУ НАМИ ГОРЫ». (16+)	05.25 «ХОР». (16+)	05.25 «ХОР». (16+)	05.15 «Тайные знаки». (12+)	05.15 «Тайные знаки». (12+)	00.05 «Дорожные войны». (16+)	03.15 «ДИКИЙ». (16+)	03.15 «ДИКИЙ». (16+)	03.15 «ДИКИЙ». (16+)
					04.00 «БЕЛЬ ВОРОТНИЧОК». (12+)	05.15 «Команда мечты». (12+)	05.15 «Команда мечты». (12+)	05.15 «Команда мечты». (12+)
					04.00 «БЕЛЬ ВОРОТНИЧОК». (12+)	05.30 «Звёзды Премьер-лиги». (12+)	05.30 «Звёзды Премьер-лиги». (12+)	05.30 «Звёзды Премьер-лиги». (12+)

\*\*\*

На заборе читаю: «Осторожно, во дворе злой попугай»... Понимаю, что бред... захожу...

Последнее, что я слышал перед обмоком, это голос попугая: «Рекс, ФАС!»

\*\*\*

Маленькие хитрости. Если вы начали учить свою малолетнюю дочь игре на фортепиано, у вас обязательно появится шанс купить соседнюю квартиру за полцены.



## БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

8 (495) 975-97-61  
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС



## МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ

С нами надежно!

- ✓ МАКСИМАЛЬНО ВОЗМОЖНЫЕ ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ!
- ✓ РАБОТАЕМ С 2010 ГОДА!
- ✓ БЕЗЗАБОТНАЯ СТАРОСТЬ!



Вы это заслужили! Лучшие условия только у нас!  
Содержание и уход. Помощь по дому!

МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР РЕНТЫ

8-495-627-67-87

ООО «АРГУМЕНТ» ОГРН 1155001000329

Реклама

## ЗДОРОВЬЕ В КАЖДЫЙ СУСТАВ



Задумайтесь и запомните на всю жизнь: «Здоровье – самая большая ценность каждой личности и зависит в первую очередь от вас»

Все суставы в нашем организме способны служить всю жизнь при условии, если вы будете заботиться и обеспечивать максимальное питание каждой клетке ваших хрящей. Наша жизнь начинается с клетки, на 99% состоящей из жидкости и питательных микромолекул. Если клетка начинает испытывать дефицит питательных веществ, она не в состоянии продолжать жизнь и погибает.

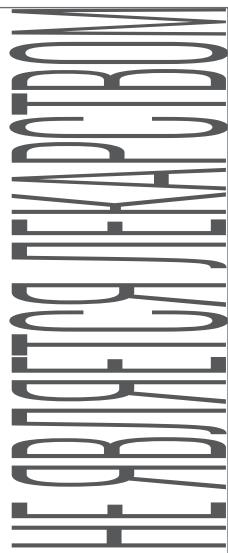
ПОДРОБНУЮ ИНФОРМАЦИЮ О СРЕДСТВЕ МОЖЕТЕ ПОЛУЧИТЬ ПО ТЕЛЕФОНАМ:

звонок по России бесплатный:  
8 (800) 333-47-79

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

«МолекАРТ-РА» – сбалансированный коллоидный фито-комплекс, способный поддерживать все ваши 360 суставов в активном состоянии.

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



## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)	06.20 «ГЕРОЙ». (12+)	08.05 «ДАЧНЫЙ РОМАН». (16+)	06.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)	06.00 «САДКО». (0+)	06.00 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.10 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	10.35 «ТЭПИ И ТОЛИ». (12+)	11.30 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	11.30 «ОТПУСК ЗА СВОЙ СЧЁТ». (12+)	14.05 «СУЕТА СУЕТ». (12+)	4 сезон. Сериял. Россия, 2003 г. В ролях: Елена Корикова, Петр Красилов
10.45 «13-Й РАЙОН». (16+)	12.15 «НЕУЛОВИМЫЕ». (16+)	14.05 «БУМЕР-2». (16+)	14.05 «МИМИНО». (12+)	15.40 «МИМИНО». (12+)	05.50, 07.20, 07.50, 08.20, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30
12.30 «Хранитель Луны». Мульфильм. (0+)	16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	18.20 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)	18.20 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)	«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
14.15 «МАТИЛЬДА». (0+)	18.20 «ЧЕМПИОНЫ». (6+)	20.20 «СТАЛИНГРАД». (12+)	17.30 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)	17.30 «ОТВЕТНЫЙ ХОД». (12+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.15, 01.00
16.15 «ОБРУЧЕННЫЕ ОБРЕЧЕННЫЕ». (16+)	20.20 «СТАЛИНГРАД». (12+)	22.50 «ФОТО НА ПАМЯТЬ». (16+)	СССР, 1981 г. В ролях: Михаил Волонтир, Борис Галкин, Анатолий Кузнецков, Лаймонас Норейка, Анатолий Ромашин	20.20 «СТАЛИНГРАД». (12+)	10.20, 21.30, 01.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
18.00 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)	Россия, 2013 г. В ролях: Мария Смольникова, Янина Студилина, Пётр Фёдоров, Томас Кречман	00.20 «МАРАФОН». (12+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	11.10 «Правила моей кухни». (16+)	11.10 «Правила моей кухни». (16+)
20.10 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)	Франция, 2001 г. В ролях: Софи Марсо, Мишель Серро, Фредерик Дифенталь, Джули Кристи, Жан-Франсуа Бальмер	00.20 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕКИМА». (12+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	12.10, 22.20, 02.35 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)	12.10, 22.20, 02.35 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)
22.10 «МОШЕННИКИ». (12+)	02.05 «КОРОЛЕВА ИСПАНИИ». (18+)	04.20, 05.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	02.25 «АНТИКИЛЛЕР-2». (16+)	13.05 «МАТЧ ПОНТИ». (16+)	13.05 «МАТЧ ПОНТИ». (16+)
00.10 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)	04.10 «ДРУГИЕ». (16+)	05.30 Спросони. (12+)	05.30 Спросони. (12+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
02.05 «КОРОЛЕВА ИСПАНИИ». (18+)	04.10 «ДРУГИЕ». (16+)			23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)
04.10 «ДРУГИЕ». (16+)				05.30 Спросони. (12+)	05.30 Спросони. (12+)
<b>Иллюзион+</b>	<b>Русский иллюзион</b>				
01.15 «СИРОП». (16+)	00.35 «СУМАСШЕДШАЯ ПОМОЩЬ». (16+)	00.30 «ЖЕНИЮСЬ НА ПЕРВОЙ ВСТРЕЧНОЙ». (16+)	08.00, 18.10, 18.50, 07.20 «СКОРПИОН». (16+)	06.00 «НАПАРНИЦЫ». (16+)	05.00 Мультифильмы. (12+)
02.55 «МЕЧТА ЛЮБВИ». (16+)	02.40 «ОДНАЖДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+)	02.25 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)	08.45, 09.30, 14.25, 15.10, 02.10, 02.55 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	07.15 «СЕКРЕТ ТРОПИКАНКИ». (16+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)
04.25 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+)	04.25 «ОТДАТЬ КОНЦЫ». (16+)	04.40 «СЛЮБОВЬЮ, РОЗИ». (16+)	01.30 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
06.00 «БУНТАРКА». (16+)	06.05, 06.55 «ВОЙНА И МИР СУПРУГОВ ТОРБЕЕВЫХ». (12+)	06.45 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)	13.05 «МАТЧ ПОНТИ». (16+)	13.00 «Новости». (12+)	13.00 «Новости». (12+)
07.45 «МАТЧ ПОНТИ». (16+)	07.55 «БУМЕР». (16+)	08.35 «ПРО АДАМА». (18+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «КРАТКИЙ КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)	14.10 «Пятница». (16+)	14.10 «Пятница». (16+)
09.50 «ЖЕСТОКИЕ МЕЧТЫ». (18+)	09.55 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+)	10.30 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)	23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	15.05 «Дела семейные. Новые истории». (16+)	15.05 «Дела семейные. Новые истории». (16+)
11.30 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СЖЕЧЬ». (16+)	11.35, 12.25 «АКАДЕМИЯ». (16+)	12.00 «ПРОСНУВШИСЬ В РИНО». (16+)	23.45 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)	03.05 «ТОПТУНЫ». (16+)	03.05 «ТОПТУНЫ». (16+)
13.05 «ЛЕВ». (16+)	13.20 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)	13.45 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)	22.35 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)	03.05 «ТОПТУНЫ». (16+)	03.05 «ТОПТУНЫ». (16+)
15.00 «ВЫКУП». (16+)	15.20 «ДУРА». (16+)	15.50 «ЛЮБОВЬ ПРЕТ-А-ПОРТЕ». (12+)		03.30 Такие разные. (16+)	03.30 Такие разные. (16+)
16.30 «БАНДИКИТ». (16+)	17.05 «СОБЫТИЕ». (16+)	17.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)			
18.05 «ОТСУТСТВУНИК». (16+)	20.50 «ИГРА». (16+)	19.30 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)			
Драма, триллер, криминал, США, 2006 г.	Комедия, спорт, Россия, 2008 г.	21.50 «ВСЕ ПУТЕМ». (16+)			
20.30 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)		23.45 «ЛЕГОК НА ПОМИНЕ». (12+)			
Драма, мюзикл, Новая Зеландия, 2012 г.					
22.20 «ТЫ НЕ Ты». (16+)					
Драма, США, 2014 г.					
23.55 «МЕЧТА ЛЮБВИ». (16+)					
<b>Феникс+кино</b>	<b>TV 21 ВЕК</b>	<b>РОДНОЕ КИНО</b>	<b>КИНОСЕРИЯ</b>		
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «КАЙН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ-4». (16+)	01.35 «УЛЫБКА БОГА, ИЛИ ЧИСТО ОДЕССКАЯ ИСТОРИЯ». (12+)	00.25, 01.30, 05.50, 07.00 «КАЙН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)	00.00 Час истины. (12+)	06.10 Тайны римских черепов. (12+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)	11.05, 19.05, 03.05 «УСТАМИ ХУДОЖНИКА» (ИЗ ПЕРВЫХ РУК). (12+)	04.15 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ». (6+)	02.35, 04.00, 13.30, 14.35, 15.45, 16.45 «ВОЗВРАЩЕННЫЕ». (16+)	01.10 Российская летопись. (12+)	07.00 Восемь дней, которые создали Рим. (12+)
Сериал: Россия, 2016 г. В ролях: Анна Снаткина, Андрей Чернышов	Комедия, Великобритания, 1958 г.	05.30 «ЕСЛИ ВЕРИТЬ ЛОПОТУХИНОУ». (0+)	08.10 «Я ОБЪЯВЛЯЮ ВАМ ВОЙНУ». (6+)	01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00 Музейные тайны. (12+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.50, 20.50, 04.50 «ЛЮБИТ НЕ ЛЮБИТ». (16+)	09.10 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)	08.10 «Я БУДУ ЖДАТЬ». (12+)	02.00 Страна Советов. Забытые вожди. (12+)	09.00 Дон Уайлдман изучает ярко-желтую машину, которая некогда обещала автомобильную революцию.
13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	13.20, 23.20, 06.30 «В БЕЛОМ ПЛЕНУ». (12+)	11.45 «Я БУДУ ЖДАТЬ». (12+)	09.10, 09.00, 20.00, 20.50, 23.25 «ТРИНАДЦАТЫЙ XIII». (16+)	02.10 Страна Советов. Забытые вожди. (12+)	08.45 Вторая мировая в цвете. (12+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	14.30, 22.30, 06.30 «ВОРУССИЯ». (12+)	13.20 «12 СТУЛЬЕВ». (12+)	09.50, 10.45, 21.45, 22.35 «ЧЕРНЫЙ СПИСОК». (16+)	09.40 Заговор. (12+)	09.40 Заговор. (12+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-3». (12+)	16.00 «КОРТИК». (6+)	16.00 «КОРТИК». (6+)	11.30, 12.25, 17.50, 18.55 «ВОЛЧИЙ ЗАЛ». (16+)	10.30, 11.20 Рим: первая сверхдержава. (12+)	10.30, 11.20 Рим: первая сверхдержава. (12+)
	19.00 «ЖИВОЙ». (18+)	19.00 «ЖИВОЙ». (18+)		12.10 Гений Марии Кюри: женщина, осветившая мир. (12+)	12.10 Гений Марии Кюри: женщина, осветившая мир. (12+)
	20.50 «РУССКИЙ РЕГТАЙМ». (0+)	20.50 «РУССКИЙ РЕГТАЙМ». (0+)		13.05 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	13.05 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)
	22.35 «ЗВЕЗДА ПЛЕНІТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ». (16+)	22.35 «ЗВЕЗДА ПЛЕНІТЕЛЬНОГО СЧАСТЬЯ». (16+)		14.00 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	14.00 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
	16.15, 00.15, 08.15 «СЧАСТИВЧИК». (16+)			14.50 Мощь вулканов. (12+)	14.50 Мощь вулканов. (12+)
				15.45 Вторая мировая в цвете. (12+)	15.45 Вторая мировая в цвете. (12+)
				16.40, 17.10, 15.10, 05.40 Невероятные изобретения. (12+)	16.40, 17.10, 15.10, 05.40 Невероятные изобретения. (12+)
				17.40, 18.30 Рим: первая сверхдержава. (12+)	17.40, 18.30 Рим: первая сверхдержава. (12+)
				19.20 Гений Марии Кюри: женщина, осветившая мир. (12+)	19.20 Гений Марии Кюри: женщина, осветившая мир. (12+)
				20.15 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)	20.15 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)
				21.10 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)	21.10 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
				22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)
				22.55 Военные машины	22.55 Военные машины
				23.50 Иудея и Рим: фатальный конфликт. (6+)	23.50 Иудея и Рим: фатальный конфликт. (6+)
				05.05 История оружия. (16+)	05.05 История оружия. (16+)
				01.50 Самураи. Охотники за головами. (16+)	01.50 Самураи. Охотники за головами. (16+)
				03.35, 04.20 Музейные тайны. (12+)	03.35, 04.20 Музейные тайны. (12+)

Увлечения	
<b>Усадьба</b>	<b>Охота и рыбалка</b>
07.25 Тихая моя родина. (12+)	07.30 Планета охотника. (16+)
07.55, 20.10 Сам себе дизайнер. (12+)	08.00 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)
08.10 Сад своими руками. (12+)	08.30 Нахлысты на разных широтах. (12+)
08.40, 12.45, 16.50, 20.55 Гвоздь в стену. (12	

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT	EUROSPORT 1
06.00, 07.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Нижегородское кольцо». (0+)	00.30 Теннис. ATP. Роттердам. Финал. (0+)	01.00, 03.00, 22.30 Теннис. ATP. Рио-де-Жанейро. Прямая трансляция. (0+)	05.05 Дзюдо. Большой Шлем. Париж. (0+)
07.55, 20.40 Фристайл. Кубок мира. Акробатика. (0+)	05.05 Дзюдо. Большой Шлем. Париж. (0+)	05.35, 09.00, 13.00 Снукер. Welsh Open. Финал. (0+)	09.00, 18.20, 23.00 Новости. (0+)
09.05, 23.05 Мини-футбол. Кубок России. 1/2 финала. (0+)	07.00, 10.30 Биатлон. Кубок мира. Soldier Hollow. (0+)	07.30, 18.00 Биатлон. Кубок мира. Soldier Hollow. Смешанная эстафета. (0+)	11.15 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая держава». (0+)
12.05, 04.00 Регби. Чемпионат Европы. (0+)	08.30, 17.00 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. Слалом. (0+)	11.00, 15.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Вильнинген. (0+)	14.05, 20.30 Футбол. Кубок ФИФА-2019. (0+)
14.15 Лёгкая атлетика. Кубок Москвы по прыжкам в высоту под музыку. (0+)	12.30, 17.30, 21.00 Зимние виды спорта. «В погоне за историей». Линдси Вонн. (0+)	11.20, 19.00 «Бобёр добр». (0+)	15.25 Баскетбол. ВТБ. «Матч звезд». (0+)
15.25 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)	16.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Женщины. Слалом. (0+)	11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	18.25 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
21.50 Самые сильные. (12+)	19.15 Горные лыжи. Кубок мира. Параллельный слалом. Стокгольм. Прямая трансляция. (0+)	12.00 «Машины сказки». «Приключение Домовёнка». (0+)	22.20 Автоспорт. Чемпионат России по классическому ралли. «Ралли Карелия». (0+)
01.15 Плавание. Международные соревнования «Кубок Владимира Сальникова». (0+)	21.30 «Лучшее из конного спорта». (0+)	12.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)	01.15 Плавание. Международные соревнования «Кубок Владимира Сальникова». (0+)
03.45 Точка на карте. (12+)	21.55 Теннис. ATP. Рио-де-Жанейро. (0+)	13.00, 19.58 Цирковая семья. (12+)	22.30 Автоспорт. Чемпионат России по классическому ралли. «Ралли Карелия». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Сделано в 90-х. (16+)	13.00, 18.15 Караокинг. (16+)
06.05, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	14.00 Топ чарт Европы плюс. (16+)
06.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	16.00 Русские хиты - чемпионы вторника. (16+)
09.00 R'n'B чарт. (16+)	17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	19.00 МУЗ-TV чарт. (16+)
10.30 Check-IN на МУЗ-TV. (16+)	20.35 #ЯНАМУЗ-TV. (16+)
11.35, 20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)	21.35 Топ 30 - русский крутак недели. (16+)
12.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	00.05 Засеки звезды. (16+)
	01.15 Золотая лихорадка. (16+)
	01.30 Неспринер. (16+)
	04.00 Наше. (16+)

МУЛЬ

МУЛЬ
06.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
07.00 «Малышарики». (0+)
07.30 «Деревяшки». (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.30 «Четверо в кубе». (0+)
09.00, 23.00 «Йоко». (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 19.00 «Бобёр добр». (0+)
11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00 «Машины сказки». «Приключение Домовёнка». (0+)
12.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)
15.00 «10 друзей кролика». (0+)
16.20 «Сказочный патруль». (0+)
18.00 «Консунги. Чудеса каждый день». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки». «Дом для Кузьки». (0+)

МУЛЬ

МУЛЬ
06.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
07.00 «Малышарики». (0+)
07.30 «Деревяшки». (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
08.30 «Четверо в кубе». (0+)
09.00, 23.00 «Йоко». (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)
10.00, 17.20 «Фиксики». (0+)
10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.00, 19.00 «Бобёр добр». (0+)
11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
12.00 «Машины сказки». «Приключение Домовёнка». (0+)
12.20, 20.25 «Маша и Медведь». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
13.25, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)
15.00 «10 друзей кролика». (0+)
16.20 «Сказочный патруль». (0+)
18.00 «Консунги. Чудеса каждый день». (0+)
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки». «Дом для Кузьки». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

ДИСНЕЙ
05.00, 07.35, 12.00 «Пёс Пэт». (6+)
05.25 «Жужики». (6+)
05.45 «Мини-Малпеты». (0+)
06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)
06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)
08.30, 11.30 «Удивительная Вик». (6+)
09.00 «София Прекрасная». (0+)
09.30 «Хранитель Лев». (0+)
10.00 «Хранитель Лев». (0+)
12.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.55 «Новая школа императора». (0+)
14.50 «Утиные истории». (6+)
17.15 «Гравити Фолз». (12+)
19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
19.30 «Финес и Ферб. кино. Покорение 2-ого измерения». (6+)
21.20 «Семейка Грин в городе». (12+)
22.10 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРИЛ ПЛЭИС». (6+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
00.10 «Стражи Галактики». (12+)
01.55 «ТИГРИНЫЙ РЕЙС». (6+)
03.25 «Начало времён». (6+)

КАРУСЕЛЬ
05.00 «Ранние пташки», «Добрый Комо», «Смешарики», «Волшебный фонарь». (0+)
06.55 «Плэс-класс». (0+)
07.00 «С доброй утром, малыши!» (0+)
07.30 «Плэс-класс». (0+)
07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.05 «Непоседа Зу». (0+)
09.20 «Лапы, морды и хвосты». (0+)
10.00 «Хранитель Лев». (0+)
12.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.55 «Новая школа императора». (0+)
14.50 «Утиные истории». (6+)
17.15 «Гравити Фолз». (12+)
19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
19.30 «Финес и Ферб. кино. Покорение 2-ого измерения». (6+)
21.20 «Семейка Грин в городе». (12+)
22.10 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРИЛ ПЛЭИС». (6+)
23.15 «Мстители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
00.10 «Стражи Галактики». (12+)
01.55 «ТИГРИНЫЙ РЕЙС». (6+)
03.25 «Начало времён». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
15.30 Служение среди служивых. Цикл: Встреча. (0+)
16.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)
16.30 «ВЕЧЕРНИЙ ЗВОН». (0+)
18.00 Завет. (0+)
19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
22.30 «БЫЛ МЕСЯЦ МАЙ». (0+)
00.35 День Патриарха. (0+)
00.45 Завет. (0+)
01.40 Знак равенства. (0+)
01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)

Православный календарь

19 февраля  
Седмица сплошная. Глас 5.  
Прп. Вукола, еп. Смирнского.

	Мц. Дорофеи девы, жен Христины, Каллисты и мч. Феофила. Мц. Фавсты девы и мчч. Евиласия и Максима. Мч. Иулиана Емисского. го. Прп. Варсонофия Великого и Иоанна Пророка. Свт. Фотия, патриарха Константинопольского. Мц. дев Марфы, Марии и брата их, прмч. Ликириона отрока. Сщмч. Димитрия пресвитера и мчч. Анатолия. Сщмч. Василия пресвитера. Сщмч. Александра пресвитера.
	Поста нет.

«Поскольку Бог даром, без всякой пользы, человека так сильно возлюбил, то и человек должен просто, без всякой своей пользы, Бога любить». Свт. Тихон Задонский

**БЕСПЛАТНАЯ социально-правовая поддержка граждан по г. Москве**

санаторий СТРОИТЕЛЬ ОТЕЛЬ & СПА [www.sanatory.biz](http://www.sanatory.biz)

**ОТДЫХ С ЛЕЧЕНИЕМ** в сосновом бору на берегу реки Ока



РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 09.00, 04.45 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+) Дом-2. Lite. (16+) Дом-2. Остров любви. (16+)	09.00 10.15 11.30 12.30 13.30 20.00	06.00 «Мультфильмы». (0+) «Слепая». (12+) «Гадалка». (12+) «Не ври мне». (12+) «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+) «Спаси свою любовь». (16+) «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	06.00 «Мультильмы». (0+) «Слепая». (12+) «Гадалка». (12+) «Не ври мне». (12+) «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+) «Спаси свою любовь». (16+) «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+) «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	06.00 «КВН. Высший балл». (12+) «Дорожные войны. Лучшее». (16+) «Удачная покупка». (16+) «Дорожные войны». (16+) «КВН. Высший балл». (16+) «Идеальный ужин». (16+) «Утилизатор». (12+) «Дикий». (16+)	06.00 «Вся правда про....» (12+) 08.55, 11.00, 13.35, 15.40, 17.40, 20.55 Новости 11.05, 17.45, 21.00, 00.55 Все на Матч! Футбол. «Ливерпуль» (Англия) - «Бавария» (Германия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)	06.30 06.50 07.00 07.40 09.40 10.45 11.45 14.00	07.30, 18.00, 00.00, 05.25 «6 кадров». (16+) «Удачная покупка». (16+) 07.00, 12.50, 04.05 «Понять. Простить». (16+) «По делам несовершеннолетних». (16+) «Давай разведёмся!» (16+) «Тест на отцовство». (16+) 04.35 «Реальная мистика». (16+) «ПАМЯТЬ СЕРДЦА». (16+)
06.00, 11.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	16.00 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	17.35 18.40	19.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	19.40 20.50	Россия, 2013 г. В ролях: Елена Радевич, Иван Жвакин. Внезапное горе рушит жизнь 17-летней девушки Саши.
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	16.00 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	17.35 18.40	19.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	19.40 20.50	«КЛЮЧИ ОТ СЧАСТЬЯ». (16+)	
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)	13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	16.00 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	17.35 18.40	19.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	19.40 20.50	«Домашняя кухня». (16+)		
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Белозерова отказывается от совместной научной деятельности с Сычевым, что не входит в его планы. Светлана выручает Стаса в пикантной ситуации.	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкным». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
17.00, 03.10 «Тайны Чапман». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
18.00, 02.20 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
20.00 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО ИТАЛЬЯНСКИ». (12+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
США - Франция - Великобритания - Италия, 2003 г. В ролях: Шарлиз Терон, Марк Уолберг, Джон Бриджер всегда умел спланировать идеальное ограбление. «Смотреть всем!» (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
00.30 «КРАСНАЯ ПЛАНЕТА». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
22.15 «Смотреть всем!» (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
00.30 «КРАСНАЯ ПЛАНЕТА». (16+)	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)
	20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	21.00 Однажды в России. (16+)	22.00 Где логика? (16+)	21.15 23.00 00.00 01.30	20.30 22.00 23.00 00.05 00.35 03.50	21.30 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	21.30 22.00 22.50 01.30 03.30 05.30	«Дом-2. Город любви». (16+)

## ЧТО ДЕЛАТЬ, КОГДА УМЕР БЛИЗКИЙ ЧЕЛОВЕК?



Каждый, кто хоть однажды пережил смерть близкого человека, знает, как тяжелы первые часы после того, как случилось горе. Городская специализированная служба «Ритуал-Сервис» (сайт в интернете [www.ritual.ru](http://www.ritual.ru)), информирует об участившихся случаях мошенничества и значительного завышения цен на оказание ритуальных услуг.

### Как уберечь себя от обмана - первые действия

#### ЕСЛИ ГОРЕ СЛУЧИЛОСЬ ДОМА:

Важно знать, что после сообщения о факте смерти, информация будет продана «черным агентам» за сумму не менее 25 тысяч рублей. Помните: пустив в дом незваного гостя, вы скорее всего станете его жертвой и переплатите за организацию похорон в 2-3 раза больше по сравнению со стоимостью тех же услуг, заказанных в городской специализированной службе по вопросам похоронного дела.



#### ЕСЛИ ГОРЕ СЛУЧИЛОСЬ В БОЛЬНИЦЕ:

Чаще всего о наступлении смерти сообщают сотрудники ритуальной компании при больнице. Пользуясь своим положением, они предлагают свои услуги по завышенным ценам, заманивая родственников фиктивной скидкой на услуги морга.



#### РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

1. Обратитесь в проверенную городскую специализированную службу по телефону 8 (495) 300-3-300 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
2. Запишите Ф.И.О. выехавшего к вам сотрудника, чтобы не ошибиться и открыть дверь именно ему.
3. Дождавшись специалиста, вместе вызовите сотрудников скорой помощи (тел. 103) и полиции (тел. 102).
4. Ни в коем случае не передавайте кому-либо паспорт усопшего до заключения договора ритуальных услуг.

Круглосуточная консультация по вопросам организации похорон по телефону 8 (495) 300-3-300 или на сайте службы [www.ritual.ru](http://www.ritual.ru)

#### ВАЖНО ЗНАТЬ:

**ЛЬГОТЫ И СОЦИАЛЬНЫЕ ГАРАНТИИ** - пенсионерам и неработающим москвичам закон гарантирует пособие на погребение, которое можно использовать в засчет организации похорон или получить по окончании похорон, предоставив подтверждающие документы.

**ПОЛУЧЕНИЕ МЕСТА НА КЛАДБИЩЕ** - официально приобрести место на закрытом кладбище для создания семейно-родового захоронения можно либо через аукцион, либо в Департаменте торговли и услуг города Москвы на основании свидетельства о смерти. Предложения о продаже участков от третьих лиц являются попытками мошеннических действий. Места на открытых кладбищах под новые захоронения выделяются БЕСПЛАТНО всем жителям города.

Агент специализированной службы организует достойные похороны и убережет родственников от обмана в морге и на кладбище.

ГБУ РИТУАЛ

Договор № 10 ЦДС/К-19

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «БАНДИТЫ». (16+)	06.20 «ФОТО НА ПАМЯТЬ». (16+)	06.20 «СТАЛИНГРАД». (12+)	06.00 «ДАЛЬНОНОБЫЩИКИ». (16+)	06.00 «ДАЛЬНОНОБЫЩИКИ». (16+)	06.00 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.30 «МОШЕННИКИ». (12+)	07.50 «МАРАФОН». (12+)	10.20 «МАРАФОН». (12+)	09.35 «ТРИ ДНЯ ВНЕ ЗАКОНА». (16+)	06.50, 07.20, 07.50, 08.20,	18.00, 18.30, 19.00, 19.30
10.30 «РЕЗНЯ». (16+)	12.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)	12.25 «НЕУЛОВИМЫЕ: БАНГКОК». (16+)	11.25 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)	«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
12.05 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)	14.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)	14.05 «КАНИКУЛЫ СТРОГОГО РЕЖИМА». (12+)	13.25 «ДЕСЯТЬ НЕГРИЯТ». (12+)	1 сезон. Сериал. США, 2009 г. В ролях: Кортни Кокс, Криста Миллер	1 сезон. Сериал. США, 2009 г. В ролях: Кортни Кокс, Криста Миллер
13.55 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)	16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	15.55 «ОСОБЕННОСТИ НАЦИОНАЛЬНОЙ ОХОТЫ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД». (16+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45,	«ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
15.50 «ДРУГИЕ». (16+)	18.10 «ПРО ЛЮБОФФ». (16+)	18.10 «ПРО ЛЮБОФФ». (16+)	17.20 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫПЕТ». (12+)	00.15, 01.00	10.20, 21.30, 01.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
17.50 «БАНДИТЫ». (16+)	20.20 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	20.20 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	02.20 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	11.10 «Правила моей кухни». (16+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «КРАТИК КУРС СЧАСТЛИВОЙ ЖИЗНИ». (16+)
20.10 «ПЕРЕМОТКА». (16+)	00.35 «СУПЕРПЛОХИЕ». (18+)	00.35 «СУПЕРПЛОХИЕ». (18+)	02.25 «РАСПЛАТА»	03.45 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)	23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)
Великобритания, Франция, США, 2008 г. В ролях: Джек Блэк, Мос Деф, Мия Фэрроу, Дэнни Гловер, Сигурни Уивер	Россия, 2014 г.	Россия, 2011 г.	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	05.30 Спросони. (12+)	05.30 Спросони. (12+)
22.05 «ДЕВЯТКИ». (16+)	22.10 «КРАЙ». (16+)	22.10 «КРАЙ». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
США, 2007 г. В ролях: Райан Рейнольдс, Мелисса МакКарти, Хоуп Дэвис	Россия, 2011 г.		04.10, 05.00 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)		
00.10 «ЧЕГО ХОДЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)			02.25 «РАСПЛАТА»		
02.30 «ПРОСТИ, ХОЧУ НА ТЕБЕ ЖЕНИТЬСЯ». (12+)			03.45 «ЖИЛИ ТРИ ХОЛОСТЯКА». (12+)		
04.20 «ГЕРЦОГИНА». (16+)					
<b>Иллюзион+</b>	<b>Русский иллюзион</b>	<b>КИНОКОМЕДИЯ</b>	<b>FOXlife</b>	<b>FOX LIFE</b>	
01.20 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+)	00.10 «ОДНАЖДЫ В ПРОВИНЦИИ». (16+)	03.05 «ЗАЯЦ НАД БЕЗДНОЙ». (12+)	08.00, 18.05, 18.50, 07.20	«СКОРПИОН». (16+)	
02.45 «ЛЕВ». (16+)	02.00 «ЩЕНОК». (16+)	04.55 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)	09.45, 09.35, 14.05, 14.45,	«АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	
04.40 «ВЫКУП». (16+)	02.45 «ВОР». (16+)	06.15 «ДОМОК В СЕРДЦЕ». (12+)	00.45, 01.30	10.20 Джейми Оливер: Гастрономическая революция. (12+)	
06.10 «БАНДИТКИ». (16+)	04.20 «БУМЕР». (16+)	08.00 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)	10.20 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+)	11.05, 23.10, 03.35	«ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
07.45 «ОТСТУПНИКИ». (16+)	06.15 «ДОМОК В СЕРДЦЕ». (12+)	10.00, 10.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	11.55 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)	4 сезон. Сериал. США, 2008 г. В ролях: Дженифер Лав Хьюитт, Дэвид Конрад, Камрин Менхэм	
10.10 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)	08.00 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)	11.55 «ДУРА». (16+)	13.50 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)	15.10, 16.55, 21.00, 23.55,	04.20 «НОМЕР 309». (16+)
11.50 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)	10.00, 10.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	13.40 «СОБЫТИЕ». (16+)	15.55 «ДРУЖБА И НИКАКОГО СЕКСА?». (16+)	04.20 «НОМЕР 309». (16+)	12.40, 13.20, 19.30, 20.15,
13.25 «БУНТАРКА». (16+)	11.55 «ДУРА». (16+)	15.45 «ИГРА». (16+)	17.45 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)	06.35 «КАСЛ». (16+)	06.35 «КАСЛ». (16+)
15.20 «МАТЧ ПОИНТ». (16+)	13.40 «СОБЫТИЕ». (16+)	15.20, 19.55 «СХВАТКА». (16+)	19.30 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)	15.30, 16.15, 21.45, 22.30,	21.10, 22.05, 05.10
17.15 «ЖЕСТОКИЕ МЕЧТЫ». (18+)	15.45 «ИГРА». (16+)	20.50 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	21.15 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)	23.15 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)	«БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
19.00 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СЖЕЧЬ». (16+)	15.55 «ДУРА». (16+)	20.50 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	23.15 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)	05.50, 06.15 «МИК». (16+)	05.50, 06.15 «МИК». (16+)
Комедия, драма, США, 2008 г.	13.40 «СОБЫТИЕ». (16+)	20.50 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	23.15 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)		
20.30 «ВОСТОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)	15.55 «ДУРА». (16+)	20.50 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	23.15 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)		
22.10 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)	15.20, 19.55 «СХВАТКА». (16+)	20.50 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	23.15 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)		
Боевик, фэнтези, США, 2014 г.					
23.45 «ЧТО ТАКОЕ ЛЮБОВЬ». (16+)					
<b>ФЕНИКС+КИНО</b>	<b>TV 21 ВЕК</b>	<b>РОДНОЕ КИНО</b>	<b>КИНОСЕРИЯ</b>		
08.00, 16.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «КАЙН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ-4». (16+)	00.15, 07.45, 08.40, 20.00, 20.50, 23.25 «ТРИНАДЦАТЫЙ. ХІІІ». (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)	00.00 Час истины. (12+)	06.10, 07.00 Рим: первая
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «ДАВИД И ЛЭЙЛА: БЕЗЗАВЕТНАЯ ЛЮБОВЬ». (16+)	01.55 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИСЯ». (0+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)	01.10 Российская летопись. (12+)	сврхдержава. (12+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.50, 20.50, 04.50 «ДВЕ МАТЕРИ, ДВЕ ДОЧЕРИ». (12+)	06.50 «НЕБО, САМОЛЁТ. ДЕВУШКА». (16+)	01.30, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)	01.30 На пути к Великой Победе. (12+)	08.00 Невероятные изобретения. (12+)
13.00, 21.00, 05.00 «ДВОЙНАЯ ЖИЗНЬ». (16+)	13.50 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)	08.35 «СНЕГУРОЧКА». (12+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)	02.00 «ПОСЛЕДНИЙ КОРПОЛЬ». (16+)	08.20 Вторая мировая в цвете. (12+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	14.45, 22.45, 06.45 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	10.25 «БЕЗЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)	02.00, 10.00, 15.30, 21.30, 23.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)	03.40 Пешком по Москве. (6+)	09.25 Заговор. (12+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-3». (12+)	14.45, 22.45, 06.45 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	13.05 «СНЕГУРОЧКА». (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)	04.00 Профилактика на канале с 04.00 до 10.00	10.15, 11.05 Смертоносный интеллект. (12+)
00.00 «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ». (16+)	14.45, 22.45, 06.45 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	14.00 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (6+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)	10.00 События в истории. (12+)	11.55 Гении современного мира. (12+)
02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)	16.25, 20.25, 08.25 «МАСКАРАД». (16+)	20.40 «ПОКА СТОЯТ ГОРЫ». (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)	10.55 Семь дней истории. (12+)	13.00 Вторая мировая война: чего стоит империя. (12+)
		22.15 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ БУРАТИНО». (6+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	11.05, 13.35 События в истории. (12+)	13.55 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	12.05, 13.35 Архитектор Лангбард. Невостребованный архив. (12+)	14.45 Мощь вулканов. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	13.55 Гигант. Рассказ о «Давиде Микеланджело». (12+)	15.40 Вторая мировая в цвете. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	14.55 История Отечества в портретах. (12+)	16.35 Невероятные изобретения. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	15.15 Эссенский собор. (12+)	17.05, 18.25 Смертоносный интеллект. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	16.00 Час истины. (12+)	19.10 Гении современного мира. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	17.00 В поисках тайных сокровищ: Острова Крит и Эгина. (12+)	20.00 События в истории: чего стоит империя. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	17.50 Семь дней истории. (12+)	21.00 Загадочные убийства: царственные особы. (12+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	18.00 Александер Македонский: До конца Мира. (12+)	21.50 Шелковый путь. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	18.00 Обыкновенная история: Фантик. (6+)	06.25, 07.10 Китай с высоты птичьего полета. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	19.00 Самураи. Охотники за головами. (16+)	07.55, 08.40 Авто - SOS. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	20.00 Искусство войны. Великие полководцы: Противостояние: Ворошилов против Манштейна. (12+)	09.30 Инстинкт выживания. Китай. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	21.00 Тайны викингов. (12+)	10.15, 10.35 Игры разума. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	22.00 Рыцари: Закованные в железо. (12+)	11.00 Суперсооружения. (16+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)	23.00 Тайная Франция: Власть и порок. (16+)	12.30 «Бременские музыканты». Мультфильм. (0+)
			04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)		

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT 2	EUROSPORT 1
06.00, 07.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. «Казань Ринг». (0+)	00.30 Теннис. ATP. Рио-де-Жанейро. (0+)	07.55 Лёгкая атлетика. (0+)	05.00, 03.00, 22.30 Теннис. АТР. Рио-де-Жанейро. Прямая трансляция. (0+)
09.00, 18.20, 23.00 Новости. (0+)	05.00, 08.30, 11.30, 13.30, 21.00 Горные лыжи. Кубок мира. Стокгольм. (0+)	11.20 Баскетбол. Единая лига ВТБ. (0+)	06.00, 09.30, 12.00, 12.30 Биатлон. Кубок мира. Soldier Hollow. (0+)
13.20 Автоспорт. Чемпионат России по классическому ралли. «Ралли Карелия». (0+)	07.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллингтен. Мужчины. НС 145. (0+)	14.00 Фристайл. Кубок мира. Акробатика. (0+)	10.30 Автогонки. Формула Е. Мехико. Обзор. (0+)
15.10, 22.30 Вид сверху. (0+)	14.15, 15.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. 10 км. Классика. Квалификация. (0+)	15.40 Ассоциация студенческого баскетбола. «Матч звёзд 2019». (0+)	17.00 Велоспорт. «Тур Андалусии». 1-й этап. Прямая трансляция. (0+)
18.25 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. Прямая трансляция	18.45 Велоспорт. «Тур Алгарве». 1-й этап. Прямая трансляция. (0+)	20.10 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция	20.20 Сказка на ночь. (0+)
22.10 Специальный репортаж. (12+)	20.15 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. 10 км. Классика. Квалификация. (0+)	23.05 Баскетбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)	21.50 Хоккей на траве. Pro League. (0+)
00.45 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)	22.00 Теннис. «АТР. За кадром». (0+)	02.25 Волейбол. (0+)	
04.25 Хоккей. (0+)			

МУЗЫКА

МУЗ	МУЗ-ТВ
05.00 Сделано в 00-х. (16+)	14.00 Золотая дюжина. (16+)
06.05, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
06.20, 12.05, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	16.00 Сделано в 90-х. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	18.15 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)	19.00 R'n'B чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
10.30 МузРаскрытика. (16+)	20.35 Русские хиты - чемпионы среды. (16+)
11.00, 21.35 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	22.40 Несприннер. (16+)
13.00 Русские хиты - чемпионы среды. (16+)	00.00 Нефромат чарт. (16+)
	00.30 Сахар. (16+)
	02.00 Наше. (16+)
	03.00 Двойной удар. (16+)
	04.50 Засеки звезды. (16+)

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

8 495 142 51 94

Реклама

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+)	05.00, 07.35, 12.00 «Пёс Пэт». (6+)	05.00 «Ранние пташки», «Добрый Кото-м», «Смешарики», «Волшебный фонарь». (0+)	14.30 Монастырская кухня. (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	05.55 «Плэс-класс». (0+)	15.00 Победоносец. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
07.00 «Малышарики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)	07.00 «С доброй утром, малыши!» (0+)	15.50 «Был МЕСЯЦ МАЙ». (0+)
07.30 «Деревяшки». (0+)	06.40, 14.35 «Зак Шторм - Суперпрятка». (6+)	07.30 «Плэс-класс». (0+)	16.00 Завет. (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)	17.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
08.30 «Четверо в кубе». (0+)	08.30, 11.30 «Удивительная Ви». (6+)	08.05 «Непоседа Зу». (0+)	18.00 Завет. (0+)
09.00, 23.00 «Иоко». (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	09.20 «Микроистория: Русские орхидеи». (0+)	19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
09.40, 17.00 Друзья на все времена. «Кот Леопольд». (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	10.00 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)	20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)	12.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	11.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)
10.30, 15.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. 10 км. Классика. Квалификация. (0+)	13.55 «Новая школа императора». (0+)	11.30 Я хочу ребенка. (0+)	22.30 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». Фильм 1. (0+)
11.00, 19.00 «Бобёр добро». (0+)	17.15 «Гравити Фолз». (12+)	11.40 «Союзмультфильм» представляет: «Сказка о рыбаке и рыбке». (0+)	23.40 День Патриарха. (0+)
11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	10.30 «Роботы-поезда». (0+)	23.50 Завет. (0+)
12.00 «Машинки скажки», «Дом для Кузьки». (0+)	19.30 «Астерикс и викинги». (6+)	11.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)	00.45 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл: Старцы. (0+)
12.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	21.10 «Семейка Грин в городе». (12+)	11.40 «Машинки», «Малыши и летающие звери». (0+)	12.00 Встреча. (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	22.10 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРИ ПЛЭЙС». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)	13.00 Пряная линия. Ответ священника. (0+)
13.25, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+)	23.15 «Мистели: миссия Чёрной Пантеры». (12+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели». (6+)	14.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	23.45 «Стражи Галактики». (12+)	13.00 «Барбоскины». (0+)	14.10 «Навигатор. Новости». (0+)
14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)	00.10 «ПЛЕГЕНАДО ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)	14.45 «Супер4». (6+)	14.10 «Элвин и бурундуки». (6+)
15.00, 22.10 «10 друзей кролика». (0+)	01.55 «ПЛАХОЩИЕНИЕ». (6+)	15.40 «Царевны». (0+)	14.55 «Клуб Винкс». (6+)
15.20, 22.30 «Сказочный патруль». (0+)	03.20 «Закон Мерфи». (12+)	16.05 «Консунин. Чудеса каждый день». (0+)	15.30 «Консунин. Чудеса каждый день». (0+)
17.55, «Домики Башни Петра». (0+)	04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)	16.45 «Барби: Дримтопия». (0+)	16.20 «Мавки: Навигатор. Новости». (0+)
18.00, 22.30 «Консунин. Чудеса каждый день». (0+)		17.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	17.00 «Мончики». (0+)
18.45, 22.45 «ХОЛОДНОЕ СЕРДЦЕ». (12+)		18.05 «Пластилиники». (0+)	17.40 «Дружба - это чудо». (0+)
19.00, 20.27, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)		18.10 «Дружка - это чудо». (0+)	19.00 «Мончики». (0+)
19.57, 20.00, 22.38 «Смешарики». (0+)		19.20 «Лунтик и его друзья». (0+)	19.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
20.00, 21.35 20.27, 23.03 «ХОЛОДНОЕ СЕРДЦЕ». (12+)		20.20 «Деревяшки». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!» (0+)
20.35, 21.35 Русские хиты - чемпионы среды. (16+)		20.45 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	20.45 «Черепашки-ниндзя». (6+)
21.30, 22.30 «Сказка про лень». (6+)		22.25 «Трансформеры. Роботы под прикрытием. Сила гештальтов». (6+)	22.50 «Бен 10». (12+)
22.40, 23.30 «Почемучка. Астрономия». (6+)		22.50 «Гризли и лемминги». (6+)	23.15 «Гризли и лемминги». (6+)
22.40, 23.30 «Кубик и Тобик». (6+)		00.00 «Зиг и Шарко». (6+)	00.00 «Зиг и Шарко». (6+)
22.55, 23.55 «Халиф-аист». (6+)		01.05 «Соник Бум». (6+)	01.05 «Соник Бум». (6+)
23.00, 24.00 «Алиса знает, что делать!». (6+)		02.05 «Викинг Вик». (6+)	02.05 «Викинг Вик». (6+)
23.30, 24.30 «Сказка про лень». (6+)		03.40 «Катя и Мим-Мим». (0+)	03.40 «Катя и Мим-Мим». (0+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС	СПАС
05.00 Щипков. (0+)	14.30 Монастырская кухня. (0+)
05.30 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл: Старцы. (0+)	15.00 Победоносец. Цикл: Специальный корреспондент с Аркадием Мамонтовым. (0+)
06.00 Завет. (0+)	15.50 «Был МЕСЯЦ МАЙ». (0+)
07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)	16.00 Завет. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)	17.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)	18.00 Завет. (0+)
10.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)	19.00, 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
11.30 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
12.30 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл: Старцы. (0+)	21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосуп. (0+)
13.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	22.30 «ГЛАВНЫЙ КОНСТРУКТОР». Фильм 1. (0+)
14.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	23.40 День Патриарха. (0+)
15.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	23.50 Завет. (0+)
16.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	00.45 Архимандрит Кирилл (Павлов). Цикл: Старцы. (0+)
17.00 Елизавета Глинка. Цикл: Встреча. (0+)	01.15 С нами Бог. (0+)

Православный календарь

20 февраля  
Седмица сплошная. Глас 5.  
Прп. Парфения, еп. Лампакийского.



Прп. Луки Елладского. Мчч. 1003 Никомидийских. Сщмч. Александра пресвитера. Сщмч. Алексия пресвитера.

Поста нет.

Наша работа – Ваше благополучие!  
В «Гупсоцгарантии» по договору ренты:

до 5 000 000 единовременно\*  
100 000 ежемесячно\*



- Покупка лекарств и продуктов
- Патронаж и помощь по хозяйству – БЕСПЛАТНО!
- Оплата ВСЕХ коммунальных услуг

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	06.00	«Настроение»	05.05	«ЛЕСНИК». (16+)	06.00	Новости культуры
09.00	Новости	09.00	Вести	08.00	«Доктор И...» (16+)	06.05	Сегодня	06.35	«Пешком...»
09.25	«Сегодня 21 февраля. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	08.35	«В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ». (0+)	07.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.00	Новости культуры
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)			07.05	Сегодня	07.05	«Правила жизни»
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести			08.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.30	Новости культуры
12.00	Новости с субтитрами	11.25	Вести			08.05	Сегодня	07.35	«Брюгге. Средневековый город Бельгии»
12.15	«Время покажет». (16+)	11.40	Местное время	10.35	«Сергей Гармаш. Вечная контригра». (12+)	09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	07.55	«СИТА И РАМА»
14.00	Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)	11.40	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	11.30	События	10.20	Сегодня	08.40	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
15.00	Новости с субтитрами	12.50	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	11.50	«ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)			10.00	Новости культуры
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.00	Вести					10.15	«Наблюдатель»
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	14.25	Вести					11.10	«Маршал Жуков - страницы биографии»
17.00	«Время покажет». (16+)	14.40	Местное время					12.30	Дневник XII Зимнего международного фестиваля искусств Юрия Башмета
18.00	Вечерние новости с субтитрами	17.00	«Кто против?» (12+)					12.55	«Игра в бисер» с Игорем Волгиним
18.25	«Время покажет». (16+)	17.25	Вести					13.35	«Дороги старых мастеров»
18.50	«На самом деле». (16+)	18.50	Местное время	13.40	Мой герой. (12+)			13.45	«Абсолютный слух»
19.50	«Пусть говорят». (16+)	20.00	Вести	14.30	События			14.30	С потолка
21.00	Время	20.45	Вести	14.50	Город новостей			15.00	Новости культуры
21.30	«ГАДАЛКА». (16+)	21.00	Местное время	15.05	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ». (12+)			15.10	Моя любовь - Россия!
			«СКЛИФОСОВСКИЙ». (12+)	16.55	«Естественный отбор». (12+)			15.40	«2 Верник 2»
	На набережной обнаружено тело застреленного мужчины. Люся утверждает, что в деле как-то замешаны ... фашисты.		Пока Брагин и Толик борются с последствиями аварии на переезде и ждут подмогу, Костя встречается в Склифе со старым знакомым. В Склифе после ДТП привозят следователя Никонова, который вёл дело Кости. Никонов напуган и требует другого хирурга, несмотря на то, что ему срочно нужна операция.	17.45	«С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА». (16+)			16.30	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
22.30	Премьера. «Большая игра». (12+)	23.20	«Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)	19.40	События			17.50	Открытый мастер-класс Романа Патколо
23.30	«Вечерний Ургант». (16+)	02.00	«КАМЕНСКАЯ». (16+)	20.00	Петровка, 38. (16+)			18.35	Цвет времени
00.00	На ночь глядя. (16+)		Марина погибает в автокатастрофе. Каменская сомневается, что убийца - Марина. В бардачке ее машины находят рекламу некоего колдуна. Лариса пытается выяснить у Томчака, что значит фотография и надпись на ней - она опасается, что её муж в чём-то замешан.	20.20	«Право голоса». (16+)			18.45	«Игра в бисер» с Игорем Волгиним
01.00	«УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)			22.00	События			19.30	Новости культуры
	В офисе Боголепова Плахов видит таинственную медсестру Светлану.			23.05	«10 самых...» (16+)			19.45	«Главная роль»
03.00	Новости				«Горькие ягоды» советской эстрады». (12+)			20.05	«Правила жизни»
03.05	«Мужское / Женское». (16+)			00.00	События. 25-й час			20.30	«Спокойной ночи, мальчики!»
03.55	«Давай поженимся!» (16+)			00.35	«Удар властью. Человек, похожий на...» (16+)			20.45	«Память»
				01.25	«Джек и Джеки. Проклятье Кеннеди». (12+)				Один из самых северных памятников советскому солдату находится в Норвегии, в городе Киркенесе.
05.00	09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия»	06.00	Сегодня утром	02.15	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ». (12+)			21.15	«Энigma»
05.20	05.45, 06.35, 07.35 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)	09.00	13.00, 18.00, 21.15 Новости дня	03.55	«ОХОТНИКИ ЗА ГОЛОВАМИ». (16+)			21.55	«Эрик Булатов. Моя Третьяковка»
08.35	«День ангела»	09.15	«Колеса Страны Советов. Были и небылицы». (0+)	05.45	Петровка, 38. (16+)			23.15	Новости культуры
09.25	«ДВОЕ». (16+)	10.00	14.00 Военные новости.	06.00	11.05, 21.05 «ПравДа?». (12+)			23.35	«Черные дыры. Белые пятна»
		10.05	18.30 «Специальный репортаж». (12+)	05.55	12.05, 23.25 «Большая страна». (12+)			00.15	«Игра в бисер» с Игорем Волгиним
11.10	12.10, 13.25, 13.35, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30 «КОРДОН СЛЕДОВАТЕЛЯ САВЕЛЬЕВА». (16+)	10.20	13.15 «УМНОЖАЮЩИЙ ПЕЧАЛЬ». (12+)	06.25	«Гора самоцветов. Рогатый хан». (0+)			00.55	«Маршал Жуков - страницы биографии»
12.10	12.10, 13.25, 13.35, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30 «КОРДОН СЛЕДОВАТЕЛЯ САВЕЛЬЕВА». (16+)	14.05	«МОРПЕХИ». (16+)	06.35	«Гора самоцветов. Рыбак Оскус-олот». (0+)			02.15	«Художник Андрей Мышленников. Не перестаю удивляться...»
12.20	19.45, 20.40, 21.30, 22.20, 23.05, 00.25 «СЛЕД». (16+)	18.50	«Непобедимая и легендарная». (6+)	06.55	«Дом «Э». (12+)			02.55	«МУЖЧИНА ПО ВЫЗОВУ. ЕВРОПЕЙСКИЙ ЖИГОЛО». (16+)
13.30	«Известия. Итоговый выпуск»	21.25	«Легенды космоса». (6+)	07.25	10.50, 22.00, 23.50 «Активная среда». (12+)			04.40	«МОЯ СУПЕРБЫШАЯ». (16+)
13.35	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.00	«Код доступа». (12+)	07.40	22.35 «Живая история». (12+)			05.30	«КАДРЫ». (12+)
13.40	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Открытый эфир». (12+)	07.40	Фильм посвящён истории создания одного из самых ярких и неоднозначных фильмов середины 80-х. 15.15, 04.30 «Календарь». (12+)				«Руско туристо». (16+)
13.50	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Междуд тем» с Наталией Метлиной. (12+)	08.30	10.05, 16.05, 17.05 «ЖУКОВ». (12+)				«6 кадров». (16+)
14.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«СЛЕД В ОКЕАНЕ». (12+)	09.00	11.05, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 17.30, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00				
15.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Легенды космоса». (6+)	10.15	12.45, 21.15, 23.15, 02.15, 05.15 Московский патруль. (16+)				
16.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Код доступа». (12+)	11.30	13.15, 17.15, 03.15 «Климат-контроль». (12+)				
17.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Открытый эфир». (12+)	11.45	19.15 Спорная территория. (12+)				
17.35	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Междуд тем» с Наталией Метлиной. (12+)	12.10	14.15, 16.15 «Прямо и сейчас»				
18.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Дважды на смене». (6+)	13.30	18.30, 00.30, 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)				
19.00	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Без права на превал». (12+)	16.30	Жизнь в большом городе. (12+)				
19.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Вспомнить всё». (12+)	19.00	Москва сегодня. (12+)				
20.00	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Гамбургский счёт». (12+)	19.30	22.30, 03.30 «Вечер»				
20.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Вспомнить всё». (12+)						
21.00	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Вспомнить всё». (12+)						
21.30	01.45, 02.20, 02.50, 03.30, 04.00, 04.30 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)	23.25	«Вспомнить всё». (12+)						
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	Москва 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	09.00, 13.00, 18.30, 03.20 «Известия»	06.00	Сегодня утром	05.00	11.05, 21.05 «ПравДа?». (12+)	06.00	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее ведение	06.00	«Самое яркое». (16+)
05.20	05.45, 06.35, 07.35 «ПОД ЛИВНЕМ ПУЛЬ». (16+)	09.00	13.00,						

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «КВН. Высший балл». (16+)	06.00 «Вся правда про....» (12+)	06.30, 07.30, 18.00, 00.00, 05.20 «6 кадров». (16+)	06.50 «Удачная покупка». (16+)	06.30, 07.30, 18.00, 00.00, 05.20 «6 кадров». (16+)
06.00, 09.00, 15.00 «Документальный проект». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Гадалка». (12+)	09.20 «Слепая». (12+)	06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	07.00, 08.55, 11.00, 15.40, 20.15 Новости	06.50 «Удачная покупка». (16+)	07.00, 12.50, 04.00 «Понять. Простить». (16+)	06.50 «Удачная покупка». (16+)
07.00 «С добрым утром!» (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	10.15 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	07.50 «Удачная покупка». (16+)	07.05, 11.05, 15.45, 18.30, 00.55 Все на Матч!	07.00, 12.50, 04.00 «Понять. Простить». (16+)	07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)	07.45 «По делам несовершеннолетних». (16+)
08.30, 12.30, 16.30, 19.30, 23.00 «Новости». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	15.00 «Гадалка». (12+)	13.30 «Спаси свою любовь». (16+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	09.00 Футбол. «Севилья» (Испания) - «Лацио» (Италия). Лига Европы. 1/16 финала. (0+)	09.45 «Давай разведёмся!». (16+)	10.50 «Тест на отцовство». (16+)	09.45 «Давай разведёмся!». (16+)
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	16.00 «Гадалка». (12+)	20.00 «Год культуры». (16+)	12.00 «КВН. Высший балл». (16+)	11.35 Футбол. «Шальке» (Германия) - «Манчестер Сити» (Англия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)	11.35 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Лыжные гонки. Спринт. Квалификация. Пр.тр.	11.50, 04.30 «Реальная мистика». (16+)	11.50, 04.30 «Реальная мистика». (16+)
13.00, 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкным». (16+)	20.00 «Студия Союз». (16+)	17.35 «Слепая». (12+)	21.00 «Студия Союз». (16+)	13.00 «Идеальный ужин». (16+)	13.35 Футбол. «Шальке» (Германия) - «Манчестер Сити» (Англия). Лига чемпионов. 1/8 финала. (0+)	13.35 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Лыжные гонки. Спринт. Финал. Пр.тр.	14.00 «КЛЮЧИ ОТ СЧАСТЬЯ». (16+)	14.00 «КЛЮЧИ ОТ СЧАСТЬЯ». (16+)
14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	21.00 «Импровизация». (16+)	18.40 «СЛЕДСТВИЕ ПО ТЕЛУ». (16+)	22.00 «Импровизация». (16+)	15.00 «Утилизатор». (12+)	14.30 «Диккий». (16+)	14.30 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Лыжные гонки. Спринт. Финал. Пр.тр.	19.00 «ТРАВА ПОД СНЕГОМ». (16+)	19.00 «ТРАВА ПОД СНЕГОМ». (16+)
17.00, 03.00 «Тайны Чапман». (16+)	22.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	21.15 «ВЕЧНОСТЬ». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	15.30 «Диккий». (16+)	15.35 Биатлон. Чемпионат Европы. Смешанная эстафета. Пр.тр.	15.35 Биатлон. Чемпионат Европы. Смешанная эстафета. Пр.тр.	23.00 03.15 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)	23.00 03.15 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+)
18.00, 02.10 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	23.00 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	19.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	16.05 Футбол. «Зенит» (Россия) - «Фенербахче» (Турция). Лига Европы. 1/16 финала. Пр.тр.	16.05 Биатлон. Чемпионат Европы. Смешанная эстафета. Пр.тр.	00.30 00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)	00.30 00.30 «БАЛЬЗАКОВСКИЙ ВОЗРАСТ, ИЛИ ВСЕ МУЖИКИ СВОИ...». (16+)
20.00 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+)	01.05 «Спаси свою любовь». (16+)	02.45 «ОДИН ПРЕКРАСНЫЙ ДЕНЬ». (12+)	04.30 THT-Club. (16+)	20.30 «Дорожные войны». (16+)	22.50 Футбол. «Байер» (Германия) - «Краснодар» (Россия). Лига Европы. Пр.тр. я	22.50 Баскетбол. Болгария - Россия. Чемпионат мира-2019. (0+)	05.35 05.35 «Домашняя кухня». (16+)	05.35 05.35 «Домашняя кухня». (16+)
21.45 «Смотреть всем!». (16+)	01.55 «Бородина против Бузовой». (16+)	04.35 «Открытый микрофон». (16+)	04.35 «ХОР». (16+)	22.00 «Решала». (16+)	03.30 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+)	03.30 Обзор Лиги Европы. (12+)		
00.30 «ЧУДО НА ГУДЗОНЕ». (16+)	05.25 «ХОР». (16+)	05.00 «Вокруг Света. Места Силы». (16+)	05.25 «БЕЛЬЯ ВОРОТНИЧОК». (12+)	23.00 «Дорожные войны». (16+)	05.30 «Улетное видео». (16+)			

Боль, какая бы она ни была, человека изматывает. Людей снова мучают артриты, артозы, остеохондрозы, подагра, межпозвоночные грыжи, последствия травм, перегрузок суставов, да мало ли...

О том, что предлагает современная медицина, мы беседуем с Верой Ильиничной.

— Боль, тем более суставную, терпеть действительно порой совсем невозможн...

— Безусловно, и избавиться от неё хочется надолго, в идеале — навсегда. Заболеваниями суставов могут страдать и молодые, и пожилые. Первое, к чему прибегают при боли, — анальгетики, они частично снимают синдром, но причина-то остаётся. Это не выход, нужно искать причину и разбираться с ней. Чаще всего это нарушение обмена веществ и питания суставного хряща. С чем это связано? У каждого своё, поэтому обязательно обратитесь к специалисту. В мире нет одинаковых людей, поэтому лечить надо конкретного человека.

— А что ещё требуется, кроме врачебной помощи?

— Врачу помогают сами пациенты — те, кто имеет желание заниматься своим здоровьем. Как говорится, дорогу осилит идущий. Современные технологии, конечно, не стоят на месте, суставы сейчас лечат довольно успешно. Самый верный путь — комплексное лечение, чтобы привести в рабочее состояние все части «машины», сбалансировать работу всего организма. Необходимо медикаментозное лечение, физиотерапия,

## Дайте жизнь суставам! Что делать с нестерпимой болью?

в самых сложных случаях, конечно, прибегают к хирургическому вмешательству. Отличным настройщиком может стать ДЕЛЬТА. Она специально создана для лечения суставов — всего, что связано с суставами и хрящами при хронической форме, острой, затухающей, ремиссии. ДЕЛЬТА можно использовать при любых состояниях по медицинским показаниям.

### — Как это работает?

— Одной из основных задач лечения артритов и артозов является улучшение кровоснабжения всех тканей сустава. ДЕЛЬТА без боли проникает непосредственно в сустав, улучшает кровообращение, помогает восстановлению хрящевой и подвижности сустава. Благодаря ДЕЛЬТА, после консультаций с врачом, лечение можно обеспечить самостоятельно. ДЕЛЬТА может помочь снять боль и воспаление, нормализовать обменные процессы, снять отёк. Лечение возможно при заболеваниях суставов любого происхождения, в том числе при остеохондрозе, артите, артозе, радикулите, подагре, грыже межпозвоночного диска и других заболеваниях. Кроме того, ДЕЛЬТА может усилить действие лекарственных препаратов в комплексной терапии.

### — Палочка-выручалочка?

— Можно сказать и так. ДЕЛЬТА воздействует непосредственно на очаг воспаления, влияет на кровообращение в суставе, усиливает питание сустава, ускоряет про-

цесс обновления и восстановления костной ткани, хряща, суставной жидкости. Процесс восстановления хрящей и суставов не быстрый. Особенно медленно он протекает в пожилом возрасте, а если есть деформация костей, то ещё медленнее. Но, во всяком случае, снять боль и успокоить человека можно. Мы выявили, что процесс старения зависит от уровня синтеза белка. С возрастом уровень белка в клетках катастрофически падает, вот тогда суставные хрящи становятся хрупкими и хуже выполняют свою роль, что приводит к болям. Вот здесь на помощь приходит ДЕЛЬТА.

### — Немало людей, которых болезнь приводит к постели или к инвалидному креслу. Чем им можно помочь?

— Мы уже говорили об артите и артозе, которые чаще всего поражают суставы. Люди, страдающие этими заболеваниями, в основном стараются избавиться от симптомов: глотают обезболивающее, натираются мазями и гелями. Но надо искать причину. ДЕЛЬТА как раз вначале разбирается с причиной, определяя, с чем связаны воспаление и боль в суставах: с нарушениями в щитовидной железе, неправильной работе печени, заболеваниями почек, которые приводят к отложению солей в суставах. Разобравшись с причиной, ДЕЛЬТА начинает работать над её устранением. Вначале она снимает боль, а затем воздействие направляется на запуск регенеративных, т.е. восстановительных процессов в суставном хряще.

— Порой люди не знают, что делать. Но ведь как-то надо жить дальше...

— С помощью ДЕЛЬТА возможно замедлить процессы разрушения в суставах. Вначале улучшается их питание, а потом идёт обновление. Начинается восстановление всех сопоставляющих сустава, в том числе хрящевой и суставной жидкости. ДЕЛЬТА работает на предупреждение атрофии мышц, повышение подвижности суставов, уменьшение боли в спине и суставах, снятие отёков. Под её воздействием растворы неорганических солей диссоциируют. ДЕЛЬТА изменяет состояние тканей и тканевой жидкости, влияет почти на все протекающие в них процессы. Изменяются кислотно-щелочное состояние, окислительно-восстановительные и ферментативные процессы, усиливаются крово- и лимфообращение, стимулируются обменно-трофические процессы, ускоряется регенерация нервной, костной и соединительной тканей. Люди получают возможность передвигаться.

Всем, кто мучается перечисленными проблемами, необходимо связаться с нашими специалистами по телефону: **8 (495) 645-01-03**, они обязательно займутся наущной проблемой и окажут помощь.

### — Можно ли найти лечению ДЕЛЬТОЙ замену?

— Очень хорошо, что люди стали обращать на своё здоровье более пристальное внимание, более ответственно к нему относиться. С ДЕЛЬТОЙ такая история — не ищите её замену, здесь использованы оригинальные идеи.

**ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ**  
ООО «МОНОПОЛИЯ ЗДОРОВЬЯ», ОГРН 1187746935375, 115230, Москва, Каширское ш., д. 3, корп. 2. № РЗН 2014/1800. Реклама

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)	06.20 «КРАЙ». (16+)	08.45 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	06.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)	06.00 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.30 «ДЕВЯТКИ». (16+)	10.35 «ЧЕГО ХОЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	10.30 «МНЕ НЕ БОЛЬНО». (16+)	10.05 «ЖЁЛТЫЙ КАРЛИК». (12+)	06.50, 07.20, 07.50, 08.20,
10.35 «ЧЕГО ХОЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	12.35 «НЕУЛОВИМЫЕ: ДЖЕКПОТ». (16+)	12.00 «ЗАВИСТЬ БОГОВ». (16+)	18.00, 18.30, 19.00, 19.30	«ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)
13.15 «ПЕРЕМОТКА». (16+)	14.25 «В СТИЛЕ JAZZ». (16+)	14.40 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (0+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45,	08.50, 09.35, 20.00, 20.45,
15.25 «ЕРЦОГИЯ». (16+)	16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	17.30 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)	00.15, 01.00	00.15, 01.00
17.35 «НЕВОЗМОЖНОЕ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	«ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	«ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
20.10 «ГАТАКА». (12+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	00.20 «В ДАЛЕКОМ СОРОК ПЯТОМ... ВСТРЕЧИ НА ЭЛЬБЕ». (18+)	10.20, 21.30, 01.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)	10.20, 21.30, 01.45 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
США, 1997 г. В ролях: Джуди Лоу, Итан Хоук, Ума Турман, Гор Видал	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	02.20 «ДАЧНЫЙ РОМАН». (16+)	11.10 Правила моей кухни. (16+)	11.10 Правила моей кухни. (16+)
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	04.30, 05.20 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)	12.10, 22.20, 02.35 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)	12.10, 22.20, 02.35 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)	13.05 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)	13.05 «ЛЮБОВНИКИ». (16+)
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «БИНЕРИЕ СЕРДЦА». (16+)	15.20, 16.15, 03.30, 04.30 «БИНЕРИЕ СЕРДЦА». (16+)
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	1 сезона. Сериал. Украина, 2011 г. В ролях: Елена Лядова, Александр Голубев, Алла Юганова	1 сезона. Сериал. Украина, 2011 г. В ролях: Елена Лядова, Александр Голубев, Алла Юганова
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)	23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	23.15 «ВЕРСАЛЬ». (16+)
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)	05.30 Спросони. (12+)	05.30 Спросони. (12+)
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
00.30 «СКРЮЧЕННЫЙ ДОМИШКО». (18+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
02.35 «13-Й РАЙОН». (16+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
04.00 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)		
22.10 «ГАТАКА». (12+)	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)		
22.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)	20.20 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	02.30 «ДУЛЬСИНЕЯ ТОБОССКАЯ». (0+)		
США, 1989 г. В ролях: Салли Филд, Джулия Робертс, Дорли Парсон	22.15 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	04.45 «КТО ЗАПЛАТИТ ЗА УДАЧУ». (12+)		
00.30 «СКРЮ				

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT 1
06.00, 07.00, 19.10 Автоспорт. (0+)	00.30 Теннис. ATP Рио-де-Жанейро. (0+)	01.00, 03.00 Теннис. ATP. Рио-де-Жанейро. Прямая трансляция. (0+)
07.55 Всероссийский турнир «Самбо в школу». (0+)	05.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Виллингтен. Мужчины. HS 145. (0+)	08.30 «Четверо в кубе». (0+)
09.00, 18.15, 23.00 Новости. (0+)	06.00, 09.30, 12.35 Горные лыжи. Кубок мира. Параллельный слалом. Стокгольм. (0+)	09.00, 23.00 «Иоко». (0+)
09.05 Кёрлинг. (0+)	07.00 «Малышарики». (0+)	09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)
11.05 Специальный репортаж. (12+)	07.30 «Деревяшки». (0+)	10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)
11.25 Вид сверху. (0+)	08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.55 Гандбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)	08.30 «Четверо в кубе». (0+)	11.00, 19.00 «Бобёр добр». (0+)
13.35, 19.45 Футбол. Кубок ФНЛ - 2019. (0+)	09.00, 23.00 «Иоко». (0+)	11.30, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
13.45, 23.05 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)	09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	12.00 «Машины сказки», «Сказка для Наташи». (0+)
15.45 Регби. Чемпионат Европы. (0+)	10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)	12.15, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
17.45 Самые сильные. (12+)	10.30, 20.15 Велоспорт. «Тур Андалусии». (0+)	13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)
18.20, 05.10 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая деревня». (0+)	11.30 Автогонки. Формула Е. Мехико. Обзор. (0+)	13.30, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+)
19.55 Баскетбол. Чемпионат мира-2019. Отборочный турнир. Мужчины. Болгария - Россия. Прямая трансляция	15.00, 15.30, 21.00 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
21.50 Лёгкая атлетика. Кубок Москвы по прыжкам в высоту под музыку. (0+)	18.15 Велоспорт. «Тур Алгарве». 1-й этап. (0+)	14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
01.00 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. Мужчины. (0+)	18.45 Велоспорт. «Тур Алгарве». 2-й этап. Прямая трансляция. (0+)	15.00, 10 дружек кролика». (0+)
03.10 Баскетбол. (0+)	21.45 Снукер. Shoot Out. Прямая трансляция. (0+)	16.20 «Сказочный патруль». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Сделано в 90-х. (16+)	14.00 R'n'B чарт. (16+)
06.05, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
06.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	16.00, 23.40 Карабинг. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
09.00 Русский чарт. (16+)	18.15 Русские хиты - чемпионы четверга. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	19.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
10.35 Хиты планеты - топ 5. (16+)	20.00 Макс Барских. Сольное шоу «Семь». (16+)
11.00 Ждите ответа. (16+)	21.30 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
12.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)	22.35 10 sexy. (16+)
13.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	02.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)
	03.00 Наше. (16+)
	04.00 Love hits. (16+)

ДЕТСКИЙ

06.04, 13.19, 19.58 Цирковая семья. (12+)
06.30, 10.00, 13.45, 17.24 «ХОЛОДНОЕ СЕРДЦЕ». (12+)
06.55, 10.25, 14.10, 17.49 «Смурфики». (0+)
07.18, 08.05, 10.51, 11.52, 14.36, 18.12 «Раскраска». (0+)
07.26, 11.03, 14.48, 18.27 «ПАРК ГАЛАКТИКА». (12+)
07.56, «Умная тарелка». (6+)
08.07, «4 машины». (0+)
08.17, «Облачата». (0+)
08.31, 15.15, 21.50 Мультифильмы. (6+)
09.06, 15.48, 21.42 Мультифильмы. (0+)
09.42 «Франтишек». (6+)
11.28, 20.27, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)
11.57, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)
12.21, 18.54, 23.31 Понемчука. (6+)
12.35, 19.08, 23.45 Понемчука. Астрономия. (6+)
12.49, 19.26 Girls only. (6+)
16.39, 22.10 «Ну, погоди!». (12+)
16.49, «Желтый слон». (6+)
20.55 «Опять двойка». (0+)
21.16 «Стёпа-моряк». (6+)
22.20 «В тридцатом веке». (0+)

ДЕТСКИЙ

05.00 «Три кота». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.05 «Доктор Малышкина». (0+)
08.10 «Даша - путешественница». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Диколесье». (0+)
10.10, 21.55 «Пластилиники». (0+)
10.15 «Машинки». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00, 02.25 «Magic English». (0+)
12.20 «Свинка Пеппа». (0+)
13.55 «Весёлый алфавит». (0+)
14.00 О! Музыка. (0+)
14.30 «Белка и Стрелка: Озорная семейства». (0+)
15.50 «Если бы я был...» (0+)
17.00 О! Музыка. (0+)
17.30, 00.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.35 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Оранжевая корова». (0+)
19.25 «Царевны». (0+)
20.00 «Иоко». (0+)
00.20 «Алиса знает, что делать!». (6+)
02.35 «Смешарики». (0+)
Новые приключения». (0+)

О!

05.00 «Ранние пташки». (0+)
06.00 «Добрый Кото-ко». (0+)
06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)
06.40 «Зак Шторм - Суперпират». (6+)
08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)
08.30, 11.30 «Удивительная Вия». (6+)
09.00 «София Прекрасная». (0+)
09.30 «Елена - принцесса Авала». (0+)
10.00 «Хранитель Лев». (0+)
12.45, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
13.55 «Новая школа императора». (0+)
14.50 «Город героев: Новая история». (6+)
17.15 «Гравити Фолз». (12+)
19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
19.30 «Астерикс: Земля Богов». (12+)
21.20 «Семейка Грин в городе». (12+)
22.15 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРИЛ ПЛЭЙС». (6+)
22.50 Правила стиля. (6+)
23.15 «Мистели: миссия Чёрный Пантеры». (12+)
23.45 «Стражи Галактики». (12+)
00.10 «ЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)

О!

05.00 «Три кота». (0+)
07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
07.10 «Бинг». (0+)
08.05 «Доктор Малышкина». (0+)
08.10 «Даша - путешественница». (0+)
08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
09.00 О! Музыка. (0+)
09.30 «Диколесье». (0+)
10.10, 21.55 «Пластилиники». (0+)
10.15 «Машинки». (0+)
11.55 «Космическое путешествие». (0+)
12.00, 02.25 «Magic English». (0+)
12.20 «Свинка Пеппа». (0+)
13.55 «Весёлый алфавит». (0+)
14.00 О! Музыка. (0+)
14.30 «Белка и Стрелка: Озорная семейства». (0+)
15.50 «Если бы я был...» (0+)
17.00 О! Музыка. (0+)
17.30, 00.15 «Доктор Малышкина». (0+)
17.35 «Свинка Пеппа». (0+)
19.20 «Оранжевая корова». (0+)
19.25 «Царевны». (0+)
20.00 «Иоко». (0+)
00.20 «Алиса знает, что делать!». (6+)
02.35 «Смешарики». (0+)
Новые приключения». (0+)

ЦВЕТОК

1. Мастер, способный на одном выдохе изготовить вазу.
2. Горлопан на трибуне стадиона.
3. Капуста, раздетая догола.
4. «Летчик», встроенный в панель приборов.
5. Привязанность, похожая на любовь.
6. Воин летящий под парашютом.
7. Плененный враг.
8. Выставка самолетов.
9. Постоянный маршрут полетов самолетов.
10. Летающий «Граф Цеппелин».
11. Щедрый
12. Бесится от удач других.
13. Чистоплотный раздел медицины.
14. Профессиональный боец на арене Колизея.
15. Родственник Гены в названии «груши».
16. Выборный орган, руководящий собранием или совещанием.
17. Своих закладывал.
18. Наведение глянца на сервант.
19. Обращение с призывом к народу.
20. Цель следователя - ... преступления.
21. Слово или стихотворение, одинаково читающееся слева направо и наоборот.
22. Хирургическое ... в больнице.

покровитель бедняков. 12. Чистоплотный раздел медицины. 14. Профессиональный боец на арене Колизея. 15. Родственник Гены в названии «груши». 16. Выборный орган, руководящий собранием или совещанием. 17. Своих закладывал. 18. Наведение глянца на сервант. 19. Обращение с призывом к народу. 20. Цель следователя - ... преступления. 21. Слово или стихотворение, одинаково читающееся слева направо и наоборот. 22. Хирургическое ... в больнице.

Во-вторых, подвижные зубы шинируем стекловолоконными нитями, что позволяет продлить жизнь даже безнадежным зубам. В-третьих, делаем виниры, не требующие обточки, которые закрывают все дефекты, в том числе и оголенные шейки, и устраняют чувствительность зубов. В-четвертых, для пациентов, у которых уже есть отсутствующие зубы, проводим установку имплантатов абсолютно безболезненно за 1 час. Причем пародонтит – не противопоказание, ведь наши пациенты проходят специальный курс лечения у врача пародонтолога на швейцарских аппаратах. А для самых взыскательных пациентов предлагаем лечение под микроскопом, а также пломбы будущего из сверх прочной керамики! Приглашаем всех пройти бесплатную консультацию с дентальной камерой!

**Верастом** – стоматологическая клиника, расположенная в г. Островитяново, д. 9. Тел.: 8 (499) 737-30-77, 8 (985) 226-00-15, 8 (499) 737-30-76. [www.verastom.ru](http://www.verastom.ru)

\* Подробности акции и сроков ее проведения вы можете узнать по нашим телефонам или у нас на сайте.

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.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ К Культура	СТС	СТС
05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	06.00	«Настроение»	05.05	«ЛЕСНИК». (16+)	06.00	Новости культуры
09.00	Новости	09.00	Вести	08.05	«ДВА КАПИТАНА». (0+)	06.05	Сегодня	06.35	«Пешком...»
09.25	«Сегодня 22 февраля. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	10.10	«МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (16+)	07.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.00	Новости культуры
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)	11.30	События	07.05	Сегодня	07.05	«Правила жизни»
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести	11.50	«МЕСТЬ НА ДЕСЕРТ». (12+)	08.00	«ЛЕСНИК». (16+)	07.30	Новости культуры
12.00	Новости с субтитрами	11.25	Вести	14.30	События	08.05	Сегодня	07.35	«Легенды мирового кино»
12.15	«Время покажет». (16+)	11.40	Местное время	15.05	Город новостей	09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	08.05	«СИТА И РАМА»
14.00	Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)	12.50	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)	16.55	«ШЕКСПИР И ХЭТЭУ-ЭЙ. ЧАСТНЫЕ ДЕТЕКТИВЫ». (12+)	10.00	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)	08.50	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
15.00	Новости с субтитрами	14.00	«60 минут». (12+)	17.30	«10 самых...» (16+)	10.20	На теплоходе проходит встреча бизнес-элиты. Среди гостей - известный бизнесмен с российскими корнями Савин. Свои дела он ведёт по всему миру, кроме России.	10.00	Новости культуры
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.25	Вести	19.40	События	13.00	Сегодня	10.20	«60 ДНЕЙ». (0+)
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	14.40	Местное время	20.00	«СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ. ШОРОХ КРЫЛЬЕВ». (12+)	13.25	Обзор. Чрезвычайное происшествие	11.45	СССР, 1987. В ролях: Александр Михайлов, Юрий Гребенщиков.
17.00	«Время покажет». (16+)	17.00	«Кто против?» (12+)	21.00	«Бенефис Елены Воробей». (12+)	14.00	«Место встречи»	12.25	«Пароль - Валентина Сперантова»
18.00	Вечерние новости с субтитрами	17.25	Вести	23.25	«Выход в люди». (12+)	16.00	Сегодня	13.05	«Подземные дворцы для вождя и синицы»
18.25	«Время покажет». (16+)	18.50	«Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)	00.45	«ВЕТЕР В ЛИЦО». (12+)	16.30	«Место встречи»	13.45	«Не перестаю удивляться...»
18.50	«Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)	20.00	«60 минут». (12+)	04.15	«СВАТЫ». (12+)	17.15	«ДНК». (16+)	14.30	«Черные дыры. Белые пятна»
19.55	«Поле чудес». (16+)	20.45	Вести	04.15	Флирт Ольги на свадьбе побуждает Юрия к выяснению отношений. Они ссорятся и, в результате, Юра обижается и собирается уезжать. Будько пытаются их помирить, в итоге ссорятся сами. Иван работает в ларьке.	18.10	«Жди меня». (12+)	15.00	С потолка
21.00	Время	21.00	«Бенефис Елены Воробей». (12+)	04.15	«СВАТЫ». (12+)	19.00	Сегодня	15.10	Новости культуры
21.30	«Голос. Дети». Новый сезон. (0+)	23.25	«Выход в люди». (12+)	04.15	«ФАНТОМАС РАЗБУШЕВАЛСЯ». (12+)	19.40	«ОТСТАВНИК». (16+)	15.40	«Письма из провинции»
23.15	«Вечерний Ургант». (16+)	00.45	«ВЕТЕР В ЛИЦО». (12+)	04.15	«СВАТЫ». (12+)	21.40	Внучка Дедова учится в институте и готовится к свадьбе со своим женихом Леней. Сам Дедов выходит в отставку и безуспешно пытается устроиться преподавателем в Суворовское училище.	16.25	«Энigma»
00.10	«ЕВА». (18+)	00.45	«ВЕТЕР В ЛИЦО». (12+)	04.15	«СВАТЫ». (12+)	22.00	«НЕВСКИЙ. ЧУЖОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ». (16+)	16.40	«Первые в мире»
00.45	Франция-Бельгия, 2018. В ролях: Изабель Юппер, Гаспар Ульель, Джюлия Рой. Молодой, но уже известный писатель Берtrand во время сильной метели оказывается под одной крышей с загадочной и притягательной женщиной по имени Ева.	00.45	«ВЕТЕР В ЛИЦО». (12+)	04.15	«СВАТЫ». (12+)	23.10	«В центре событий» с Анной Прохоровой	17.50	«ОТРЯД СПЕЦИАЛЬНОГО НАЗНАЧЕНИЯ»
02.05	«На самом деле». (16+)	01.05	«Олег Янковский. Последняя охота». (12+)	04.15	«Приют комедиантов». (12+)	01.05	«Олег Янковский. Последняя охота». (12+)	18.45	Открытый мастер-класс Давида Геринга-са
03.05	«Модный приговор». (6+)	01.40	«ФАНТОМАС РАЗБУШЕВАЛСЯ». (12+)	04.15	«Приют комедиантов». (12+)	01.40	«ФАНТОМАС РАЗБУШЕВАЛСЯ». (12+)	19.30	«Царская ложа»
04.00	«Мужское / Женское». (16+)	03.30	Петровка, 38. (16+)	04.20	«Смех с доставкой на дом». (12+)	03.30	«Место встречи»	19.45	Новости культуры
04.55	«Давай поженимся!» (16+)	03.50	«Осторожно, мошенники!» (16+)	04.20	«Смех с доставкой на дом». (12+)	04.20	«АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (0+)	20.35	«Искатели»
05	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	Москва 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	09.00, 13.00 «Известия»	06.20	«ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОЙНЫ...» (12+)	05.00	11.05, 21.05 «За дело!» (12+)	06.00	07.00, 07.30, 08.00, 08.30, 09.00, 09.30 Утреннее вешение	06.00	«Самое яркое». (16+)
05.20	05.55, 06.35 «Опасный Ленинград». (16+)	08.35	09.15, 10.05, 11.20, 13.15 «Нулевая мировая». (12+)	05.55	12.05, 22.50 «Большая страна». (12+)	06.30	10.30, 14.30, 15.30, 20.30, 21.30, 23.30, 01.30, 04.35 Специальный репортаж.	06.30	«Самое яркое». (16+)
07.15	«ДВОЕ». (16+)	09.00	13.00, 18.00, 21.15 Новости дня	06.20	23.20 «ПОРОДА». (12+)	07.45	08.45, 09.45, 01.15, 04.15 Сеть. (12+)	07.00	«Самое яркое». (12+)
09.25	«ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)	10.00	14.00 Военные новости	08.00	«Вспомнить всё». (12+)	10.00	11.00, 12.00, 12.30, 13.00, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00, 18.00, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 01.00, 02.00, 03.00, 04.00, 05.00 Новости	06.30	«Самое яркое». (16+)
05.00	09.00, 13.00 «Известия»	14.05	«ТОЧКА ВЗРЫВА». (16+)	08.30	15.15 «Календарь». (12+)	10.15	12.45, 21.15, 23.15, 02.15, 05.15 Московский патруль. (16+)	07.00	«Самое яркое». (12+)
05.20	05.55, 06.35 «Опасный Ленинград». (16+)	18.35	21.25 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)	09.00	09.15, 16.15, 17.05 «СЫЩИКИ». (12+)	11.30	13.15, 17.15, 03.15 «Климат-контроль». (12+)	07.30	«Самое яркое». (12+)
07.15	«ДВОЕ». (16+)	02.05	Фильм, созданный на основе документальных материалов, с хроникальной точностью.	02.05	Майор Колапушкин известен тем, что любое преступление раскрывает за 24 часа.	11.45	19.15 Спорная территория. (12+)	08.00	«Самое яркое». (16+)
09.25	«ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)	04.05	«НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)	02.05	Новый помощник майора Немигайло не в ладах с логическим мышлением, зато у него потрясающая интуиция!	12.10	14.15, 16.15 «Прямо и сейчас»	09.00	«Вспомнить все». (12+)
05.00	09.00, 13.00 «Известия»	14.05	«ТОЧКА ВЗРЫВА». (16+)	04.05	10.00, 11.00, 12.00, 13.00, 15.00, 16.00, 17.00, 21.00 Новости	13.30	18.30, 00.30, 02.30, 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)	09.30	«Все просто!» (12+)
05.20	05.55, 06.35 «Опасный Ленинград». (16+)	18.35	21.25 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)	04.05	22.00 «Активная среда». (12+)	14.30	19.30 Жизнь в большом городе. (12+)	11.10	«Все просто!» (12+)
07.15	«ДВОЕ». (16+)	02.05	«НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)	04.05	12.30 «Подвиг военный - подвиг спортивный». (12+)	15.30	17.30 «Афиша». (12+)	11.30	«Зима в Подмосковье». (12+)
09.25	«ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)	04.05	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.05	13.20 18.00, 01.05 ОТРажение «Гора самоцветов. Ловись, рыбка!». (0+)	16.30	19.30 Жизнь в большом городе. (12+)	12.00	Дневные новости
05.00	09.00, 13.00 «Известия»	04.40	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	14.05 «Гора самоцветов. Терем мухи». (0+)	17.30	19.30 «Афиша». (12+)	12.30	«Все просто!» (12+)
05.20	05.55, 06.35 «Опасный Ленинград». (16+)	04.40	«Обратный отсчет». (12+)	04.40	15.45 05.00 «Культурный обмен». (12+)	18.30	19.30 «Афиша». (12+)	13.00	«НПАРНИЦЫ». (16+)
07.15	«ДВОЕ». (16+)	04.40	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	16.05 05.00 «Культурный обмен». (12+)	19.30	19.30 «Афиша». (12+)	14.45	«Все просто!» (12+)
09.25	«ТИХАЯ ЗАСТАВА». (16+)	04.40	«Обратный отсчет». (12+)	04.40	22.05 05.00 «Культурный обмен». (12+)	20.30	22.30, 03.30 «Вечер»	16.00	Новости 360
11.05	12.05, 13.25, 14.15, 15.15, 16.10, 17.10, 18.00 «СНАЙПЕРЫ». (16+)	03.20	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	19.30 05.00 «Культурный обмен». (12+)	21.10	23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)	17.50	«САМЫЕ КОЛУМБИЙСКИЕ УБИЙСТВА». (12+)
12.05	12.05, 13.25, 14.15, 15.15, 16.10, 17.10, 18.00 «СНАЙПЕРЫ». (16+)	04.40	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	19.30 05.00 «Культурный обмен». (12+)	22.30	23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)	18.00	«ЕГО ЗВАЛИ РОБЕРТ». (12+)
13.00	13.00, 18.00, 21.15 Новости дня	04.40	«Обратный отсчет». (12+)	04.40	22.05 05.00 «Культурный обмен». (12+)	23.00	23.00 «АКАДЕМИЯ». (12+)	19.00	«ПРЕСТУПНИК СИДИТ НА СТАДИОНЕ УЭМБЛИ». (16+)
14.00	14.00 Военные новости	04.40	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	19.30 05.00 «Культурный обмен». (12+)	00.30	00.30 «АКАДЕМИЯ». (12+)	20.00	«ГЕО ЗВАЛИ РОБЕРТ». (12+)
15.00	15.00, 20.40, 21.30, 22.20, 23.05, 23.55, 00.40 «СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	«СЛЫШАТЬ ВОЗНЕСЕНИЕ». (12+)	04.40	19.30 05.00 «Культурный обмен». (12+)</td				

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 04.15 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Каламбур». (16+)	07.10 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.00, 02.30 «Вся правда про...» (12+)	06.30, 07.30, 18.00, 23.15 «6 кадров». (16+)	
06.00, 09.00 «Документальный проект». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	09.20 «Слепая». (12+)	07.50 «Удачная покупка». (16+)	07.10 «Дорожные войны». (16+)	07.00, 08.50, 12.20, 13.35, 15.25, 18.00, 18.55, 21.50 Новости	06.50 «Удачная покупка». (16+)	
07.00 «С бодрым утром!» (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	10.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	13.00 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)	14.00 «Машина времени». (16+)	07.05, 13.40, 15.30, 19.00, 23.55 Все на Матч!	07.00, 12.50, 02.15 «Понять. Простить». (16+)	
08.30, 12.30, 16.30, 19.30 «Новости». (16+)	13.30 «УНИВЕР. НОВАЯ ОБЩАГА». (16+)	20.00 Comedy Woman. (16+)	16.00 «Гадалка». (12+)	14.00 «Идеальный ужин». (16+)	15.15 «Улетное видео». (16+)	08.55 Биатлон. Чемпионат Европы. (0+)	07.45, 04.20 «По делам несовершеннолетних». (16+)	
12.00, 16.00, 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	20.00 Comedy Woman. (16+)	Девушки из самого харизматичного, смелого и талантливого girls band страны вновь будут выяснять отношения между собой, обсуждать наряды, тренды и мужчин, а самое главное – делать это с юмором!	17.30 «Слепая». (12+)	19.00 «КИНГ КОНГ». (12+)	19.15 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)	09.50 «Тает лёд» с Алексеем Ягудиным. (12+)	09.45 «Давай разведёмся!» (16+)	
13.00 «Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	21.00 Комеди Клаб. (16+)	Комеди Клаб. (16+)	18.30 «Машина времени». (16+)	21.30 «Германия, Новая Зеландия, США, 2005 г. Картина представляет собой более современную версию фильма 1976 года. Действие происходит в 1933 году. В разгар Великой Депрессии молодая актриса Энн Дэрроу теряет ангажемент. Но удача улыбается девушке.	23.00 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». (12+)	10.20, 16.00 Футбол. Лига Европы. 1/16 финала. (0+)	10.50, 03.30 «Тест на отцовство». (16+)	
14.00 «Засекреченные списки». (16+)	22.00 Comedy Баттл. (16+)	Десятки молодых и никому неизвестных комиков снова собрались на ТНТ, чтобы попытаться заработать большие деньги.	23.30 «Дом-2. Город любви». (16+)	23.30 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». (12+)	12.25 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Северное двоеборье. Прыжки с трамплина. Пр.т. Спецрепортаж. (12+)	11.50, 02.45 «Реальная мистика». (16+)	14.00 «ТРАВА ПОД СНЕГОМ». (16+)	
17.00 «Тайны Чапман». (16+)	00.00 Дом-2. После заката. (16+)	00.00 Дом-2. После заката. (16+)	01.05 «Такое кино!». (16+)	01.30 «Спаси свою любовь». (16+)	14.10, 14.30, 15.00 Футбол. Лига Европы. Жеребьёвка 1/8 финала. Пр.т. Лыжный спорт. Чемпионат мира. Пр.т. Проф. бокс. (16+)	19.00, 02.45 «ДВИГАТЕЛЬ ВНУТРЕННЕГО СПРАВЛЕНИЯ». (16+)	19.00 «ДВИГАТЕЛЬ ВНУТРЕННЕГО СПРАВЛЕНИЯ». (16+)	
18.00, 20.00 «Страшное дело». (16+)	01.05 «Такое кино!». (16+)	01.05 «Такое кино!». (16+)	02.15 «Бородина против Бузовой». (16+)	03.05 «Симпсоны в кино». (16+)	17.30 «Супершоу». (16+)	00.30, 01.30 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Женщины/Мужчины. 1-я попытка. Пр.т.	00.30, 01.30 «ТОЛЬКО ВЕРНИСЬ». (16+)	
00.00 «НЕВЕРОЯТНАЯ ЖИЗНЬ УОЛТЕРА МИТТИ». (12+)	04.25 «ПОСЛЕДНЯЯ МИМЗИ ВСЕЛЕННОЙ». (12+)	04.25 «ПОСЛЕДНЯЯ МИМЗИ ВСЕЛЕННОЙ». (12+)	04.25 «ПОСЛЕДНЯЯ МИМЗИ ВСЕЛЕННОЙ». (12+)	05.15 «Тайные знаки». (12+)	20.30 «ТРИНАДЦАТЫЙ ВОИН». (16+)	03.00, 04.00 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Скелетон. Женщины/Мужчины. 2-я попытка. Пр.т.	03.00, 04.00 «Домашняя кухня». (16+)	
02.10 «ПЕРЕГОВОРЩИК». (16+)	06.00 «ХОР». (16+)	06.00 «ХОР». (16+)	05.15 «Тайные знаки». (12+)	05.30 «СВОЛОЧИ». (16+)	22.30 «АПОСТОЛ». (16+)	03.45 «Команда мечты». (12+)	06.00, 07.00 «Домашняя кухня». (16+)	
				05.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	05.30 «Улетное видео. Лучшее». (16+)	05.00 «Катарские будни». (12+)		

## ЦВЕТОВОДСТВО

В День всех влюблённых, который отмечается 14 февраля, принято дарить дорогому человеку цветы.

**Н**акануне весны пока еще холодно и снежно, и этот праздник – прекрасный повод сделать хороший подарок. На каких же цветах остановить выбор?



### УЗУМБАРСКАЯ ФИАЛКА

С давних пор считается талисманом любви. Ее листики напоминают сердца, а цветы выглядят хрупким букетом в окружении этих «сердечек». Существует легенда, согласно которой в фиалку была превращена одна из прекрасных нимф, обратившаяся к Зевсу за помощью. Кстати, во Франции многие жители до сих пор считают цветок фиалки символом красоты и верности.

### КСТАТИ Что ещё подарить?

Прекрасным подарком в День святого Валентина могут стать весенние первоцветы (примулы, крокусы, гиацинты и др.). И за ними не придется идти в лес, совершая подвиг, подобно главной героине из известной сказки. Можно дарить цветы, символизирующие на «языке цветов» любовь, симпатию, восхищение, привязанность. Среди них: орхидеи, тюльпаны, антуриумы, альстрерии, астры, гвоздики, гладиолусы, незабудки, пионы.

# ПРИМИ ЦВЕТОК ОТ СЕРДЦА МОЕГО

### Фасоль добавит настроения?

В День святого Валентина важны не только подарки, но и атмосфера праздника. Ее можно создать с помощью таких простых вещей: заполнить прозрачную вазу красной фасолью, а сверху украсить красными цветами (гвоздиками, герберами и др.). Особенно шикарно этот «букет» будет смотреться на столе вместе с красным сервизом или красными салфетками. Скатерть может быть в тон, красного оттенка, или контрастной, например, синего цвета.

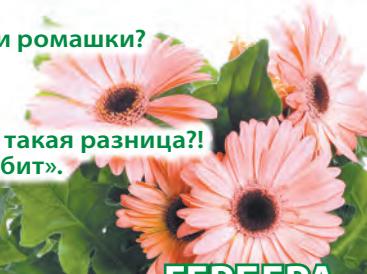
Этот цветок может показаться банальным подарком. Но, поверьте, нет ничего более привлекательного, как то, что проверено временем, стало классикой и никогда не теряет актуальности. Роза всегда была любимым цветком поэтов и художников. И во времена признания в любви дарят розы. Считается, что преподнесенная роза лучше любых слов расскажет о чувствах.

Розу любили и ей поклонялись с давних времен. В Древней Греции этими цветами украшалась невеста. Розами усыпалась путь победителей. В Древнем Риме женщины принимали ванны с лепестками роз – считалось, что эта процедура приворожит любимого. Даже на древних монетах есть изображения роз.



РОЗА

- Почем эти ромашки?
- 30.
- А эти?
- 300.
- А почему такая разница?
- Эти – «любят».



ГЕРБЕРА

Ромашки всегда привлекают внимание. Это простые, незатейливые, но, согласитесь, очень и очень душевые цветы. В феврале достаточно трудно их найти. Зато им на смену приходят не менее привлекательные большие цветные ромашки – герберы. Размер цветов может варьироваться от 4 до 15 см, а цвет – от белого до малинового.

Существует легенда, что когда-то жила лесная нимфа Герба, которая была настолько прекрасна, что ей восхищались абсолютно все. В один день, устав от людского внимания, она пожелала превратиться в более скромный цветок – герберу, и сейчас очаровывает своей простой красотой.

Подготовила Ольга БЕЛЬСКАЯ

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000

TV 1000 РУССКОЕ КИНО

06.10 «МАТИЛЬДА». (0+)  
08.05 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)  
10.20 «ГАТТАКА». (12+)  
12.25 «ЭРИН БРОКОВИЧ - КРАСИВАЯ И РЕШИТЕЛЬНАЯ». (16+)  
14.50 «РЕЗНЯ». (16+)  
16.25 «13-Й РАЙОН». (16+)  
18.10 «МАТИЛЬДА». (0+)  
20.10 «ОБЕЩАНИЕ». (16+)  
Испания, США, 2016 г.  
В ролях: Оскар Айзек,  
Кристиан Байл, Шарлотта  
Ле Бон, Шарль Агдашлу  
22.45 «МУЗА». (16+)  
США, 1999 г. В ролях:  
Альберт Брукс, Шэрон  
Стону, Энди МакДауэлл  
00.35 «СОФИ И ВОСХОДЯЩЕЕ СОЛНЦЕ». (18+)  
02.50 «ПОСЛЕДНЯЯ ПОБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)  
04.20 «МОШЕННИКИ». (12+)

ДОМ КИНО

06.20 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)  
08.30 «ХОТТАБЫЧ». (16+)  
10.30 «ПОВЕЛИТЕЛИ СНОВ». (12+)  
12.10 «ГЕРОЙ». (12+)  
13.50 «ДАЧНЫЙ РОМАНС». (16+)  
16.20, 17.10 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)  
18.25 «БАРМЕН». (16+)  
20.20 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (6+)  
Россия, 2016 г.  
22.25 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)  
01.00 «ЖМУРКИ». (18+)  
03.00 «ФОТО НА ПАМЯТЬ». (16+)  
04.20, 05.05 «КАК ВЫЙТИ ЗАМУЖ ЗА МИЛЛИОНЕРА-2». (12+)

ДОМ КИНО

06.00 «ДАЛЬНОБОЙЩИКИ». (16+)  
09.50 «ДВА ДОЛГИХ ГУДКА В ТУМАНЕ». (12+)  
11.20 «ПРИНЦЕССА НА БОБАХ». (12+)  
13.25 «ОДИНОКИМ ПРЕДСТАВЛЯЕТСЯ ОБЩЕЖИТИЕ». (12+)  
15.05 «ВЕРНЫЕ ДРУЗЬЯ». (0+)  
СССР, 1954 г.  
17.00 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)  
СССР, 1946 г. В ролях:  
Марина Ладынина, Юрий Любимов, Сергей Лукьянин  
19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)  
23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)  
02.25 «КРАСНАЯ ПАЛАТКА». (12+)

SONY CHANNEL

06.00, 17.10 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)  
06.50, 07.20, 07.50, 08.20, 08.50, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ГОРОД ХИЩНИК». (16+)  
09.20, 10.05 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯИКИ». (16+)  
10.50 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)  
11.40 Правила моей кухни. (16+)  
12.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)  
13.35 «ДОМАШНЕЕ ВИДЕО». (16+)  
15.20, 16.15 «БИЕНИЕ СЕРДЦА». (16+)  
20.00 «НЕСПЯЩИЕ В СИЭТЛЕ». (16+)  
21.55 «КОРОЛЕВСКИЙ РОМАН». (16+)  
00.20 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН+

РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН

00.00, 02.20 «МАТЧ ПОИНТ». (16+)  
04.30 «ОТСТУПНИКИ». (16+)  
07.05 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)  
08.55 «ТЫ НЕ ТЫ». (16+)  
10.40 «ПРИРОДДЕННЫЙ ГОНЩИК». (16+)  
12.20 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)  
14.00 «ЖЕСТОКИЕ МЕЧТЫ». (18+)  
15.40 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СХЕЧЬ». (16+)  
17.15 «ВОСТОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)  
18.55 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)  
20.30 «МИСС МЕДОУЗ». (16+)  
Драма, триллер, США, 2014 г.  
21.55 «ЗНАМЕНИТОСТЬ». (16+)  
23.45 «КИБОКСЕР ВОЗВРАЩАЕТСЯ». (18+)

КИНОКОМЕДИЯ

00.45 «ВОЙНА И МИР СУПРУГОВ ТОРБЕЕВЫХ». (12+)  
01.40 «БУМЕР». (16+)  
03.30 «СОБЫТИЕ». (16+)  
05.20 «БУМЕР. ФИЛЬМ ВТОРОЙ». (16+)  
07.15 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)  
08.55 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)  
10.55, 11.50 «СХВАТКА». (16+)  
12.45 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (16+)  
14.55 «ЭХАЛИ ДВА ШОФЕРА». (12+)  
16.20 «ПОДПЕЛ». (16+)  
18.00, 19.00, 19.55 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)  
20.50 «ИСКУПЛЕНИЕ». (16+)  
Драма, военный фильм, Россия, 2012 г.  
23.00 «ВОЙНА». (16+)

FOXlife FOX LIFE

08.00, 18.10, 18.50, 22.25, 23.05, 07.20 «СКОРПИОН». (16+)  
04.45 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)  
06.35 «БОЛЬШАЯ СВАДЬБА». (16+)  
08.20 «БЕЗУМНО ВЛЮБЛЕННЫЙ». (16+)  
10.20 «ЛЕГКОЕ ПОВЕДЕНИЕ». (16+)  
12.10 «БЕСПРЕДЕЛ В СРЕДНЕЙ ШКОЛЕ». (12+)  
13.50 «ПРОДВИНУТЫЙ». (16+)  
15.30 «КРАСОТКА НА ВСЮ ГОЛОВУ». (16+)  
17.35 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (12+)  
19.30 «ГУТСИ». (16+)  
21.45 «ВЫСОКАЯ МОДА». (16+)  
Комедия, драма, США, 1994 г.

ФЕНИКС+КИНО

TV 21 ВЕК

08.00, 16.00, 00.00 «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ». (16+)  
Сериал. Россия, 2011 г.  
В ролях: Алексей Серебряков, Пётр Фёдоров  
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)  
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)  
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЬБКА ПЕРЕСМЕШНИКА». (16+)  
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)  
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-3». (12+)

РОДНОЕ КИНО

10.00, 18.00, 02.00 «КАЙН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ-4». (16+)  
Сериал. Криминальная драма, Франция, 2012 г.  
11.00, 19.00, 03.00 «ПОЛОСКИ ЗЕБРЫ». (16+)  
Драма, Бельгия, Франция, 2013 г.  
12.25, 20.25, 04.25 «ЗВЕРЬ». (18+)  
Триллер, Великобритания, 2017 г.  
14.15, 22.15, 06.15 «ПРИЗРАКИ ИСИМАЭЛЯ». (18+)  
Триллер, драма, Франция, 2017 г.  
16.10, 00.10, 08.10 «КРОВЬ МОЕЙ КРОВИ». (16+)

КИНОСЕРИЯ

03.55 «НАСТЯ». (16+)  
05.35 «УЛЫБКА БОГА, ИЛИ ЧИСТО ОДЕССКАЯ ИСТОРИЯ». (12+)  
08.05 «Я БУДУ ЖДАТЬ». (12+)  
09.40 «СТОЯНКА ПОЕЗДА-ДВЕ МИНУТЫ». (0+)  
11.10 «ПОКА СТОЯТ ГОРЫ». (16+)  
12.45 «БЕЗВЫМЯННАЯ ЗВЕЗДА». (12+)  
15.20 «НАЙТИ И ОБЕЗВРЕДИТЬ». (6+)  
17.00 «МИО, МОЙ МИО». (12+)  
19.00 «ТРОЕ В ЛОДКЕ, НЕ СЧИТАЯ СОБАКИ». (12+)  
21.35 «ПОЦЕЛУЙ». (16+)  
22.55 «ПИКОВАЯ ДАМА». (12+)

## УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба

УСАДЬБА

08.05 Домашняя косметика! (12+)  
08.20 Баня - женского рода. (12+)  
08.40, 12.40 Гвоздь в стену. (12+)  
09.10 Сравнительный анализ. (16+)  
09.40 Чужеземцы. (12+)  
10.00 Садовые истории с Оливией Андриако. (12+)  
10.30 Усадьбы будущего. (12+)  
10.55, 14.00, 19.05 Огород круглый год. (12+)  
11.25 Дачный эксклюзив. (16+)  
11.55 Топ-10. (12+)  
12.25 Доктор Смузи. (12+)  
13.10 Да здравствует мыло душистое! (12+)  
13.25 Травоед. (12+)  
13.40 Вокруг сырья. (12+)  
14.35 Легендарные братья-лекари. (16+)  
15.25 Тихая моя родина. (12+)  
15.55, 17.15 8 ошибок огородника. (12+)  
16.45, 20.50 Дело в отделке. (12+)  
17.30 Чай вдвоем. (12+)  
17.45 Паштеты. (12+)  
18.05 Милости просим. (12+)  
18.35 101 ответ о садоводстве. (12+)  
19.30 Мастер. (12+)  
20.00 Полное лукошко. (12+)  
20.15 Частный сектор. (12+)  
21.20 Фитоаптека. (12+)  
21.50 Свежий заводик. (12+)  
22.10 Преданья старины глубокой. (12+)  
22.40 Правила огородника. (12+)  
22.55 Домоводство. (12+)  
23.15 Мегабанщики. (16+)  
23.45 Секреты стиля. (12+)

ОХОТА И РЫБАЛКА

06.55 Сезон охоты. (16+)  
07.25 Егерский кордон. (16+)  
07.55 Смертельный улов. (16+)  
08.45 Охотниче оружие. Вопросы эксперта. (16+)  
09.05, 12.10 Кулинарное путешествие с Серхием Марковичем. (12+)  
09.35, 12.40 Кухня с Серхием Марковичем. (12+)  
09.50, 12.55 Дело вкуса. (12+)  
10.10, 16.10 Оружейные дома Европы. (16+)  
10.40, 16.40 Оружейный клуб. (16+)  
11.10, 22.40 Я и моя собака. (16+)  
11.40 Фидерная ловля в нижнем Прикамье. (16+)  
13.15 Под водой с ружьем. (16+)  
13.45 Спиннинг на камских пристопах. (12+)  
14.15 Экстремальная рыбалка с Робсоном Грином. (16+)  
15.05 На зарубежных водоемах. (12+)  
15.40 Нахлыст в Башкортостане. (16+)  
17.10 На рыбальку с охотой. (12+)  
17.45 Стрелковый спорт. (16+)  
18.05 Планета охотника. (16+)  
18.35 Универсальная собака. (16+)  
19.00 Нахлыст на разных широтах. (12+)  
19.30 Прибалтийский лосось. (16+)  
20.00 Технология зимнего клева. (12+)  
20.35 Поймай и сними. (16+)  
21.05 Территория льда. (16+)  
21.35 Рыболовные экспедиции в Норвегию. (16+)  
22.05 Энциклопедия рыбалки. (12+)  
23.10 Рыбалка в Шотландии. (12+)

ЖИВИ!

00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)  
00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стrectchinga. (12+)  
01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)  
01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)  
02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Наталион Лионом. (6+)  
02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)  
03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)  
Мы подготовили для вас эффективный комплекс, направленный на проработку различных групп мышц. Теперь вам больше не придется тратить время на поиск и подбор упражнений для проблемных зон.  
03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)  
04.00, 16.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)  
04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)  
04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)  
04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)  
05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)  
05.30, 07.30, 09.30, 20.30 Боди-балет. (12+)  
10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)  
12.00 Fit BO+. (6+)  
18.30 Гимнастика для беременных. (6+)  
18.45 Проблемные зоны. (6+)  
Экспресс-курс. (6+)

06.00 Спасение диких животных. (16+)  
07.00 Адская кошка. (12+)  
08.00, 08.30 Аквариумный бизнес. (12+)  
09.00, 09.30 Битва за недвижимость. (12+)  
10.00 Неизвестные острова Индонезии. (12+)  
10.00 На свободу с питбулем. (16+)  
11.00 Заповедная Аляска. (12+)  
12.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)  
13.00 Доктор Ди: ветеринар Аляски. (16+)  
14.00 Аквариумный бизнес. (12+)  
15.00 Адская кошка. (12+)  
16.00 После нападения. (16+)  
17.00 Спасение диких животных. (16+)  
18.00 Полиция Феникс: Отдел по защите животных. (16+)  
19.00 Город акуп. (12+)  
20.00 Будни ветеринара. (16+)  
21.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)  
22.00 Неизвестные острова Индонезии. (12+)  
23.00 После нападения: Клинохвостый орел и морской крокодил. (16+)  
00.00 На свободу с питбулем. (16+)  
01.00 Будни ветеринара. (16+)  
01.50 Центр реабилитации Аманды. (12+)  
02.40 После нападения: Клинохвостый орел и морской крокодил. (16+)  
03.30, 03.55 Битва за недвижимость. (12+)  
04.20 Военный архив: под грифом «Топ-10». (12+)  
05.10 Почему? Вопросы мороздания: Бермудский треугольник. (12+)  
05.10 Монстры внутри меня. (16+)  
05.10 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)  
05.10 Верните мне красоту. (16+)  
04.20 Аномалии тела. (18+)  
03.30 Монстры внутри меня. (16+)  
04.20 В плену ненужных вещей. (12+)  
05.10 Оденься к свадьбе. (12+)

06.00, 17.10, 22.10, 23.10 Скотинги. (12+)  
07.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)  
09.00, 09.30 Доступная роскошь. (12+)  
10.00 Я вешу 300 кг. (16+)  
12.00 В плену ненужных вещей. (12+)  
13.00 7 маленьких Джонстонов. (12+)  
14.00 Оденься к свадьбе: Великобритания. (12+)  
15.00 Оденься к свадьбе. (12+)  
16.00 Поместья: новая жизнь. Возвращение. (12+)  
17.00 Оденься к свадьбе. (12+)  
18.00, 18.30 Жизнь на Карибах. (12+)  
19.00, 19.30 Доступная роскошь. (12+)  
20.00 В плену ненужных вещей. (12+)  
21.00 Экстрамана. (16+)  
22.00 Доктор «Прыщик». (16+)  
Доктор Сандра Ли - не просто один из ведущих дерматологов Америки. На YouTube ее прозвали доктор «Прыщик», и на своем канале доктор показала более тысячи процедур.  
23.00 Меня зовут Джаз. (18+)  
00.00 Монстры внутри меня. (16+)  
00.55 Барахольщики: деньги из хлама. (12+)  
01.50 Верните мне красоту. (16+)  
02.40 Аномалии тела. (18+)  
03.30 Монстры внутри меня. (16+)  
04.20 В плену ненужных вещей. (12+)  
05.10 Оденься к свадьбе. (12+)

06.00, 17.10, 22.10, 23.10 Скотинги. (12+)  
07.00, 08.30 Жизнь на Карибах. (12+)  
09.00, 09.30 Доступная роскошь. (12+)  
10.00 Я вешу 300 кг. (16+)  
12.00 В плену нен

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT	EUROSPORT
06.00, 07.00 Автоспорт. Российская серия кольцевых гонок. (0+)	01.45, 10.30 Велоспорт. «Тур Андалусии». (0+)	02.30 Велоспорт. «Тур Алгарве». 2-й этап. (0+)	
07.55 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая держава». (0+)	03.30, 08.00 Горные лыжи. Кубок мира. Стокгольм. (0+)		
08.40, 11.25 Фристайл. Кубок мира. Ски-кросс. Квалификация. Прямая трансляция из Миасса	04.00, 07.00, 11.15, 13.45 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	05.00, 08.30 Снукер. Shoot Out. (0+)	
10.45 Первый. (12+)	12.00, 17.45 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	12.00, 17.45 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	
11.10 Точка на карте. (12+)	14.45 Горные лыжи. Кубок мира. Банско. Мужчины. Комбинация. Стапол. Прямая трансляция. (0+)	14.45 Горные лыжи. Кубок мира. Банско. Мужчины. HS 130. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)	
13.30, 19.45 Футбол. Кубок ФНЛ - 2019. (0+)	16.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. Прямая трансляция. (0+)	16.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеффельд. Мужчины. HS 130. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)	
14.40, 23.05 Баскетбол. Чемпионат мира-2019. (0+)	19.00 Горные лыжи. Кубок мира. Банско. (0+)	19.00 Горные лыжи. Кубок мира. Банско. (0+)	
15.40 Автоспорт. Чемпионат России по классическому ралли. (0+)	19.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	19.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	
16.15 Парусный спорт. (0+)	20.45, 21.15 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	20.45, 21.15 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. (0+)	
16.55 Мини-футбол. Чемпионат России. Прямая трансляция	21.45 Снукер. Shoot Out. Прямая трансляция. (0+)	21.45 Снукер. Shoot Out. Прямая трансляция. (0+)	
19.00 Русский бильярд. Итоги 2018 года. (0+)			
19.55 Самые сильные. (12+)			
20.25 Специальный репортаж. (12+)			
20.40 Фристайл. Кубок мира. (0+)			
23.00 Новости. (0+)			
01.05 Мини-футбол. Чемпионат России. (0+)			
03.15 Гандбол. (0+)			
04.55 Лёгкая атлетика. (0+)			

МУЗЫКА

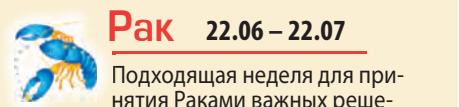
МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Сделано в 00-х. (16+)	14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+)
06.05, 08.45, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)	15.00 Битва фанклубов. (16+)
06.20 10 самых горячих клипов дня. (16+)	16.00 Засеки звезды. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)	16.10 Русские хиты - чемпионы пятницы. (16+)
09.00 Золотая дюжина. (16+)	17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)	18.15 Золотая лихорадка. (16+)
10.30 10 самых горячих клипов дня. (16+)	19.00 Русский чарт. (16+)
11.20 Отпуск без путевки. Крым. (16+)	20.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. (16+)
12.20 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	21.30 Танцпол. (16+)
	22.40 Неспринер. (16+)
	02.00 Золотая лихорадка. (16+)

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЕТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 18 ПО 24 ФЕВРАЛЯ



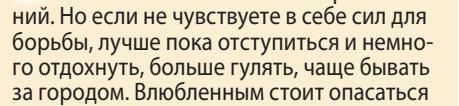
**Рыбы 19.02 – 20.03**

Для Рыб-консерваторов время не самое подходящее. А вот тем, кто сумеет проявить инициативу, не-пременно повезет. Общительность и умение ладно говорить тоже придутся кстати. Одноким Рыбам звезды могут подкинуть романтическую встречу. Не теряйтесь.



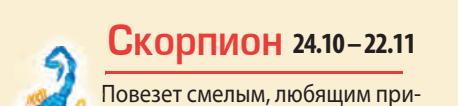
**Овен 21.03 – 20.04**

Неделя плодотворных идей и креативных решений для Овнов. Если вы готовы подстраиваться под обстоятельства, можете смело браться за новые проекты, «ввязываться» в общесемейные авантюры. В любви на первый план выйдет забота друг о друге.



**Лев 23.07 – 22.08**

Львам стоит больше времени уделять домашним делам и семейным проблемам. Теплое общение с детьми и забота о старшем поколении подарят мир душе. Подходящее время, чтобы возобновить отношения с «потерявшимися» на какое-то время людьми.



**Скорпион 24.10 – 22.11**

Повезет смелым, любящим приключения и верящим в свою счастливую звезду. Вам это свойственно? Тогда вперед! Что кажется новых романтических знакомств, они могут оказаться бесперспективными. Но ваше счастье уже не за горами, потерпите немножко.



**Козерог 22.12 – 20.01**

Продуктивный в деловом плане период ожидает Козерогов. Неделя подходит для заключения сделок и важных договоров. А вот для романтического общения время непростое. Влюбленные будут склонны относиться друг к другу слишком критически.

www.skyce-clinique.ru

ЛИЦ, ЛО-77-01-003226

**СТОМАТОЛОГИЧЕСКАЯ КЛИНИКА**

НАМ 8 ЛЕТ!

«СКАЙС»

УДАЛЕНИЕ БЕСПЛАТНО ПРИ ПРОТЕЗИРОВАНИИ

МИНИ-ИМПЛАНТАЦИЯ ЗУБОВ

от 19 000 руб.

КОНСУЛЬТАЦИЯ БЕСПЛАТНО

СКИДКА НА ЛЕЧЕНИЕ 25%

СКИДКА НА ПРОТЕЗИРОВАНИЕ 10%

Реклама

ПРОДОЛЖАТЬ РУБЛЮ ПРОТИВОДОКАЗАНИЯХ

М. «Алтуфьево», Алтуфьевское ш, д. 78

+7 (499) 908-66-33 +7 (985) 777-80-01

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

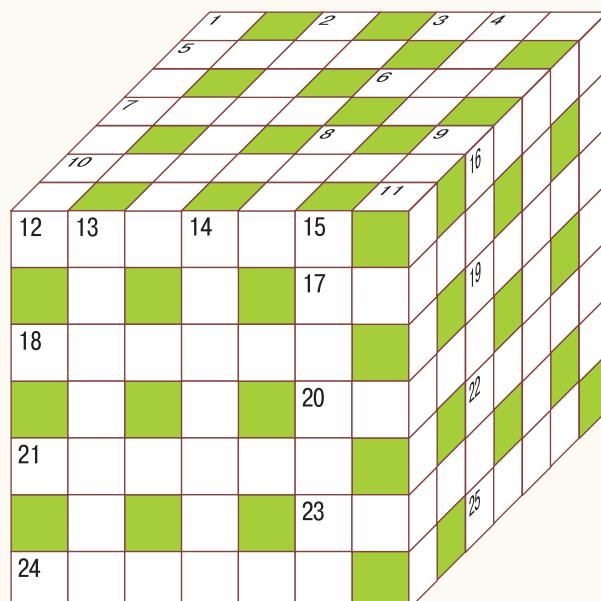
МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+)	05.00, 16.00 «Котики, вперед!» (0+)	05.00, 07.35, 12.00 «Пёс Пэт». (6+)	05.00, «Ранние пташки», «Добрый Кото», «Смешарики», «Волшебный фонарь». (0+)
06.25, 15.25, 23.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	05.45 «Мини-Магнеты». (0+)	06.55 «Плэс-класс». (0+)
07.00 «Малышарики». (0+)	06.15, 10.30 «Дружные мопсы». (0+)	06.40 «Зак Шторм - Суперприят». (6+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
07.30 «Деревяшки». (0+)	08.00, 11.00 «Герои в масках». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	08.30, 11.30 «Удивительная Виз». (6+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)	07.40 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
08.30 «Четверо в кубе». (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	08.05 «Непоседа Зу». (0+)	08.05 «Непоседа Зу». (0+)
09.00, 23.00 «Иоко». (0+)	10.00 «Елена - принцесса Авала». (0+)	09.20 «Букварий». (0+)	09.20 «Букварий». (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	10.00 «Хранитель Лев». (0+)	10.00 «Букварий». (0+)	10.00 «Букварий». (0+)
10.00, 17.10 «Фиксики». (0+)	12.20 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	11.00 «Суперкрывь». (0+)	11.00 «Суперкрывь». (0+)
10.30, 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	12.45 «Алиса знает, что делать!». (6+)	11.40 «Машинки», «Машинки и летающие звери». (0+)	11.40 «Машинки», «Машинки и летающие звери». (0+)
11.00, 19.00 «Бобр добр». (0+)	13.25 «Пришельцы в доме». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)	12.15 «Тобот Атлон». (6+)
11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	21.20 «Унесённые призраками». (12+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели». (6+)	12.40 «Трансформеры. Боты-спасатели». (6+)
12.00, 17.45 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	Признанный шедевр японской анимации переносит зрителей в загадочную страну, населенную волшебными существами. Простые смертные могут попасть сюда только одним путем - через разрушенный старый тоннель.	13.00 «Барбоскины». (0+)	13.00 «Барбоскины». (0+)
12.45, 20.15 «Маша и Медведь». (0+)	23.50 «ПЛЕГЕНА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)	14.00 «Навигатор. У нас гости!». (0+)	14.00 «Навигатор. У нас гости!». (0+)
13.00, 21.00 «Барбоскины». (0+)	03.45 «Звёздные Войны: Силы Судьбы». (6+)	14.10 «Лауреат третьей степени международного вокального конкурса молодых исполнителей «Весёлый ветер» имени Дунаевского! Вокалист, актёр, любитель кубика Рубика и рисования! В гостях у Яны и Стеши - Илья Парфёнов!	14.10 «Лауреат третьей степени международного вокального конкурса молодых исполнителей «Весёлый ветер» имени Дунаевского! Вокалист, актёр, любитель кубика Рубика и рисования! В гостях у Яны и Стеши - Илья Парфёнов!
13.25, 21.25 «Волшебный фонарь». (0+)	04.15 Музыка. (0+)	14.55 «Супер4». (6+)	14.55 «Супер4». (6+)
13.55 «Домики. Башни Петра». (0+)	05.00 «Доктор Малышкина». (0+)	15.50 «Вкусняшки шоу». (0+)	15.50 «Вкусняшки шоу». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	08.10 «Даша - путешественница». (0+)	16.05 «Клуб Винкс». (6+)	16.05 «Клуб Винкс». (6+)
14.25, 22.25 «Смешарики». (0+)	08.15 «Весёлый алфавит». (0+)	16.30 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)	16.30 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+)
14.50 Мультифильмы. (0+)	09.00 «О! Музыка». (0+)	16.45 «Барби: Дримтопия». (0+)	16.45 «Барби: Дримтопия». (0+)
08.39 «Веселая карусель». (0+)	10.00 «Диколесье». (0+)	17.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)	17.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
08.48, 09.42, 15.20, 20.13, 21.28 Мультифильмы. (0+)	10.10 «Пластилиники». (0+)	18.05 «Пластилиники». (0+)	18.05 «Пластилиники». (0+)
09.50, 15.15, 16.26, 16.51, 20.55, 22.19 Мультифильмы. (0+)	11.15 «Космическое путешествие». (0+)	18.10 «Дрэбжа - это чудо!». (0+)	18.10 «Дрэбжа - это чудо!». (0+)
10.51, 11.52, 14.33, 18.12 «Сердце». (0+)	12.00, 22.30 «Давай рисовать!». (0+)	19.00 «Монкчики». (0+)	19.00 «Монкчики». (0+)
10.51, 14.10, 17.49 «Смурфики». (0+)	12.25 «Свинка Пеппа». (0+)	19.25 «Лунтик и его друзья». (0+)	19.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
11.28, 20.27, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета!». (0+)	13.55 «Весёлый алфавит». (0+)	20.20 «Деревяшки». (0+)	20.20 «Деревяшки». (0+)
11.28, 20.27, 23.03 «Колобанга. Только для пользователей интернета!». (0+)	20.00 «Дике скрипичи!». (6+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
11.57, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	21.55 «Пластилиники». (0+)	20.45 «Казачинский патруль». (6+)	20.45 «Казачинский патруль». (6+)
11.57, 17.00, 22.38 «Смешарики». (0+)	22.00, 22.35 «Три кота». (0+)	22.30 «Дикие скрипичи!». (6+)	22.30 «Дикие скрипичи!». (6+)
12.21, 18.54, 23.45 Почеки. (6+)	00.20 «Алиса знает, что делать!». (6+)	22.50 «Бен 10». (12+)	22.50 «Бен 10». (12+)
12.35, 19.08, 23.45 Почеки. (6+			



РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 02.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 07.30 «Крепость: щитом и мечом». (6+) 09.00 «ВО ИМЯ КОРОЛЯ». (16+) 11.20 «ОГРАБЛЕНИЕ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ». (12+) 13.30 «ШАЛЬНАЯ КАРТА». (16+) 15.20 «ЗАЩИТНИК». (16+) 17.10 «МЕХАНИК». (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+) 08.00 ТНТ Music. (16+) 08.30 «ОСТРОВ». (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.00 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+) 20.00 Песни. (16+) 22.00 «Пятилетие Stand Up». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 «ТРИ БАЛБЕСА». (12+) 02.30 ТНТ Music. (16+) 02.55 «БОЛЬШОЙ ГОД». (12+) 04.30 «Открытый микрофон». (16+) 06.00 «ХОР». (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+) 08.00 ТНТ Music. (16+) 08.30 «ОСТРОВ». (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.00 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.00 «ПОЛИЦЕЙСКИЙ С РУБЛЁВКИ». (16+) 20.00 Песни. (16+) 22.00 «Пятилетие Stand Up». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 «ТРИ БАЛБЕСА». (12+) 02.30 ТНТ Music. (16+) 02.55 «БОЛЬШОЙ ГОД». (12+) 04.30 «Открытый микрофон». (16+) 06.00 «ХОР». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.00 «МОЙ ДОМАШНИЙ ДИНОЗАВР». (12+) 11.15 «МОСТ В ТЕРАБИТИЮ». (0+) 13.15 «СЕРДЦЕ ДРАКОНА». (12+) 15.15 США, 1996 г. 19.00 «КИНГ КОНГ». (12+) 21.45 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР». (12+) 00.15 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (12+) 02.00 «ПОД ПЛАНЕТОЙ ОБЕЗЬЯН». (12+) 03.45 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+) 05.15 «Войны будущего. Пророчества генерала». (16+)	06.00 «АПОСТОЛ». (16+) 11.15 «СВОЛОЧИ». (16+) 13.30 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+) Россия, 2011 г. Боевик. В ролях: Роман Курцын, Вадим Цаплати. Эта история произошла в начале 21-го века в Панкисском ущелье. На границе республики Ичкерии и Грузии скапливались бандформирования. 17.30 «ЛЕГЕНДЫ О КРУГЕ». (12+)	06.00 Футбол. «Вердер» - «Штутгарт». (0+) 08.00 Все на футбол! (12+) 08.30 Футбол. «Милан» - «Эмполи». (0+) 10.20 Спецрепортаж. (12+) 10.40 12.30, 17.25 Новости 10.50 Биатлон. Чемпионат Европы. Пр.тр. 12.35, 13.45, 00.25 Все на Матч! 12.55, 15.55 Футбол. турнир «Кубок Легенд-2019». Пр.тр. 14.10 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Скиатлон. Мужчины. Пр.тр. 16.50 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Прыжки с трамплина. Пр.тр. 17.30 Санный спорт. Кубок мира. Женщины. (0+) 18.10 Футбол. «Севилья» - «Барселона». Чемпионат Испании. Пр.тр. 20.10 Биатлон. Чемпионат Европы. Спринт. Женщины. (0+) 22.25 Футбол. «Фрозиноне» - «Рома». Чемпионат Италии. Пр.тр. 00.45 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Бобслей. Женщины. 2-я попытка. Пр.тр. 01.45 Бобслей и скелетон. Кубок мира. Бобслей. Двойки. 2-я попытка. Пр.тр. 02.35 Конькобежный спорт. Ч(0+) 03.10 Гандбол. (0+) 05.00 Смешанные единоборства. Bellator. (16+)	06.30, 18.00, 23.10 «6 кадров». (16+) 07.55 «УЛЬБНИСЬ, КОГДА ПЛАЧУТ ЗВЁЗДЫ». (16+) 09.50 «ЛУЧШЕЕ ЛЕТО НАШЕЙ ЖИЗНИ». (16+) Россия, 2011 г. Мелодрама. В ролях: Анна Здор, Вл. Фекленко. Когда-то Маша приехала в Москву из провинции. Она ещё молода, привлекательна, воспитывает дочь, её карьера на телевидении сложилась удачно. 14.15 «ЛЕКАРСТВО ДЛЯ БАБУШКИ». (16+) 19.00 «ТОТ, КТО РЯДОМ». (16+)	00.30 «ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ». (16+) 02.25 «Москвички». (16+) 05.35 «Домашняя кухня». (16+)		
 США, 2010 г. Боевик. В ролях: Джейсон Стэтхэм, Бен Фостер, Тони Голдуин. Артур Бишоп по прозвищу «Механик» - элитный киллер, никогда не допускающий промашек в своей работе. Он подтвердил своё хладнокровие и умение даже тогда, когда ему было поручено убить своего друга. 19.00 «МЕХАНИК: ВОСКРЕШЕНИЕ». (16+) 21.00 «ПЛАН ПОБЕГА». (16+) 23.00 «ПЛАН ПОБЕГА-2». (18+) 00.50 «ПАРОЛЬ «РЫБА-МЕЧ». (16+)	 США, 1993 г. Однажды профессор Джон Хаммонд обнаружил способ воссоздания динозавров посредством генной инженерии - с помощью клонирования. Генетический материал он нашёл в комарах, которые миллионы лет назад пили кровь динозавров. 21.45 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР». (12+) 00.15 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (12+) 02.00 «ПОД ПЛАНЕТОЙ ОБЕЗЬЯН». (12+) 03.45 «12 РАУНДОВ: БЛОКИРОВКА». (16+) 05.15 «Войны будущего. Пророчества генерала». (16+)	 Россия, 2011 г. В главных ролях: Юрий Кузнецов-Таёжный, Александр Домогаров, Иван Доброров. Фильм рассказывает о судьбе барда Михаила Круга, такого близкого и знакомого миллионам и в то же время до конца неизвестного русского певца и поэта «Улетное видео». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 23.30 «КЛОНДАЙК». (16+) 04.40 «Мультифильмы». (0+)	 Россия, 2016 г. Детектив. В ролях: Мария Иващенко, Максим Щеглов. Во время циркового представления молодая акробатка Лиза падает с высоты и получает серьёзную травму. 00.30 «ФОРМУЛА СЧАСТЬЯ». (16+) 02.25 «Москвички». (16+) 05.35 «Домашняя кухня». (16+)						

КУБ

**По горизонтали: 3.**  
Враг просвещения. **5.**  
Травма игравшего с  
огнем. **6.** «Охающая»  
часть речи. **7.** Один  
из братии. **9.** Пыхтя-  
щее судно. **10.** «Утеши-  
тельный» металл для  
пришедшего вторым.  
**11.** Технарь, чинящий  
движки. **12.** Решитель-  
ная попытка оты-  
граться. **16.** Пассажир  
ямщика. **17.** «Мокрое»  
устранение всемирных  
прогрессий. **18.** Гон-  
ка на всех парусах. **19.**  
Большеглазая обезьяна  
мадагаскарского граж-  
данства. **20.** «Плююще-  
ся» ядрами отверстие  
пушки. **21.** Купальник,  
которого почти не вид-  
но. **22.** Основной строй-  
материал для скелетов  
насекомых. **23.** Полуфа-  
брикат от пивовара. **24.**  
Встреча на уровне пре-  
зидентов. **25.** Знак, су-  
лящий ноте повышение



**По вертикали: 1.** Должность Фурманова при легендарном комдиве Василии Ивановиче Чапаеве. **2.** Оживление пиццы в микроволновке. **3.** Монолог шизофреника. **4.** Квасник с крышкой. **5.** Приятель Гекльберри. **6.** Малина-«трубочист». **7.** Признак от далекого предка. **8.** Третий к саблисту и париристу.

Ortretbil. **lo topnoshcheni**: 3. Očegypatřit 5. Žouřit 6. Nezkažomotře. /  
Nhorok. **lo temnoxap**: 10. Čegepdo. 11. Motopřekl. 12. Peprah. 16. Žeapdo. 17.  
Djalon. 18. Perařa. 19. Jemnypž 20. Kepndo. 21. Dinknch. 22. Xnithn. 23. Cy-  
no. 24. Camnrt. 25. Nnēs. **lo betnražen**: 1. Konomcap. 2. Dlouhorepě. 4.  
Bpeča. 8. Kogah. 9. Tom. 13. Ekebenra. 14. Atabnem. 15. Unažnck. /

# СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО-ЛЮКС»

[www.dento-lux.ru](http://www.dento-lux.ru)

## «ДЕНТО-ЛЮКС»

Нам  
14 лет

## ВЕСЬ СПЕКТР УСЛУГ

ЦЕНЫ ДЛЯ ПРЕДЪЯВИТЕЛЯ КУПОНА:

- Консультация, диагностика, составление комплексного плана лечения ..... **бесплатно**
  - Пломба (светоотверждаемая, пр-ва США) ..... **от 500 р.**
  - Металлокерамическая коронка (ед.) ..... ~~3300~~ **2 900 р.**
  - Съемный протез (отеч.) ..... ~~8 500~~ **7 500 р.**
  - Безметалловая коронка, **ВИНИР** (диоксид циркония, Имакс) ..... ~~16 000~~ **9 500 р.**
  - Установка импланта ..... ~~24 000~~ **18 000 р.**
  - Панорамный рентген ..... **470 400 р.**
  - Компьютерная томография зубов 3D ..... **2500 1500 р.**
  - Отбеливание Zoom 4 (ZOOM – White Speed) ..... **21 000 17 850 р.**

\*Акция действительна до 28.02.19. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по телефону у администраторов клиник.

подарочные  
сертификаты  
скидка 10%

## РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ! Скидки действуют при оплате наличными!

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

000 «Денто-Люкс» Лиц. № ДО-77-01-017255; № ДО-77-01-005014. Реклама

ООО «ДентоЛюкс» лиц. № ЛО-77-01-17253, № ЛО-77-01-00364. Реклама

• Имею ся приговоры о казании, проконсультиру ЕСБУ

Page 1 of 1

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)	06.20 «ЧЕМПИОНЫ: БЫСТРЕЕ, ВЫШЕ, СИЛЬНЕЕ». (6+)	05.10 «ЖЕНЯ, ЖЕНЕЧКА И «КАТЮША». (12+) СССР, 1967 г.	06.00, 10.05, 10.30, 11.00, 11.30, 12.00, 12.30, 13.00, 13.30, 14.00, 14.30, 15.00, 15.30, 16.00, 16.30, 17.00, 17.30, 18.00, 18.30, 19.00, 19.30 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	06.00 «КАМЕННЫЙ ЦВЕТОК». (12+)
08.10 «МУЗА». (16+)	08.20 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)	06.40 «ЩИТ И МЕЧ». (12+) СССР, 1968 г. В ролях: Станислав Любшин, Олег Янковский, Юозас Бурдайтис	06.30 «КОЕ-ЧТО ЕЩЕ». (16+)	06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)
10.10 «Хранитель Луны». Мультфильм. (0+)	10.55 «БАРМЕН». (16+)	13.00 «ШТРАФБАТ». (16+) Сериял. Россия, 2004 г. В ролях: Алексей Серебряков, Юрий Степанов, Александр Баширов, Роман Мадянов, Алексей Жарков	08.20 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	06.30 Союзники. (12+)
11.50 «ОБЕЩАНИЕ». (16+)	12.45 Старое доброе кино. «ХРАНИ МЕНЯ, МОЙ ТАЛИСМАН». (12+)	22.50 «ТАЁЖНЫЙ РОМАН». (16+)	09.05 Такие разные. (16+)	07.05 Такие разные. (16+)
14.25 «МОШЕННИКИ». (12+)	14.15 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ-3: ПРИВЕТ, ВЗРОСЛАЯ ЖИЗНЬ». (12+)	Россия, 2001 г. В ролях: Алексей Гусков, Марат Башаров, Ольга Будина	09.25, 02.30 Наше кино. Невдающиеся. Олег Янковский. (12+)	07.35 Секретные материалы. (16+)
16.25 «ПОСЛЕДНЯЯ ЛЮБОВЬ НА ЗЕМЛЕ». (16+)	16.20 «СТАЛИНГРАД». (12+)	01.20 «ЕГЕРЬ». (16+)	10.00 Орел и Решка.	08.00 Орел и Решка.
18.15 «БЕЛФЕГОР - ПРИЗРАК ЛУВРА». (12+)	18.50 «ФОТО НА ПАМЯТЬ». (16+)	03.05 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПЬЕСА ДЛЯ МЕХАНИЧЕСКОГО ПИАНИНО». (12+)	11.00 Орел и Решка.	05.00 Мультфильмы. (12+)
20.10 «ДАР». (16+)	20.20 «ВЫСОЦКИЙ. СПАСИВО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)	04.50 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	12.00 Орел и Решка.	06.30 Орел и Решка.
США, 2000 г. В ролях: Кейт Бланшетт, Кэти Холмс, Киану Ривз, Джованни Ризби, Грет Киннер	22.50 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)	05.00 «КОРОЛЕВСКИЙ РОМАН». (16+)	13.00 Орел и Решка.	07.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
22.30 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)	01.25 «КОНВЕРТ». (16+)	02.40 «ОГРАБЛЕНИЕ КАЗИНО». (16+)	14.00 Я твое счастье. (16+)	08.00 «Я СРАЖАЮСЬ С ВЕЛИКАНАМИ». (16+)
США, 2008 г.	02.50 «КРАЙ». (16+)	03.05 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	15.00 Орел и Решка.	08.55 Ой, мамочки! (12+)
01.25 «К ЧЕМУ-ТО ПРЕКРАСНОМУ». (18+)	04.50 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	04.50 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	16.00 Новости	09.00 «Я СРАЖАЮСЬ С ВЕЛИКАНАМИ». (16+)
03.35 «ЧЕГО ХОДЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)			16.15 «ЩИТ И МЕЧ». (16+)	09.25 10-кино. «СТРАШНО КРАСИЧ». (16+)

Иллюзион+	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOXlife	FOX LIFE
01.35 «ОТСТУПНИКИ». (16+)	01.05 «БУМЕР». (16+)	00.10 «С ЛЮБОВЬЮ, РОЗЫ». (16+)	08.00, 08.20, 08.40, 13.50, 05.30, 05.55, 06.15	09.05, 09.15, 09.20 Джейми Оливер: Готовим вкусно и недорого. (12+)
04.00 «ЖЕСТОКИЕ МЕЧТЫ». (18+)	02.55 «ДОМИК В СЕРДЦЕ». (12+)	02.15 «ДРУЖБА И НИКАКОГО СЕКСА?». (16+)	«МИК». (16+)	10.40, 11.25 Джейми Оливер: Гастрономическая революция. (12+)
05.40 «ПОСЛЕ ПРОЧТЕНИЯ СХЕЧЬ». (16+)	06.05 «НЕ СВАДЕБНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ». (12+)	04.00 «ПРОСЧУВШИСЬ В РИНО». (16+)	12.10, 13.00 Итальянская кухня с Джейми Оливером. (12+)	11.35 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)
07.15 «ВОСТОЧНАЯ СКАЗКА». (16+)	07.45 «ТОЧКА НЕВОЗВРАТА». (16+)	05.40 «СВАДЕБНЫЙ ПЕРЕПОЛОХ». (16+)	14.15, 15.00, 15.45, 16.30, 17.15, 23.00, 23.45, 00.25, 01.10 «КАСЛ». (16+)	14.15, 15.00, 15.45, 16.30, 17.15, 23.00, 23.45, 00.25, 01.10 «КАСЛ». (16+)
08.55 «ГЕРАКЛ: НАЧАЛО ЛЕГЕНДЫ». (16+)	09.45 «ОВЕЧКА ДОЛЛИ БЫЛА ЗЛАЯ И РАНО УМЕРЛА». (16+)	07.40 «ПРОДОВОЛЬСТВИЕ». (12+)	18.00, 20.50 «ЭТО Мы». (16+)	18.00, 20.50 «ЭТО Мы». (16+)
10.30 «МИСС МЕДОУЗ». (16+)	11.50, 12.45, 13.45, 14.35, 15.35, 16.25, 17.20, 18.10, 19.05, 19.55, 20.50, 21.45 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)	09.20 «ЭЙР АМЕРИКА». (16+)	18.40, 19.25, 20.10 «СКОРПИОН». (16+)	19.05, 19.55, 20.50, 21.45 «РАЗВЕДЧИЦЫ». (16+)
11.55 «ЗНАМЕНИТОСТЬ». (16+)	13.55 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)	11.35 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)	21.35 «ДЕВУШКА В КНИГЕ». (16+)	13.55 «ВСЕ О МУЖЧИНАХ». (16+)
13.50 «РОМЕО И ДЖУЛЬЕТТА». (12+)	15.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)	17.30 «АГЕНТ 117: МИССИЯ В РИО». (16+)	01.50, 02.35, 03.20, 04.05, 04.50 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)	15.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)
15.30 «ТЫ НЕ Ты». (16+)	15.30 «ГОСПОЖА ГОРНИЧНАЯ». (12+)	19.30 «ЗАЧЕТНЫЙ ПРЕПОД». (16+)	06.35, 07.20 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	17.30 «АГЕНТ 117: МИССИЯ В РИО». (16+)
17.10 «ПРИРОДЕННЫЙ ГОНЩИК». (16+)	17.30 «ДЖУЛИ И ДЖУЛИЯ: ГОТОВИМ СЧАСТЬЕ ПО РЕЦЕПТУ». (16+)	21.50 «ЗАЧЕТНЫЙ ПРЕПОД-3». (16+)	07.20 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)	19.30 «ЗАЧЕТНЫЙ ПРЕПОД». (16+)
18.45 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)	22.40 «ПЕРЕГОН». (16+)			
20.30 «ЭЙР АМЕРИКА». (16+)				
22.25 «ЭМПАЙР СТЕЙТ». (16+)				
23.55 «ОГРАБЛЕНИЕ КАЗИНО». (18+)				

ФЕНИКС+КИНО	TV 21 ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ОХОТНИКИ ЗА БРИЛЛИАНТАМИ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЖЕНСКИЙ РАЙ». (16+)	00.40 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)	00.30, 01.25, 02.15, 03.10, 04.00, 04.50, 05.30, 06.15, 07.10 «ТРИНАДЦАТЫЙ ГОРЫ». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ-2». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «МАНДАРИН». (16+)	02.35 «ПОКА СТОЯТ ГОРЫ». (16+)	02.35 «ПОКА СТОЯТ ГОРЫ». (16+)
Сериал: Россия, 2009 г. В ролях: Анна Снаткина, Прохор Дубравин	Комедия, Италия, 1972 г.	04.25 «ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ». (16+)	04.25 «ПРО УРОДОВ И ЛЮДЕЙ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.30, 20.30, 04.30 «АЛЕКСАНДРА». (16+)	06.15 «ПЛАПА». (16+)	06.15 «ПЛАПА». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «УЛЬЯВА ПЕРСМЕШНИКА». (16+)	14.10, 22.10, 06.10 «ХОРОШАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)	08.05 «КОРТИК». (6+)	08.05 «КОРТИК». (6+)
14.00, 22.00, 06.00 «МЕТОД ФРЕЙДА». (16+)	14.20, 22.20, 07.00 «ХОРОШАЯ ЖЕНЩИНА». (16+)	12.30 «ДВА ГУСАРА». (16+)	12.30 «ДВА ГУСАРА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-3». (12+)	15.45, 23.45, 07.45 «ТАРАС БУЛЬБА». (16+)	15.05 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (6+)	15.05 «РАЙСКИЕ ПТИЦЫ». (6+)

## УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
00.15 Профпригодность. (12+)	02.55 Сезон охоты. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
00.45 Букварь дачника. (12+)	03.25, 23.35 Егерский кордон. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стrectchinga. (12+)
01.00, 04.50, 07.00, 10.25, 12.45, 15.25 Гвоздь в стень. (12+)	03.50 Стрелковый спорт. (16+)	01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
01.25 Безопасность. (12+)	04.05 Смертный улов. (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корлан. (12+)
01.55 Кухня народов СССР. (12+)	04.50 Охотниче оружие. Вопросы эксперту. (16+)	02.00, 10.00, 21.00 Хорошая американская еда с Натаном Лионом. (6+)
02.05 Клумба на крыше. (12+)	05.05 Кулинарное путешествие с Сережем Марковичем. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
02.20 Урожай на столе. (12+)	05.30 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)	Доступные и эффективные тренировочные комплексы, рекомендации по питанию и позитивный настрой от самого популярного бодибилдера нашей страны.
02.45 История усадеб. (12+)	05.45 Дело вкуса. (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
03.15 Старинные русские усадьбы. (12+)	06.00, 22.35 Территория льда. (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тепло с Русланом Байрамовым. (12+)
03.40 Секреты стиля. (12+)	06.30, 23.05 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)	04.00, 06.00, 08.00, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.10 Сам себе дизайнер. (12+)	07.00 Поймать монстра. (12+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
04.20 Домашняя косметика! (12+)	07.45 Охотчины традиции и этика. (16+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
04.35 Баня - женского рода. (12+)	08.00, 19.30 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)	05.30, 07.30, 09.30, 20.30 Боди-балет. (12+)
05.20 Сравнительный анализ. (16+)	08.30, 20.00 Охотник-одиночка. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
05.45 Чужезмы. (12+)	09.00 Зоопарк. (16+)	12.00 Fit BO+. (6+)
06.00, 06.15, 09.50, 10.10, 11.40, 11.55, 14.20, 14.35, 16.40, 16.55 Инструменты. (12+)	09.30 На рыбалку с охотой. (12+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
06.30, 09.20, 12.10, 14.55, 17.15 Дачных дел мастер. (12+)	10.05, 21.35 Рыбалка сегодня. (16+)	18.45 Проблемные зоны. Экспресс-курс. (6+)
07.25, 10.50, 16		

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT 1
06.00, 06.55 Автоспорт. Российской серия кольцевых кубков. (0+)	01.45, 02.45 Велоспорт. (0+)	03.30, 06.00 Прыжки на лыжах с трамплина. (0+)
07.50 Mac-рестлинг. (0+)	04.15, 07.00 Супербайк. Этап чемпионата мира. Прямая трансляция. (0+)	07.00 «Лео и Тиг». (0+)
08.55 Мини-футбол. Чемпионат России. (0+)	05.00, 09.00 Снукер. Shoot Out. (0+)	08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
10.55 Фристайл. Кубок мира. Ски-кросс. Прямая трансляция из Миасса	06.30 Супербайк. Этап чемпионата мира. (0+)	08.30 «Защитники». (0+)
12.20, 13.05, 21.45, 22.35, 01.20, 02.10 Санный спорт. Кубок мира. (0+)	10.25 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)	10.25 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
13.50, 15.15 Санный спорт. Кубок мира. Женщины. Прямая трансляция из Сочи	12.05, 21.30 «Четверо в кубе. Важные правила». (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)
14.45 Вид сверху. (0+)	14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	12.50 «Город героев: Новая история. Возвращение Баймакса». (6+)
16.10 Специальный репортаж. (12+)	18.00 «Консунги. Чудеса каждый день». (0+)	13.45 «Финес и Ферб: кино. Покорение 2-ого измерения». (6+)
16.25 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. «Ростов-Дон» (Россия) - «Мец» (Франция). Прямая трансляция	19.00 МУЛЬТпремьера! «Лунтик и его друзья: Сказочный злодей», «Деревяшки. Туки-Туки-Бум», «Ми-Ми-Мишки: Настоящие дружьи». (Четверо в кубе. Важные правила), «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь. Чудо-шкф», «Маша и Медведь. Вся жизнь – театр», «Простоквашино. Вишневая феерия». (0+)	15.25 «Астерикс и викинги». (6+)
18.15 Баскетбол. Чемпионат мира-2019. (0+)	20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Кот Леопольд», «Кольябельные миры». (0+)	16.55 «Астерикс: Земля Богов». (12+)
20.15 Фристайл. Кубок мира. Ски-кросс. (0+)	21.00 «Барбоскины». (0+)	18.45 «Звёздные Войны: Сопротивление». (6+)
23.25 Парусный спорт. Национальная парусная лига 2018. В этап. (0+)	20.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. (0+)	Главный герой мультсериала – юный Казуда Зион – совсем недавно вступил в ряды Сопротивления, но уже выполняет важную миссию. Его цель – узнать, что замышляет Первый Орден.
00.30 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая держава». (0+)	21.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. Прямая трансляция. (0+)	19.30 «Танки». (0+)
03.00 Точка на карте. (12+)	23.45 Снукер. Shoot Out. Прямая трансляция. (0+)	22.00 «ЖИВАЯ СТАЛЬ». (12+)
03.15 Лёгкая атлетика. (0+)		03.00 «Чудесные призраками». (12+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 PRO-новости. (16+)	13.00 Ко Дню Защитника Отечества. Юбилейный концерт Иосифа Кобзона. (16+)
05.15 Top 30 - русский кругляк недели. (16+)	14.15 Карабинг. (16+)
07.20 Засеки звезду. (16+)	Настоящий караоке-клуб у вас дома!
Развлекательно-игровое шоу.	15.30 Юбилейный концерт группы «Любэ» в Кремле. (16+)
07.25 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	17.30 Сделано в 90-х. (16+)
08.35 PRO-новости. (16+)	18.30 Тор 30 - русский кругляк недели. (16+)
08.50 Золото. (16+)	21.00 «Жара» в Баку. Большой гала-концерт. (16+)
10.20 Тор чарт Европы плюс. (16+)	23.00 Танцпол. (16+)
11.20 PRO-обзор. (16+)	00.00 Неспиннер. (16+)
12.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)	

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД)  
ФАЗЫ ЛУНЫ

18 февраля	Восход: 8 ч. 27 м. Заход: 17 ч. 57 м. Долгота дня: 9 ч. 30 мин.
Растущая Луна в знаке Льва	
19 февраля	Восход: 8 ч. 25 м. Заход: 18 ч. 00 м. Долгота дня: 9 ч. 35 мин.
Полнолуние в знаке Девы	
20 февраля	Восход: 8 ч. 22 м. Заход: 18 ч. 02 м. Долгота дня: 9 ч. 40 мин.
Убывающая Луна в знаке Девы	
21 февраля	Восход: 8 ч. 19 м. Заход: 18 ч. 05 м. Долгота дня: 9 ч. 46 мин.
Убывающая Луна в знаке Весов	
22 февраля	Восход: 8 ч. 16 м. Заход: 18 ч. 07 м. Долгота дня: 9 ч. 51 мин.
Убывающая Луна в знаке Весов	
23 февраля	Восход: 8 ч. 13 м. Заход: 18 ч. 10 м. Долгота дня: 9 ч. 57 мин.
Убывающая Луна в знаке Скорпиона	
24 февраля	Восход: 8 ч. 10 м. Заход: 18 ч. 12 м. Долгота дня: 10 ч. 02 мин.
Убывающая Луна в знаке Скорпиона	

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00 «Машины сказки», «Бюро нахodka». (0+)	06.00 «Машины сказки», «Бюро нахodka». (0+)	05.00 «Лес Пэт». (6+)	05.00 «Рыцарь Майк». (0+)
06.20 «Маша и Медведь». (0+)	06.20 «Маша и Медведь». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.55 «Пляс-класс». (0+)
07.00 «Лео и Тиг». (0+)	07.00 «Лео и Тиг». (0+)	05.45 «Мини-Малпеты». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	06.15 «Хранитель Лев». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
08.30 «Защитники». (0+)	08.30 «Защитники». (0+)	07.05 «Микки и весёлые гонки». (0+)	07.40 «Простоквашино». (0+)
09.00 «Катя и Эф. Зефельд». (0+)	09.00 «Катя и Эф. Зефельд». (0+)	10.00 «Герои в масках». (0+)	09.00 «Еда на ура!» (0+)
10.30, 12.15, 19.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зефельд. (0+)	10.30, 12.15, 19.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зефельд. (0+)	12.00 «Уходи, Единорог!» (6+)	«Еда на ура!» доступным языком расскажет детям о продуктах и их полезных свойствах. После нашего кулинарного шоу привереды, которые обычно мало едят, будут просить добавки!
12.05, 21.30 «Четверо в кубе. Важные правила». (0+)	12.05, 21.30 «Четверо в кубе. Важные правила». (0+)	12.50 «Город героев: Новая история. Возвращение Баймакса». (6+)	10.40 «Пластилиники». (0+)
14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	13.45 «Финес и Ферб: кино. Покорение 2-ого измерения». (6+)	10.45 «ТриО!» (0+)
18.00 «Консунги. Чудеса каждый день». (0+)	18.15 «Лунтик и его друзья». (0+)	15.25 «Астерикс и викинги». (6+)	Изучайте мир вместе с забавным трио! Гек, Платон и Жужа - симпатичные существа, живущие в уютном домике в городском парке. Они очень любознательны и хотят получить ответы на самые разные вопросы: как живут животные в зоопарке, откуда появляются продукты в магазине, почему наступает ночь, где можно найти красивых бабочек зимой? Когда у наших героев возникает очередной вопрос, они отправляются искать на него ответ. А потом рассказывают всё, что узнали, маленькими телезрителям!
20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Кот Леопольд», «Кольябельные миры». (0+)	21.00 «Барбоскины». (0+)	16.55 «Астерикс: Земля Богов». (12+)	Съёмы программы проходили в настоящих музеях, школах, в цирке, на корабле и даже в ракете!
21.00 «Барбоскины». (0+)		18.45 «Звёздные Войны: Сопротивление». (6+)	11.05 «Лунтик и его друзья». (0+)
23.45 Снукер. Shoot Out. Прямая трансляция. (0+)		22.00 «ЖИВАЯ СТАЛЬ». (12+)	12.15 «Оранжевая корова». (0+)
		03.00 «Чудесные призраками». (12+)	Музыкальный мультсериал про симпатичных оранжевых коров.
		04.20 Музыка на Канале Disney. (6+)	12.30 «Большие праздники». (0+)

ДЕТСКИЙ

О!	О!
04.57 «Колобанга. Только для пользователей интернета». (6+)	05.00 «Белка и Стрелка: Озорная семёйка». (0+)
06.30 «Смешарики». (0+)	07.00 «Magic Songs». (0+)
07.56 «Умная тарелка». (6+)	07.05 «Союзмультфильм». (0+)
08.06 «4 машины». (0+)	08.15, 16, 25, 22.15 «Играем вместе». (0+)
08.17 «Облачата». (0+)	08.20, 22.20 «Облачный хлеб». (0+)
08.31, 15.16 «Беседая карусель». (0+)	09.40, 13.20, 01.40 «ТриО!» (0+)
08.42, 09.15, 15.08, 15.38, 21.05 Мультифильмы. (6+)	10.00 О! Кино! «Ургфин Джос и его деревенские солдаты». (0+)
09.02 «Раз, два - дружно!» (0+)	11.25 «Мой музей». (0+)
09.58, 10.29, 10.57 Почемучка. (6+)	11.30 «Моко». (0+)
10.12, 10.43, 11.11 Почемучка. Астрономия. (6+)	13.10 «Оранжевая корова». (0+)
11.28 «Смурфики». (0+)	13.15 «Magic Songs». (0+)
13.38 «МАРТЫШКИ И ПРОДЕЛКИ». (6+)	13.35 «Питающие звери». (0+)
15.25 «Привередливая мышка». (0+)	14.45 «Мой музей». (0+)
16.24 «Ку! Кин-дза-дза». (6+)	15.50 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
18.00 «ПЕРВЫЙ ПЕС ГОСУДАРСТВА». (12+)	16.40 «Пег + Кот». (0+)
19.30, 22.47 Готовим с папой. (6+)	17.55 «Magic Songs». (0+)
19.51 «Крепость: щитом и мечом». (6+)	18.00 О! Кино! «Крепость. Щитом и мечом». (6+)
21.43 «Про бегемота, который боялся приворока». (0+)	19.10 «Мой музей». (0+)
22.01 «Про злую мачеху». (0+)	19.15 «Смешарики. Пин-код». (6+)
22.19 «Волк и семеро козлят». (6+)	22.10 «Оранжевая корова». (0+)
22.32 «Кондитор Сладкоежкина». (6+)	23.40 «Три кота». (0+)
23.08 Цирковая семья. (12+)	02.00 О! Кино! «Снежная королева». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
05.55 Выбор сильных. (0+)
06.25 «ОХОТА НА ЕДИНОРОГА». (0+)
07.50 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
08.15 Тайны сказок с Анной Ковалчук. (0+)
08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
09.00 Завет. (0+)
10.00 Я тебя люблю. (0+)
11.00, 11.30 Монастырская кухня. (0+)
12.00 И будут двое... (0+)
13.00 Я хочу ребенка. (0+)
13.30 Я очень хочу жить. Дарья Донцова. (0+)
14.30 Герои. Честные истории. (0+)
15.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

23 февраля  
Седмица сплошная. Глас 5.  
Сщмч. Харалампия и с ним  
мчч. Порфирия, Валпоса и 3 мучени

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ Культура	СТС	СТС
05.35	«ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (0+)	04.10 «СВАТЫ». (12+)	05.25 «ДВА КАПИТАНА». (0+)	05.20 «АТЫ-БАТЫ, ШЛИ СОЛДАТЫ...» (0+)	06.30 «Исполнение желаний»	06.00 Ералаш. (0+)	06.00 «Приключения Кота в сапогах». (6+)	06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)	06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+)
06.00	Новости	06.10 «Сам себе режиссёр»	07.10 «Фактор жизни». (12+)	06.40 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (0+)	07.10 «СИТА И РАМА»	07.40 «Три кота». (0+)	07.40 «Три кота». (0+)	07.40 «Три кота». (0+)	07.40 «Три кота». (0+)
06.10	«ГОЛУБАЯ СТРЕЛА». (0+)	07.00 «Смехопанорама» Евгения Петросяна	07.45 «ФАНТОМАС РАЗБУШЕВАЛСЯ». (12+)	08.00 Сегодня	09.30 «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым»	08.05 «Царевны». (0+)	08.05 «Царевны». (0+)	08.05 «Царевны». (0+)	08.05 «Царевны». (0+)
07.30	«Смешарики. Пин-код». (0+)	07.30 Утренняя почта	09.45 «Сергей Безруков. Всё через край». (12+)	08.20 «БЕЛОЕ СОЛНЦЕ ПУСТЫНИ». (0+)	10.00 «Мы - грамотеи!»	09.55 «Том и Джерри». (0+)	09.55 «Том и Джерри». (0+)	09.55 «Том и Джерри». (0+)	09.55 «Том и Джерри». (0+)
07.45	«Часовой». (12+)	08.10 Местное время. Воскресенье	10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+)	08.40 «Кто в доме хозяин?» (12+)	10.40 «ПОЛЕТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)	10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)	10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)	10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)	10.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
08.15	«Здоровье». (16+)	08.50 Юбилейный концерт, посвящённый 85-летию народного артиста СССР В.С. Ланового в Государственном Кремлёвском дворце	11.30 «События	09.25 Едим дома. (0+)	12.15 «Письма из провинции»	10.00 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ». (0+)	10.00 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ». (0+)	10.00 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ». (0+)	10.00 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ». (0+)
09.20	«Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+)	11.05 «БРИЛЛИАНТОВАЯ РУКА»	11.45 «ДОРОГОЙ МОЙ ЧЕЛОВЕК». (0+)	10.00 Первая передача. (16+)	12.45 «Диалоги о животных «ЧЕЛОВЕК В «БЬЮИКЕ». (12+)	12.15 «Франция, 1968. Иронический детектив. В ролях: Фернандель, Даниэль Дарье. Когда в городок Онфлёр в шикарном «Бьюике» прибывает импозантный мужчина по имени Арман Фавро - это вызывает естественный интерес у населения. «Эрик Булатов. Моя Третьяковка»	12.15 «Франция, 1968. Иронический детектив. В ролях: Фернандель, Даниэль Дарье. Когда в городок Онфлёр в шикарном «Бьюике» прибывает импозантный мужчина по имени Арман Фавро - это вызывает естественный интерес у населения. «Эрик Булатов. Моя Третьяковка»	12.25 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2». (0+)	12.25 «ЭЛВИН И БУРУНДУКИ-2». (0+)
10.00	Новости с субтитрами	13.10 «ДВИЖЕНИЕ ВВЕРХ».	13.45 «Смех с доставкой на дом». (12+)	10.20 Сегодня	13.25 «Чудо техники. (12+)	12.35 «Приключения Дэйва Сэвилла»	12.35 «Приключения Дэйва Сэвилла»	14.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	14.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)
10.15	Премьера. «Жизнь других». (12+)	(12+)	15.00 «Московская неделя «Хроники московского быта. Жёны секс-символов». (12+)	11.00 Чудо техники. (12+)	14.00 «У нас выигрывают!» (12+)	13.30 «Линия жизни»	13.30 «Линия жизни»	16.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)	16.30 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА-2». (12+)
11.10	«Наедине со всеми». (16+)	(12+)	15.55 «Хроники московского быта. Звездные отцы-одиночки». (12+)	11.55 Дачный ответ. (0+)	15.05 Своя игра. (0+)	14.30 «Романтика романса»	14.30 «Романтика романса»	19.05 «БУНТ УШАСТЫХ». (6+)	19.05 «БУНТ УШАСТЫХ». (6+)
12.00	Новости с субтитрами	(12+)	16.45 «Прощание. Виктория и Галина Брежневы». (16+)	12.00 Дом наших героев напоминает замок, и в нем, как и положено, живет принцесса.	16.00 Сегодня	15.00 «Новости культуры с Владиславом Фларковским «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)	15.00 «Новости культуры с Владиславом Фларковским «ИДЕАЛЬНЫЙ МУЖ». (12+)	21.00 «ПРЕМЬЕРА: «ВЕЛИЧАЙШИЙ ШОУМЕН». (12+)	21.00 «ПРЕМЬЕРА: «ВЕЛИЧАЙШИЙ ШОУМЕН». (12+)
12.15	«Олег Янковский. «Я, на свою беду, бессмертен». (12+)	(12+)	17.40 «ДОМОХОЗЯИН». (12+)	13.00 «НашПотребНадзор». (16+)	16.00 Следствие вели... (16+)	16.20 «Белая студия»	16.20 «Белая студия»	23.05 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (12+)	23.05 «ПЕРЛ-ХАРБОР». (12+)
13.10	«ВЛЮБЛЕН ПО СОБСТВЕННОМУ ЖЕЛАНИЮ». (12+)	(12+)	(12+)	18.00 «Новые русские сенсации». (16+)	17.10 «Пешком...»	22.20 «Шедевры мирового музыкального театра»	22.20 «Шедевры мирового музыкального театра»	02.35 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)	02.35 «ДЕСЯТЬ ЯРДОВ». (16+)
				19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой «ПУСТЫНЯ». (16+)	17.35 «Линия жизни»	00.45 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)	00.45 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)	04.10 «Руссо туристо». (16+)	04.10 «Руссо туристо». (16+)
				20.10 «Россия, 2015 г. Детектив. В ролях: Вера Строкова, Михаил Пшеничный. В городе происходит серия убийств.	18.30 «Романтика романса»	02.40 «Мультфильмы для взрослых»	02.40 «Мультфильмы для взрослых»	04.55 «6 кадров». (16+)	04.55 «6 кадров». (16+)
5	5-Й КАНАЛ	ЗВЕЗДА	ЗВЕЗДА	ОТР	ОТР	Москва 24	Москва 24	360°	ПОДМОСКОВЬЕ
05.00	«МАМА-ДЕТЕКТИВ». (12+)	05.30 «БИТВА ЗА МОСКВУ». (12+)	05.30 «02.05 «ГОРЯЧИЙ СНЕГ». (6+)	06.00 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 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	06.00 «Самое яркое». (16+)	06.00 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 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	06.00 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 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	06.00 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 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	06.00 07.00, 08.00, 09.00, 10.00, 11.00, 12.00, 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
05.50	10.00 «Светская хроника». (16+)	09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым	07.15 «Прекрасный полк. Натка». (12+)	08.00 «Служу России»	09.15 «Военные приемки». (6+)	10.15 «Код доступа». (12+)	11.15 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндинкиным. (12+)	12.15 «13.15 «ЖДИТЕ СВЯЗНОГО». (12+)	13.15 «Битва за Москву». (12+)
06.35	07.20, 08.10, 09.00 «Моя правда». (12+)	09.25 «Адмирал Кузнецов. Флотоводец победы». (12+)	08.30 «События	09.30 «Домашние животные с Манёвым». (12+)	10.15 «Моя история». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
11.05	«Вся правда об... обман в Интернете». (16+)	10.45 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндинкиным. (12+)	09.45 «Федоскин». (12+)	10.30 «Ребята нашего полка». (12+)	10.45 «Домашние животные с Манёвым». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
12.05	«Неспроста». (16+)	11.30 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндинкиным. (12+)	10.45 «Федоскин». (12+)	10.45 «Ребята нашего полка». (12+)	10.45 «Домашние животные с Манёвым». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
13.05	«Загадки подсознания». (16+)	12.20 «СССР, 1979. Военная драма. В ролях: С. Джакачвили, С. Тома, О. Коберидзе. 1941 год. В зоне действия крупного, партизанского отряда, оказался секретный пересыльный лагерь. Новости дня «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	10.45 «Федоскин». (12+)	10.45 «Ребята нашего полка». (12+)	10.45 «Домашние животные с Манёвым». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	Способность человека силой своей мысли влиять на окружающую реальность, самоисцеление, материализация страхов и желаний - реальность или миф?	(16+)	13.05 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	13.05 «Федоскин». (12+)	13.05 «Федоскин». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
14.05	15.05, 16.05, 17.00, 17.55, 18.55, 20.00, 21.00, 22.00, 23.00, 00.00, 00.50, 01.40, 02.30, 03.20, 04.05 «БРАТЬЯ». (16+)	14.10 «МЫ ИЗ БУДУЩЕГО». (16+)	14.10 «Федоскин». (12+)	14.10 «Федоскин». (12+)	14.10 «Федоскин». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«Способность человека силой своей мысли влиять на окружающую реальность, самоисцеление, материализация страхов и желаний - реальность или миф?	(16+)	18.00 Новости. Главное	18.30 «Вспомнить всё». (12+)	18.30 «Вспомнить всё». (12+)	11.15 «Гамбургский счёт». (12+)	12.30 «Вспомнить всё». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«Легенды советского сыска». (16+)	18.45 «Легенды советского сыска». (16+)	19.00 «Фетисов». (12+)	19.00 «ОТражение недели «СЫЩИКИ». (12+)	19.00 «ОТражение недели «СЫЩИКИ». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«Фетисов». (12+)	23.00 «Нулевая мировая». (12+)	23.45 «Календарь». (12+)	20.15 «СЫЩИКИ». (12+)	20.15 «СЫЩИКИ». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«Нулевая мировая». (12+)	23.45 «Календарь». (12+)	03.45 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)	22.00 «СЫЩИКИ». (12+)	22.00 «СЫЩИКИ». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«ШЕЛ ЧЕТВЕРТЫЙ ГОД ВОИНЫ...» (12+)	03.45 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)	04.30 «Календарь». (12+)	03.10 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)	03.10 «ПОЛЁТЫ ВО СНЕ И НАЯВУ». (6+)	12.15 «Афиша». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
	«Боевые награды Советского Союза. 1917-1941». (12+)	05.05 «Боевые награды Советского Союза. 1917-1941». (12+)	04.30 «Календарь». (12+)	03.30 «ПОВОРОТ». (12+)	03.30 «ПОВОРОТ». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	12.15 «Афиша». (12+)	13.05 «15.05 «ЖУКОВ». (12+)	14.10 «Битва за Москву». (12+)
				03.45 «Культурный обмен». (1					

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ ТВ	ДОМАШНИЙ
05.00, 02.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 «ОСТРОВ». (16+)	08.30 «ОСТРОВ. ОХ, БАЮШКИ!» (16+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.00 «Мультфильмы». (0+)	06.35 «СТРЕЛЯЮЩИЕ ГОРЫ». (16+)	06.00 Смешанные единоборства. Bellator. (16+)	06.30, 18.00, 00.00, 05.40 «6 кадров». (16+)	07.35 «ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)
06.50 «Иван Царевич и Серый Волк». (0+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	10.00 Дом-2. Остров любви. (16+)	10.00 «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+)	10.30 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА». (12+)	10.30 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-2: ЗАТЕРЯННЫЙ МИР». (12+)	07.00 Биатлон. Чемпионат Европы. Спринт. Мужчины. (0+)	07.35 «ИСТОРИЯ ЛЮБВИ». (16+)	09.20 «ПРОЦЕСС». (16+)
08.20 «Иван Царевич и Серый Волк-2». (0+)	11.00 Перезагрузка. (16+)	12.00 Большой завтрак. (16+)	13.45 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (12+)	14.15 «ПАРК ЮРСКОГО ПЕРИОДА-3». (12+)	14.15 «ТРИНАДЦАТЫЙ ВОИН». (16+)	08.40 Биатлон. Чемпионат Европы. (0+)	10.20, 12.20, 15.00, 21.00, 22.30, 00.55 Все на Матч!	13.40 «ДВИГАТЕЛЬ ВНУТРЕННЕГО СПРАВЛЕНИЯ». (16+)
09.50 «Иван Царевич и Серый Волк-3». (6+)	12.35 «ХОББИТ: ПУСТОШЬ СМАУГА». (12+)	12.35 «ХОББИТ: ПУСТОШЬ СМАУГА». (12+)	19.00 Новая Зеландия - США, 2013 г. Фэнтези. В ролях: Мартин Фриман, Ричард Армитедж. Прошляпив Гэндалфа где-то по дороге, Бильбо и его команда решительно ныряет в чащу Лихолесья и тут же запутывается в паутине. «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	16.00 Новая Зеландия - США, 2013 г. Фэнтези. В ролях: Мартин Фриман, Ричард Армитедж. Прошляпив Гэндалфа где-то по дороге, Бильбо и его команда решительно ныряет в чащу Лихолесья и тут же запутывается в паутине. «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	16.00 Новая Зеландия - США, 2001 г. Учёный-палеонтолог доктор Алан Грант принимает предложение соостоятельного предпринимателя Пола Кёрби и его жены Аманды сопровождать их во время обзорной авиаэкскурсии над печально знаменитым островом Сорна, где обитают динозавры. «ВОДНЫЙ МИР». (12+)	19.00 Новая Зеландия - США, 1999 г. Приключенческий боевик. В ролях: Антонио Бандерас, Омар Шариф. По древнему поверью, только тринадцать воинов могут одолеть звероподобного врага. Но, чтобы пророчество сбылось, один из смельчаков должен быть чужестранцем...	10.50 Биатлон. Чемпионат Европы. Пр.тр.	19.00 «Я ЗНАЮ ТВОИ СЕКРЕТЫ». (16+)
11.15 «Алеша Попович и Тугарин Змей». (12+)	16.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	19.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+)	20.45 «12 ОБЕЗЬЯН». (16+)	20.45 «12 ОБЕЗЬЯН». (16+)	20.45 «12 ОБЕЗЬЯН». (16+)	11.40, 14.50, 20.55 Новости Спецрепортаж. (12+)	11.40, 14.50, 20.55 Новости Спецрепортаж. (12+)	19.00 «ПРЕДСКАЗАНИЯ: 2019». (16+)
12.45 «Добрыня Никитич и Змей Горыныч». (0+)	22.00 Дом-2. Город любви. (16+)	22.00 Дом-2. Город любви. (16+)	23.30 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)	23.30 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)	23.30 «СЧАСТЛИВОЕ ЧИСЛО СЛЕВИНА». (16+)	12.50 Все на лыжи! (12+)	12.50 Все на лыжи! (12+)	00.30 «ВЕЧНАЯ СКАЗКА». (16+)
14.00 «Илья Муромец и Соловей-Разбойник». (6+)	00.00 Дом-2. После заката. (16+)	00.00 Дом-2. После заката. (16+)	01.45 «НАЙТИ УБИЙЦУ». (18+)	01.45 «НАЙТИ УБИЙЦУ». (18+)	01.45 «НАЙТИ УБИЙЦУ». (18+)	13.20 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Пр.тр.	13.20 Лыжный спорт. Чемпионат мира. Пр.тр.	02.25 «МОСКВИЧКИ». (16+)
15.40 «Три богатыря и Шамаханская царица». (12+)	01.05 «Такое кино!» (16+)	01.05 «Такое кино!» (16+)	02.00 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)	02.00 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)	02.00 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)	15.30 Баскетбол. Россия - Финляндия. Чемпионат мира-2019. Мужчины. Пр.тр.	15.30 Баскетбол. Россия - Финляндия. Чемпионат мира-2019. Мужчины. Пр.тр.	06.00 «ДОМАШНЯЯ КУХНЯ». (16+)
17.15 «Три богатыря на дальних берегах». (0+)	01.35 «ПОГНАЛИ!» (16+)	01.35 «ПОГНАЛИ!» (16+)	04.00 «ПСИХОКИНЕЗ». (16+)	04.00 «ПСИХОКИНЕЗ». (16+)	04.00 «ПСИХОКИНЕЗ». (16+)	17.55 Футбол. «Манчестер Юнайтед» - «Ливерпуль». Пр.тр.	17.55 Футбол. «Манчестер Юнайтед» - «Ливерпуль». Пр.тр.	06.00 «ДОМАШНЯЯ КУХНЯ». (16+)
18.40 «Три богатыря: Ход конем». (6+)	02.55 «ЗАКРЫВАТЕЛЬ АМЕРИКИ». (16+)	02.55 «ЗАКРЫВАТЕЛЬ АМЕРИКИ». (16+)	05.30 «Странные явления». (12+)	05.30 «Странные явления». (12+)	05.30 «Странные явления». (12+)	19.00 Футбол. «Ростов» - «Краснодар». Олимп-Кубок России по футболу сезона 2018-2019. 1/4 финала. Пр.тр.	19.00 Футбол. «Ростов» - «Краснодар». Олимп-Кубок России по футболу сезона 2018-2019. 1/4 финала. Пр.тр.	02.25 «ДОМАШНЯЯ КУХНЯ». (16+)
20.00 «Три богатыря и Морской царь». (6+)	03.20 «ЗУБНАЯ ФЕЯ-2». (16+)	03.20 «ЗУБНАЯ ФЕЯ-2». (16+)	06.10 «ХОР». (16+)	06.10 «ХОР». (16+)	06.10 «ХОР». (16+)	21.30 Футбол. Международный турнир «Кубок Легенд-2019». Финал. (0+)	21.30 Футбол. Международный турнир «Кубок Легенд-2019». Финал. (0+)	06.00 «ДОМАШНЯЯ КУХНЯ». (16+)
21.40 «Три богатыря и принцесса Египта». (6+)	04.40 «Открытый микрофон». (16+)	04.40 «Открытый микрофон». (16+)	05.10 «Мультфильмы». (0+)	05.10 «Мультфильмы». (0+)	05.10 «Мультфильмы». (0+)	22.55 Футбол. «Монако» - «Лион». Чемпионат Франции. Пр.тр.	22.55 Футбол. «Монако» - «Лион». Чемпионат Франции. Пр.тр.	06.00 «ДОМАШНЯЯ КУХНЯ». (16+)
23.00 «Вся правда о российской дури». Концерт Михаила Задорнова. (16+)	00.50 «Закрыватель Америки». Концерт Михаила Задорнова. (16+)	00.50 «Закрыватель Америки». Концерт Михаила Задорнова. (16+)				01.15 Бобслей и скелетон. Пр.тр.	01.15 Санный спорт. Кубок мира. Спринт. (0+)	
00.50 «Закрыватель Америки». Концерт Михаила Задорнова. (16+)						01.50 Конькобежный спорт. Чемпионат мира по (0+)	03.15 Футбол. (0+)	

## НАШ ДЕТЕКТИВ-ЗАГАДКА

Уважаемые читатели, мы предлагаем вашему вниманию детектив-загадку. Внимательно прочитав его, вы сможете сами вычислить преступника. Но для этого вам предстоит включить свою смекалку на полную.

**И**лья Сергеевич опаздывал. Впервые в жизни так зверски, бессовестно и отчаянно. А все потому, что забыл вчера поставить будильник, увлекшись разгадыванием нового японского кроссворда. Головоломка поддалась к двум часам ночи, и довольный следователь удовлетворенно нырнул в постель, забыв завести злосчастный будильник. А утром снова поиграть в прятки решил любимый шарф, будь он неладен. Словом, времени уже было ого-го, а об Илье Сергеевиче в управлении еще ни гу-гу.

**З**дорово! – влетел он в кабинет и тут же резко остановился.

Семеро здоровенных мужчин стояли спиной к двери, подпирая друг друга мощными плечами и перегораживая собой проход к рабочему месту следователя.



– А, Илья, хорошо, что ты успел со встречи вернуться, – подмигнул ему майор Быков и еле заметным кивком головы указал на присутствующее в кабинете начальство. – Как прошло?

**Н**е-нормально, – не сразу сориентировался Илья Сергеевич, но, когда понял, дело пошло веселее.

– Опознание?

– Да, хочу, чтобы ты поучаствовал. Вчера ночью один из этих деятелей ограбил ювелирный мага-

зин на площади. – Взглядом майор Быков указал на самого здоровенного детину, чьи нервные пальцы теребили пуговицу на кармане вязаной кофты.

– Есть свидетели? – живо поинтересовался Илья Сергеевич.

– Угу, – улыбнулся майор в усы, – поэт-модернист Вацлав Копечека. – Позови его, кстати, он в коридоре ожидает.

если у кого и оставалось сомнение, что это поэт, то ядовито-зеленые трико и оранжевая сумка через плечо, украшенная пером павлина, призваны были все сомнения развенчать.

– Вы можете войти, – скрывая улыбку, обратился следователь к свидетелю.

**Т**от резво соскочил со стула, ворвался в кабинет, легко просочился на его середину и, закатив глаза и драматично приложив тыльную сторону левой ладони ко лбу, нараспев произнес:

– Рывайраскне та тыр Чимол лый мимой угдр Лыези сораму Рымутюв тутзамене...

Как Илья Сергеевич понял, что подозреваемый здоровяк и поэт Вацлав Копечека – подельники в ограблении?

Ответ читайте в след. номере «Телека».

– Э-э-э, – протянул майор Быков. – Что, собственно, вы этим хотите сказать?

**П**оэт раскрыл ясные очи, глянул на майора и совершенно нормальным голосом ответил:

– Темно было, не запомнил я лица, только темный силуэт. Опознать не могу.

Майор Быков сник. А Илья Сергеевич весело взглянул на поэта:

– А мне понравились ваши стихи, – проникновенно сказал он. – Очень... информативные. А теперь можно так же красиво продекламировать, куда вы вместе с подельником спрятали награбленное?

**Любовь АНИНА**

Ответ на загадку в № 6: сосед Петуховых заверил следователя, что всю ночь работал, а по приходу домой сразу лег спать. Но ночью был сильный снегопад, а во дворе дома мужчины оказались расчищены дорожки. К тому же он знал, что у соседей ночью украли именно ульи. Но как он мог об этом узнать, если работал, а живет один?

## КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ПЕРЕМОТКА». (16+)	06.20 «ВЫСОЦКИЙ СПАСИБО, ЧТО ЖИВОЙ». (16+)	06.20 «НЕБЕСНЫЙ ТИХОХОД». (0+)	06.00 «ГОРОД ХИЩНИЦ». (16+)	06.30 «МОЙ ПЕРВЫЙ РАЗ». (16+)	06.00 «МАУГЛИ».
08.15 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+)	08.55 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)	07.50 «ИЩИТЕ ЖЕНЩИНУ». (0+)	07.50 «МОЙ ПЕРВЫЙ РАЗ». (16+)	06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)	05.00 Мультфильмы. (12+)
11.05 «ДАР». (16+)	11.30 «КОНВЕРТ». (16+)	10.40 «Иван Царевич и Серый Волк-3». Мультфильмы. (6+)	10.40 «ИСПАНСКИЙ АНГЛИЙСКИЙ». (16+)	06.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)
13.25 «ДЕВЯТКИ». (16+)	13.05 Старое доброе кино. «ВЕЧЕР НАКАНУНЕ ИВАНА КУПАЛА». (12+)	12.00 «ОПЕКУН». (12+)	10.20, 11.15, 12.10, 13.05 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)	07.05 Беларусь сегодня. (12+)	06.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)
15.30 «ЧЕГО ХОТЯТ ЖЕНЩИНЫ». (16+)	14.30 «ЕРОЙ». (12+)	13.40 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)	14.00, 14.45, 15.30, 16.15, 17.00, 17.45, 18.30, 19.15 «ОТЧАЯННЫЕ ДОМОХОЗЯИКИ». (16+)	07.05 Беларусь сегодня. (12+)	07.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (12+)
18.05 «ПЕРЕМОТКА». (16+)	16.05 «СМЕШАННЫЕ ЧУВСТВА». (16+)	15.10 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	20.00 «СЧАСТЛИВЫЙ СЛУЧАЙ». (16+)	07.35 Мультфильмы. (0+)	10.00 Мир наизнанку. (16+)
20.10 «ШОПО-КОП». (12+)	17.55 «КРАЙ». (16+)	17.00 «ДОРОГОЙ МОЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)	23.35 «РАЗРИСОВАННАЯ ВУАЛЬ». (16+)	08.05 Культура/Туризм. (16+)	12.00 Я твое счастье. (16+)
США, 2009 г. В ролях: Кевин Джеймс, Кейр ОДоннелл, Джейма Мейс, Рэйни Родригес, Ширил Найт	20.20 «НАПАРИК». (12+)	19.00 «СВОЙ СРЕДИ ЧУЖИХ, ЧУЖУЙ СРЕДИ СВОИХ». (12+)	01.55, 02.50, 03.45, 04.40 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	08.35 Мультфильмы. (0+)	09.25 Наше кино. История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)
22.05 «СЕКС В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ-2». (16+)	Россия, 2017 г. В ролях: Сергей Гармаш, Андрей Назимов	20.50 «ВОЗВРАЩЕНИЕ СВЯТОГО ЛУКИ». (12+)	05.35 Спросони. (12+)	10.00 Новости	10.00 Новости
США, 2010 г. В ролях: Сара Джессика Паркер, Ким Кэтролл, Кристин Дэвис, Синтия Никсон	22.10 «БОЙ С ТЕНЬЮ 3D: ПОСЛЕДНИЙ РАУНД». (16+)	22.40 «ТУРЦЕКИЙ ГАМБИТ». (12+)	06.00 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	10.45 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (12+)	12.30 «Приключение на плоту». Мультфильм. (0+)
00.50 «В БЕГАХ». (16+)	00.30 «ИЗМЕНА». (16+)	02.30 «ТРЕСТ, КОТОРЫЙ ПОЛНУЛ». (12+)	12.15 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	12.15 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	14.00 «ОТЕЦ СОЛДАТА». (12+)
02.40 «ЛЕДИ МАКБЕТ». (18+)	02.45 «ХОТТАБЫЧ». (16+)	04.20 «ПРИХОДИ НА МЕНЯ ПОСМОТРЕТЬ». (6+)	16.00 «Орел и Решка. По морям-3». (16+)	16.00 «Орел и Решка. По морям-3». (16+)	15.40 «ПРИВЕТ С ФРОНТА». (16+)
04.10 «СТАЛЬНЫЕ МАГНОЛИИ». (0+)			18.30 Итоговая программа «Вместе»	14.50 Орел и Решка. Мегаполисы. (16+)	17.05 200 лет Кубанскому казачьему хору. Юбилейный концерт. (12+)
			19.30 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	15.50 Орел и Решка. Перезагрузка-3. (16+)	18.10, 19.20 «ТЕАТР». (12+)
			22.30 «ГЕРОЙ». (12+)	00.00 Итоговая программа «Вместе»	20.40 «БИНО». (16+)
			00.00 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	01.00 «ГЕРОЙ». (12+)	
			01.30 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (12+)	01.30 «ЛИНИЯ МАРТЫ». (12+)	
			05.10 Наше кино. История большой любви. (12+)	03.30 «РЫЖИЕ». (16+)	
				04.30 Мультфильмы. (12+)	20.40 «БИНО ГОНГО». (16+)

## УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
00.00, 04.00, 07.45, 11.45, 15.40 Ремонт для начинающих. (16+)	00.05 Поймать монстра. (12+)	00.00, 13.30, 20.30 Фитнес по-взрослому с Еленой Санжаровской. (12+)	06.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
00.30, 04.25, 08.15, 12.15, 16.15, 20.15 Старые дачи. (12+)	00.55, 05.05, 11.10, 17.40 Водоемы России. Рыбакское водохранилище. (12+)	00.30, 03.00, 14.00, 21.00 Иогалатес. (12+)	07.00 Адская кошка. (12+)
01.00, 04.55, 20.50 Сельсовет. (12+)	01.25, 03.35, 11.45, 19.00 В Индийском океане. (12+)	01.30, 17.00 Целебная кулинария от Легги К. (6+)	08.00, 10.00 На свободу с питбулем. (16+)
01.10, 05.05, 09.05, 12.45, 21.05 Народные умельцы. (12+)	01.50 Мастер-класс. (16+)	02.00, 10.30, 16.30, 19.30 Фитнес-бутик. (12+)	09.00, 10.00 Герои среди нас. (12+)
01.40, 05.35, 09.40, 13.20, 17.35, 21.40 Миллион на чердаке. (12+)	02.35, 08.35, 19.30 Рыболовы. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 23.00 Велнес-меню. (12+)	11.00 Герои среди нас. (12+)
02.05 Клубка на крыше. (12+)	03.00, 09.05, 20.05 Зов предков. (16+)	04.00, 05.30, 07.00, 08.30 Проснись со Стасом. (12+)	12.00 Будни ветеринара. (16+)
02.20, 06.00, 10.10, 22.10 Большие идеи для маленького сада. (16+)	03.25, 09.35, 16.10, 21.05 Морская подводная охота. (16+)	04.30, 06.00, 07.30, 09.00 Утренний заряд с Димой Брагиным. (12+)	13.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
03.20, 07.05, 19.05, 23.15 Варенье. (12+)	03.55 Стрелковый спорт. (16+)	04.45, 06.15, 07.45, 09.15 Завтраки с Еленой Чазовой. (6+)	14.00 Аквариумный бизнес. (12+)
03.35, 07.15, 11.15, 15.10, 19.20, 23.35 Дизайн своими руками. (12+)	04.05, 10.25, 21.35 На охотничьи трофеи с Сергеем Астаховым. (16+)	05.00, 12.00, 20.40, 22.00 Охота в Белоруссии. (16+)	15.00 Адская кошка. (12+)
08.45, 14.55 8 ошибок огородника. (12+)	04.35, 10.40, 22.05 Охота в Белоруссии. (16+)	06.00, 12.20 Две на одного. Оружие. (16+)	16.00 На свободу с питбулем. (16+)
14.00, 18.05 Фермерская жизнь. (12+)	05.05 На охотку с охотой. (12+)	06.15, 22.55 Две на одного. Снаряжение. (16+)	17.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
16.45 Доктор Смузи. (12+)	05.20 На охотку с охотой. (12+)	06.30, 23.10 Поймай и сними. (16+)	18.00 Дикие нравы Норт Вудса. (16+)
17.05 Огород круглый год. (12+)	05.35 На охотку с охотой. (12+)	07.00, 12.15, 18.10 Дикая кухня. (12+)	19.00 Неизвестные острова: Карибы. (12+)
Ведущий программы, специалист традиционного земледелия Василий Блокин-Мечталин и постоянный эксперт канала Николай Фурсов просто и доходчиво рассказывают о садовых и огородных культурах. И не просто рассказывают, но показывают и объясняют, почему надо делать именно так.	07.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)	07.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)	20.00 Герои среди нас. (16+)
19.45 Хозяин. (12+)	08.05, 12.10, 18.10 Дикая кухня. (12+)	08.05, 12.10, 18.10 Дикая кухня. (12+)	21.00 Центр реабилитации Аманды. (12+)
В пятидесяти километрах от Москвы расположен необычный коттеджный поселок. Его отличительной особенностью - дома с колоннами. Сегодня мы побываем в гостях у хозяек дома Надежды Пановой.	13.35 Стратегия охоты с Сергеем Астаховым. (12+)	08.30, 12.30, 20.30 Территория фитнеса. Кроссфит. (12+)	22.00 Как вырастить... тигра. (12+)
16.40 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)	14.40 Егерский кордон. (16+)	09.00, 12.00, 20.30 Утренний заряд с Еленой Чазовой. (6+)	23.00 Выжить при встрече с акулой. (16+)
17.25 Первый лед - последний лед. (12+)	15.05 На рыбалку с охотой. (12+)	10.00, 12.00, 20.30 Йога для детей. (6+)	00.00 Большое приключение О'Ши. (12+)
19.45 Хозяин. (12+)	15.40, 20.35 Охота в Карабаево-Черкесии. (16+)	11.00, 16.00 Йога для детей. (6+)	01.00, 01.50, 02.40, 03.30 Спасение диких животных. (16+)
В пятидесяти километрах от Москвы расположена необычный коттеджный поселок. Его отличительной особенностью - дома с колоннами. Сегодня мы побываем в гостях у хозяек дома Надежды Пановой.	16.40 Рыбалка сегодня. (16+)	11.30, 18.00 Фитнес-коллекция. (12+)	02.40, 05.10 Полиция Феникса: Отдел по защите животных. (16+)
17.25 Первый лед - последний лед. (12+)	16.55 Универсальный фидер. (12+)	13.00, 20.00, 23.30 Территория фитнеса. Кроссфит. (12+)	03.30, 04.20 Охотники за старьем. (12+)
19.45 Хозяин. (12+)	17.25 Первый лед - последний лед. (12+)	15.00, 22.30 Опустевшее гнездо. (6+)	05.10 Крупой Чед. (12+)
	23.40 Планета охотника. (16+)	17.30, 22.00 Йога Вечер. (6+)	

## ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 «Маугли».	05.00 Мультфильмы. (12+)	05.00 Самая опасная и полезная еда в мире. (12+)	00.00 В. С. Возлюбленная солдата. (12+)
06.15 Миллион вопросов о природе. (6+)	05.20 Орел и решка. Шопинг. (16+)	05.40 Помешанные на чистоте. (12+)	01.05, 04.25, 07.05 Клуб путешественников. (12+)
06.30 Мультфильмы. (0+)	06.30 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	09.30 В стиле. (16+)	02.05, 03.15, 06.00, 09.15, 22.40, 23.35 «ЖИТИЕ ДОН КИХОТА И САНЧО». (12+)
07.05 Беларусь сегодня. (12+)	07.00 Орел и Решка. Перезагрузка. (12+)	10.00 Обмен женами. (16+)	05.25 Мультфильм. (6+)
07.35 Мультфильмы. (0+)	10.00 Мир наизнанку. (16+)	16.30 Дорогая, я забыл. (12+)	08.10, 08.20 «Приключения кузинчика Кузя». Мультфильм. (6+)
08.05 Культура/Туризм. (16+)	12.00 Я твое счастье. (16+)	16.40 Сама опасная и полезная еда в мире. (12+)	08.35 «Приходи на каток». Мультфильм. (6+)
08.35 Мультфильмы. (0+)	13.00 Всё о любви. (12+)	17.00 Папа попал. (12+)	09.05 «Пришелец в капусте». Мультфильм. (6+)
09.25 Наше кино. История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)	14.00 История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)	18.00 Папа попал. (12+)	10.35, 12.45 «ДОГРАДА ДОРОГА В ДНОНАХ». (12+)
10.15 Новости	15.00 История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)	19.00 Самая опасная и полезная еда в мире. (12+)	12.00 «Премурдый пекарь». Мультфильм. (0+)
10.45 «КИТАЙСКИЙ СЕРВИЗ». (12+)	16.00 История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)	20.00 «Приятель мартишка». Мультфильм. (0+)	12.20 «Приезжайте в гости». Мультфильм. (0+)
12.15 «ЧУДОТВОРЕЦ». (16+)	17.00 История большой любви. Фильм «Брат 2». (12+)	21.00 «Приключение на плоту». Мультфильм.	

СПОРТ

МАТЧ: НАШ СПОРТ	МАТЧ: НАШ СПОРТ	EUROSPORT 1	EUROSPORT 1
06.00 Автоспорт. (0+)	01.45, 02.45 Велоспорт. (0+)	03.30, 06.00 Супербайк. (0+)	04.00, 07.00 Супербайк.
08.05 Анатолий Тарасов. Век хоккея. (12+)	Этап чемпионата мира. Прямая трансляция. (0+)	05.00 Тележурнал <i>Watts</i> . (0+)	05.15 Суперспорт. Этап чемпионата мира. Прямая трансляция. (0+)
09.05 Вид сверху. (0+)	06.30 Суперспорт. (0+)	08.00, 11.30 Прыжки на лыжах с трамплина. (0+)	08.30, 21.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь Чудо-шкаф» (0+)
09.35, 12.55 Санитарный спорт. Кубок мира. Прямая трансляция из Сочи	07.00 «Лео и Тиг». (0+)	08.35 «Четверо в кубе. Важные правила». (0+)	08.35 «Четверо в кубе.
10.40 Точка на карте. (12+)	08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	08.50 «Простокашинко»	Важные правила». (0+)
10.55 Фристайл. Кубок мира. Ски-кросс. Прямая трансляция из Миасса	08.30 «Маша и Медведь». (0+)	10.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+)	08.50 «Простокашинко»
12.25, 19.55, 01.40 Санитарный спорт. Кубок мира. (0+)	09.00 Снукер. Shoot Out. (0+)	14.00 «Смешарики». (0+)	10.00 «Мини-Маппеты». (0+)
15.05 Спартакиада боевых искусств «Непобедимая держава». (0+)	10.45 Биатлон. Чемпионат Европы. Беларусь. Прямая трансляция. (0+)	15.00 «Йок». (0+)	06.15, 10.00 «Хранитель Лев». (0+)
15.55 Баскетбол. Чемпионат мира-2019. Отборочный турнир. Мужчины. Россия – Финляндия. Прямая трансляция	13.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	15.55 «Необыкновенные приключения Карика и Вали». (0+)	06.40, 08.30 «Мики и веселые гонки». (0+)
17.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. «Зенит» (Санкт-Петербург). «Локомотив» (Новосибирск). Прямая трансляция	17.10 «Фиксики». (0+)	17.10 «Фиксики». (0+)	07.05 «Дружные мопсы». (0+)
20.55 Фристайл. Кубок мира. Ски-кросс. (0+)	18.00 «Консунни. Чудеса каждый день». (0+)	18.00 «Консунни. Чудеса каждый день». (0+)	07.25 «Летающие звери». (0+)
22.30 Баскетбол. Чемпионат мира-2019. (0+)	18.10 «Лунтик и его друзья». (0+)	19.30 «Тачки-2». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)
00.30 Лёгкая атлетика. Кубок Москвы по прыжкам в высоту под музыку. (0+)	19.00 МУЛЬТпремьера! «Деревяшки. Плот». «Домики. Башни Петра». «Котики, вперед! Циркус-Пыркус». «Волшебный фонарь. Маленький Мук». «Бобёр добр. Помощники». (0+)	21.40 «ПОСЛЕДНИЙ ЛЕГИОН». (12+)	07.40 «Летающие звери». (0+)
03.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)	19.25 «Ми-Ми-Миши». (0+)	Действие захватывающего фильма разворачивается в пятом веке нашей эры, в Древнем Риме.	07.50 «Малыши и летающие звери». (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ	МУЗ
05.00 Золотая лихорадка. (16+)	16.45 Топ 30 - крутак недели. (16+)
08.00 #ЯНАМУЗТВ. (16+)	19.15 Партийная ZONA. Прямой эфир. (16+)
09.00 Хиты планеты - топ 5. (16+)	21.00 Золотая лихорадка. (16+)
09.25 Караокинг. (16+)	21.55 PRO-обзор. (16+)
10.55 Русский чарт. (16+)	22.30 Город 312. Сольный концерт. (16+)
12.00 Ждите ответа. (16+)	Большой юбилейный концерт одного из самых романтических коллективов современности - Город 312.
13.00 Премия МУЗ-ТВ 2004. (16+)	00.15 10 sexy. (16+)
Трёхчасовой flashback из другой эпохи. МУЗ-ТВ перелистывает лучшие страницы своей культовой истории.	01.15 Неспиннер. (16+)

Благодарим  
Радио ВЕРА  
за помощь  
в подготовке  
публикации

ВЕРА  
СВЕТЛОЕ РАДИО

Москва  
100.9 FM

Верхневолжье  
107.9 FM

Вышний  
Волочек  
104.5 FM

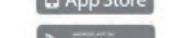
Ржев  
102.4 FM

Рязань  
102.5 FM

Смоленск  
88.4 FM

Доступно онлайн

[www.radiovera.ru](http://www.radiovera.ru)



Социальная  
реклама

ЧИТАЕМ ВОСКРЕСНОЕ ЕВАНГЕЛИЕ

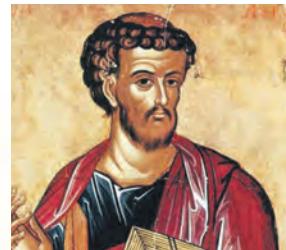
«...ибо этот сын мой был мёртв и ожил»

Еще сказал: у некоторого человека было два сына; и сказал младший из них отцу: отче! дай мне следующую мне часть имения. И отец разделил им имение. По прошествии немногих дней младший сын, собрав все, пошел в дальнюю сторону и там расточил имение свое, живя распутно. Когда же он прожил все, настал великий голод в той стране, и он начал нуждаться; и пошел, пристал к одному из жителей страны той, а том послали его на поля свою пасти свиньи; и он рад был наполнить чрево свое рожками, которые ели свиньи, но никто не давал ему.

Придя же в себя, сказал: сколько наемников у отца моего избыточествуют хлебом, а я умираю от голода; встану, пойду к отцу моему и скажу ему: отче! я согрел против неба и пред тобою и уже недостоин называться сыном твоим; прими меня в число наемников твоих. Встал и пошел к отцу своему. И когда он был еще далеко, увидел его отец его и скжалился; и, побежав, пал ему на шею и целовал его. Сын же сказал ему: отче! я согрел против неба и пред тобою и уже недостоин называться сыном твоим. А отец сказал рабам своим: принесите лучшую одежду и оденьте его, и дайте перстень

на руку его и обувь на ноги; и приведите откормленного теленка, и заколите; станем есть и веселиться! ибо этот сын мой был мертв и ожил, пропадал и нашелся. И начали веселиться.

Старший же сын его был на поле; и возвращаясь, когда приблизился к дому, услышал пение и ликование; и, призвав одного из слуг, спросил: что это такое? Он сказал ему: брат твой пришел, и отец твой заколил откормленного теленка, потому что принял его здоровым. Он осердился и не хотел войти. Отец же его, выйдя, звал его. Но он сказал в ответ отцу: вот, я столько



лет служу тебе и никогда не преступал приказания твоего, но ты никогда не дал мне и козленка, чтобы мне повеселиться с друзьями моими; а когда этот сын твой, расточивший имение свое с блудницами, пришел, ты заколол для него откормленного теленка. Он же сказал ему: сын мой! ты всегда со мною, и все мое твое, а о том надобно было радоваться и веселиться, что брат твой сей был мертв и ожил, пропадал и нашелся.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах в воскресенье, 24 февраля.

Комментирует  
священник  
Стефан Домусчи



Все мы за редким исключением знаем своих родителей, воспитаны в семьях и понимаем, что такая семейная жизнь. Но отдаем ли мы себе отчет в том, что мы совсем не сразу осознали всю глубину наших возможных отношений с родителями? К сожалению, нередко человек приходит к осознанию подобных вещей тогда, когда ситуация

изменяется в худшую сторону. Именно этим сложным переживаниям, тому, как и почему стоит восстанавливать разрушенные отношения с Богом и друг другом, посвящена эта притча. Младший сын, потребовав у отца часть наследства, причитающуюся ему по праву, ушел в далекую страну и потратил все, что получил, проводя жизнь в веселье и разврате. Сын не пришел в себя, пока не дошел до крайнего состояния. Наконец, очнувшись, он решил вернуться. Отец встречает его со всей любовью и восстанавливает его поруганное счастье.

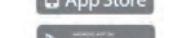
Образы, о которых говорит Христос, очень яркие и живые. В реальной жизни такие ситуации встречаются нечасто.

Кому-то может показаться странным, но сыну, опустившемуся на социальное дно, было проще осознать весь ужас своего положения, чем тому, кто позволяет себе меньше... Пожалуй, любой из стоящих в храме хоть раз переживал серьезное потрясение от того состояния, в котором он себя обнаружил, но зачастую мы стараемся не допускать окончательного падения. Как же быть? Как увидеть в себе героя сегодняшней притчи и так ли это необходимо? Может быть, она лишь для великих грешников?

Мы в своих мыслях и чувствах, в своих горестях и радостях должны вернуться к Богу, к Отцу Небесному, который ждет нас и всегда готов выйти нам навстречу.

Доступно онлайн

[www.radiovera.ru](http://www.radiovera.ru)



Социальная  
реклама

12+

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
06.00 «Машинки сказки», «Бюро находок». (0+)	05.00 «Лёбс Пэт». (6+)	05.00 «Смурфики». (0+)	05.00 Я тебя люблю. (0+)
06.25 «Маша и Медведь». (0+)	05.25 «Жужики». (6+)	06.55 «Плэс-класс». (0+)	05.55 И будут двое... (0+)
07.00 «Лео и Тиг». (0+)	05.45, 07.35 «Мини-Маппеты». (0+)	07.00 «С добрым утром, малыши!» (0+)	06.50 Я хочу ребенка. (0+)
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	06.15, 10.00 «Хранитель Лев». (0+)	07.30 «Пляс-класс». (0+)	07.20 Мультифильмы на СЛАСЕ. (0+)
08.30, 21.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь Чудо-шкафа» (0+)	06.40, 08.30 «Мики и веселые гонки». (0+)	07.40 «Летающие звери». (0+)	08.15 Тайны сказок с Анной Ковалчук. (0+)
09.00 Снукер. Shoot Out. (0+)	07.05 «Дружные мопсы». (0+)	09.00 «Высокая кухня: Пеппи Длинныйчулок». (0+)	08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
10.45 Биатлон. Чемпионат Европы. Беларусь. Прямая трансляция. (0+)	08.00 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». (0+)	10.00 Завет. (0+)	09.00 Завет. (0+)
12.00, 15.00 Лыжное двоеборье. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	09.00 «София Прекрасная». (0+)	10.00 Божественная литература. Прямая трансляция. (0+)	10.00 Божественная литература. Прямая трансляция. (0+)
13.30 Лыжные гонки. Чемпионат мира. Зеффельд. Прямая трансляция. (0+)	12.00 «Ходи. Единорог!» (6+)	12.00 «Мастерская «Умелые ручки»: Цветок на карандаше». (0+)	12.00 «Мастерская «Умелые ручки»: Цветок на карандаше». (0+)
15.00 «Ми-Ми-Миши». (0+)	12.50 «Пришельцы в доме». (6+)	14.00 «Мастерская «Умелые ручки»: Задание для героев». (16+)	14.00 «Мастерская «Умелые ручки»: Цветок на карандаше». (0+)
20.00 Сказка на ночь. (0+)	14.40 «ЖИВАЯ СТАЛЬ!». (12+)	15.00 «Ми-Ми-Миши». (0+)	14.50 «Мастерская «Умелые ручки»: Задание для героя». (16+)
21.00 «Барбоскины». (0+)	17.15 «Тачки». (0+)	16.00 «Пластилини». (0+)	15.00 «Маленький королевство Бена и Холли». (0+)
21.45 Город 312. Сольный концерт. (16+)	19.30 «Тачки-2». (0+)	16.20 «Котики, вперед!». (0+)	16.00 «Карусель». (0+)
Большой юбилейный концерт одного из самых романтических коллективов современности - Город 312.	21.26 «Сказка о царе Салтане». (6+)	Для самых маленьких зрителей канал «Карусель» покажет мульти-сериал про симпатичных и любознательных котят.	Для самых маленьких зрителей канал «Карусель» покажет мульти-сериал про симпатичных и любознательных котят.
00.15 10 sexy. (16+)	17.26 «Сказка о рыбаке и рыбке». (0+)	17.00 «Энчантималс. Невероятные волшебные истории». (0+)	17.00 «Энчантималс. Невероятные волшебные истории». (0+)
01.15 Неспиннер. (16+)	18.00 «Невероятные приключения кота». (6+)	18.00 «Три кота». (0+)	18.00 «Три кота». (0+)
	19.29 «РАДОСТИ И ПЕЧАЛИ МАЛЕНЬКОГО ЛОРДА». (6+)	20.25 «Гластилиники». (0+)	20.25 «Гластилиники». (0+)
	21.16 «Привередливая мышка». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)	20.30 «Спокойной ночи, малыши!». (0+)
	22.13 «Серебряное колыцце». (0+)	20.45 «Четверг в кубе». (0+)	20.45 «Четверг в кубе». (0+)</td

Все объявления на правах рекламы

## ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

**ЗАВОД ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ** ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО  
Ремонт окон, жалюзи дерево

СЕЗОННЫЕ СКИДКИ  
• ОТДЕЛКА Пенсионерам – скидка до 35%  
• УТЕПЛЕНИЕ 8 (495) 740-76-09  
• КРЫШИ 8 (495) 662-13-29  
• ШКАФЫ 8 (495) 941-96-29

**С НАМИ ТЕПЛО. УЮТНО. НАДЕЖНО!**  
**ОКНА ПВХ**  
Окно от 2980 руб.  
• По доступным ценам!  
• Собственное производство!  
• Замер, доставка – бесплатно!  
• Уборка, демонтаж в подарок!  
• Пенсионерам льготы!  
• Москитная сетка в подарок!  
БАЛКОН от 2000 руб.  
СКИДКА до 57%  
REHAU Немецкий профиль + фурнитура «Премиум-класса»  
8 (495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

**СтройБалконСервис** **ОКНА**  
ПВХ от производителей по выгодным ценам.  
Цена включает:  
• подоконник  
• отлив  
• откосы  
• демонтаж  
• монтаж  
REHAU КАЧЕСТВЕННЫЙ ПРОФИЛЬ И ФУРНИТУРА  
8 495 782 5448  
8 495 961 3925  
БЕСПЛАТНЫЙ ЗАМЕР  
www.balkona.ru  
МОСКИТНАЯ СЕТКА В ПОДАРОК  
с 9.00 до 21.00 без выходных

## ИСКУССТВО, АНТИКВАРИАТ

**дорого купим**  
• ИКОНЫ. ФАРФОР. ЧАСЫ  
• СТАТУЭТКИ. КАРТИНЫ  
• СЕРЕБРО. БРОНЗУ. БУДДЫ  
• НАГРАДЫ. ЗНАЧКИ. КИТАЙ  
• ОТКРЫТКИ. МОНЕТЫ. МЕБЕЛЬ  
ЛЮБОЙ АНТИКВАРИАТ  
Выезд, оплата сразу  
Борис Николаевич, Ирина  
8(495)792-87-50

■ 8-903-666-33-55 Награды, знаки, значки, монеты, банкноты, ЗОЛОТО, КОРОНКИ, СЕРЕБРО, статуэтки СССР, фарфор, бронзу, картины, книги, фото, открытки, АВТОГРАФЫ, янтарь, шкатулки, дом. архив и т.д. куплю дорого. Выезд-24. 8-903-666-33-55

■ 8-926-705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовар, подстаканники, предметы старины до 1960 г, картины, монеты, значки, фото, архивы, документы, мундир, военную форму, открытки, старые детские и елочные игрушки, патефон, часы, иконы и др. старинные вещи. 8-926-705-30-59

■ 8-963-921-08-38 Книги, архив, иконы, монеты Царской России и СССР, юбилейные рубли, знаки ударников, значки, старые награды, янтарь, подстаканник, портсигар, коронки, мельхиор, столовое серебро до 350 г/р, фотоаппарат, открытки, фото, фарфор статуэтки, самовар. КУПЛЮ ДОРОГО. Выше КАТАЛОГОВ. 8-963-921-08-38 Дмитрий

■ 8-916-643-14-63 Куплю фарфор СССР и фарфоровые китайские фигуры 50-х год. Екатерина. 8-916-643-14-63

■ 8 (495) 797-09-66 Магазин дорого купит или примет на реализацию! Награды, иконы, картины, значки, фарфоровые сервисы Гарднера, Кузнецова, Попова. Статуэтки из фарфора. Серебро, бронзу, ювелирные изделия. Китайские Будды. Предметы военной атрибутики. Адрес: ул.Куусенена, дом 2, корп.1. 8 (495) 797-09-66

■ 8-916-359-05-00, 8-916-158-60-66 ОЦЕНКА. ВЫЕЗД. ПОКУПКА. Фарфор Кузнецова, Гарднера. Настенные тарелки. Сервизы. Статуэтки из фарфора, чугуна, бронзы, кости СССР, Китая, Германии (с любым деффек). Иконы, картины. Янтарь. Значки, награды. Часы. Архивы, грамоты, открытки. Военная форма. 8-916-359-05-00, 8-916-158-60-66 Галина, Сергей

■ 8-916-643-14-63 Куплю советские ёлочные игрушки. Екатерина. 8-916-643-14-63

■ 8 (495) 241-19-52 Книги. Выезд от 150 экз. Оплата сразу. Тел. 8 (495) 241-19-52

■ 8-985-124-11-80 Магазин купит старые изделия из бронзы, серебра, золота, портсигары, самовары. Картины, иконы, фарфоровые фигуры. Трофеи ВОВ, атрибутику СССР, форму военную, министерств и ведомств, значки ВЧК-КГБ, наградные знаки. 8-985-124-11-80

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

## РЕМОНТ ПОЛОВ • СТЕН ПОТОЛКОВ

Электрика, сантехника. Сборка и ремонт мебели.

8 (495) 928-14-42 с 9:00 до 22:00

## ООО «РемСтройИнженеринг»

РЕМОНТ ОКОН  
Пластиковых, деревянных, балконов. Замена механизма, разбитых стекол, регулировка, утепление, покраска.

8 (495) 928-14-42 с 9:00 до 22:00

## БалконДизайнПроект

до 28 февраля  
САМЫЕ  
БОЛЬШИЕ  
СКИДКИ!  
ЗАВОДСКОЕ  
ОСТЕКЛЕНИЕ  
БАЛКОНОВ И ЛОДЖИЙ (АЛЮМИНИЙ, ДЕРЕВО, ПВХ)  
Шкаф в подарок  
Настоящее  
качество  
немецкое  
Отделка: пластик, дерево, краши, шкафы, кладка  
ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ  
8 (495) 664-63-99

## РЕМОНТ любой сложности ОКОН

пластиковых алюминиевых деревянных  
устранение поддувания, промерзания, пропенка швов  
• регулировка окон и дверей  
• герметизация (швов, стыков) жидким пластиком  
• замена и установка ручек, гребенок, механизмов открывания  
• замена битых стекол, стеклопакетов  
• замена уплотнителя  
• установка откосов, отливов  
• детские замки



ГАРАНТИЯ  
3 ГОДА

8 (495) 940-73-96

8 (905) 569-22-91

Без выходных с 9.00 до 22.00  
выезд мастера с 8.00 до 24.00

Бесплатная консультация! Осталось лишь позвонить!

от производителя ООО «Лайнокна»  
от 6 000 р. от 9 000 р. от 10 000 р.  
brusbox® софитные оконные системы REHAU

## ОКНА ПВХ

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ  
«ПОД КЛЮЧ»  
ВЫНОС • ШКАФЫ  
КРЫШИ • ОТДЕЛКА  
БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ + ПОДАРОК  
Пенсионерам – скидки  
www.lineokna.ru  
8(495)649-97-67, 8(499)394-31-94  
БЕЗ ВЫХОДНЫХ

## НЕДВИЖИМОСТЬ

■ 8 (495) 999-28-82 Квартиру/ комнату СНИМУ у добродородочных хозяев. Чистота, порядок, своевременная оплата гарантирована. Срочно! 8 (495) 999-28-82

■ 8-906-715-92-92 Семейная пара из Подмосковья (славяне) срочно снимет 1-2 комнатную квартиру или комнату в любом районе Москвы. Посредникам не беспокоить. 8-906-715-92-92

■ 8 (495) 999-28-82 Куплю квартиру срочно! 8 (495) 999-28-82

■ 8-909-641-37-99 Сниму комнату или квартиру в любом районе Москвы. Тел. 8-909-641-37-99

■ 8 (495) 50-25-127, 8-903-515-85-33 Срочно выкуплю для себя квартиру, комнату. Сложные документы не пугают. Можно без ремонта, после пожара. Возможно с задолженностями, неприватизированную и др. проблемами. Тел.: 8 (495) 50-25-127, 8-903-515-85-33, Эля

■ 8 (495) 772-50-93 1-3-х комнатные квартиры, комнаты снимет мед. центр для своих сотрудников-москвичей, европейцев. Есть одинокие, семейные. Возможно предоплата, можно без мебели. Порядочность гарантируем. 8 (495) 772-50-93

## ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ВЕТКЛИНИКА  
Выезд ветврача 24 часа (Срочный)  
Все виды услуг. Стрижка. УЗИ. ЭКГ  
БЕЗБОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ  
ВЕТРИУАЛ  
Mosvetaibolit24.ru  
8 (495) 142-40-67, 8 (977) 927-97-37

■ 8 (495) 585-79-76 ВЕТЕРИНАРНАЯ КЛИНИКА. Выезд на дом 24 часа. Стерилизация, кастрация. Стрижка кошек. Гуманное усыпление. Кремация. Москва и Московская область. Лицензия. Тел. 8 (495) 585-79-76

## АВТО

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

Выкуп автомобилей без посредников! Легковые, грузовые всех марок, любых состояний, любого года выпуска, а также после аварии, неисправные, без документов, кредитные. Выезд, оценка, переоформление БЕСПЛАТНО! ДЕНЬГИ СРАЗУ! Гарантия юридической чистоты и высокой цены! 8-967-100-08-00, 8-926-223-45-61

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

## СООБЩЕНИЯ

■ Информация по факту утраты ордерной ценной бумаги В производстве Преображенского городского суда г. Москвы, рассматривается гражданско-правовое дело №2-1463/19 по заявлению Пузикова И.В. к ООО «ПИНЭП» о признании Простого векселя, серия №0092170, недействительным, восстановлении права по утраченной ценной бумаге. Служение по делу назначено на 04.03.2019 года в 10:50 в помещении Преображенского городского суда г. Москвы, судья Трофимович К.Ю.

Янтарь куплю дорого. СССР и Царская Россия: Статуэтки, подстаканники, портсигары, коронки, ювелир. изделия, золотые и серебряные монеты, часы, столовое серебро, иконы, самовар, фото на картоне, открытки, книги, мельхиор. КУПЛЮ ДОРОГО. Выезд. 8-903-544-38-10 Дмитрий, Наталья, Сергей

Все объявления на правах рекламы  
СТРОИТЕЛЬСТВО И РЕМОНТ

**РЕМОНТ**  
квартир, кухонь, ванных комнат  
**НАТЯЖНЫЕ ПОТОЛКИ** 599 руб.  
• Заключение договора • Гарантия 2 года  
• Мастера славяне • Вызов замерщика 20%  
• Доставка материалов скидка  
000 «ДомСтрой» с 9.00 до 21.00, без выходных  
**8 (495) 920-48-80**  
\*По версии журнала «Ремонт»

**ЭМАЛИРОВКА**  
**ВАНН** Любой цвет  
Любое состояние  
**(495) 764-82-32**

**ЗАМКИ**  
замена, врезка  
РЕМОНТ МЕТАЛЛИЧЕСКИХ ДВЕРЕЙ  
**8-916-420-55-76**

**Строй-сервис**  
**РЕМОНТ**  
квартир  
ванных, кухонь  
**НАТЯЖНОЙ ПОТОЛОК 390 РУБ.**  
ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ  
**8 (495) 532-77-00**  
ДОСТАВКА МАТЕРИАЛОВ

- 8 (495) 162-03-81 Циклевка паркета ТРИО без пыли. Лак. Все виды работ. КАЧЕСТВЕННО. НЕДОРОГО. БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ. Москвичи. СКИДКИ!!! Тел. 8 (495) 162-03-81
- 8 (495) 363-72-40 Циклевка паркета, паркетной доски, покрытие лаком без запаха, быстросохнущий. Качественно. Обработка паркета ТРИО. Лак. НЕДОРОГО. СКИДКИ!!! Тел. 8 (495) 363-72-40
- 8 (495) 363-52-94 Циклевка и восстановление паркета ТРИО без пыли. Лак. Натяжные потолки с гарантией. РЕМОНТ КВАРТИР ПОД КЛЮЧ. ВСЕ КАЧЕСТВЕННО. ДОСТУПНО. НЕДОРОГО. Тел. 8 (495) 363-52-94
- 8 (495) 398-90-15, 8-910-431-40-62 Циклевка и лакировка паркета, покрытие быстросохнущими экологически чистыми лаками без запаха, работа производится на профессиональном оборудовании с пылесборниками, большой опыт работы. Москвичи. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ. Подробности по тел.: 8 (495) 398-90-15, 8-910-431-40-62
- 8 (499) 390-38-78 Недорогая услуга «мастер на час». Мастер-универсал в комплексе выполнит любую работу по мелкому ремонту в вашем доме. Сантехника, электрика, настенные карнизы, люстры, потолки и многое другое. Наш инструмент. Возможна закупка и доставка материала. Славяне. Без выходных. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ! 8 (499) 390-38-78
- 8-925-415-08-08 Ремонт косметический и капитальный: квартир, комнат, кухонь, ванны под ключ, утепление и отделка балконов, лоджий. Изготовление на заказ шкафов-купе, кухонных гарнитуров. Натяжные потолки. Работаем без посредников, без предоплаты! Договор! Гарантия 3 года! Тел. 8-925-415-08-08 без выходных
- 8-905-745-72-90 Маллярные работы. Выравнивание стен, потолков и шпатлевка. Покраска. Обои. Ламинат. Электрика. 8-905-745-72-90
- 8-926-132-30-19 Ремонт квартир, комнат, ванна под «Ключ». Тел. 8-926-132-30-19 Евгений

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

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

- 8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85 Грузоперевозки, Переезды: Квартирные, Офисные, Дачные, мебельные фургоны, Специалисты (профгрузчики), разборка/сборка, Упаковка, под ключ. Разумные цены! 8 (495) 220-22-35, 8-905-541-22-85
- 8 (495) 728-69-81, 8-963-628-67-80 Автогрузоперевозки + грузчики. Квартирные переезды по Москве, МО, РФ, СНГ. Газель. Разборка, сборка, упаковка, утилизация мебели. 24 часа. Недорого. 8 (495) 728-69-81, 8-963-628-67-80
- 8 (495) 997-65-40 Грузоперевозки, въезд в центр. Переезды квартирные, дачные, офисные. Пианино, сейфы. Утилизация. При необходимости разберем, упакуем, соберем мебель. А также поможем расставить (развесить) мебель. Установить бытовую технику. Аккуратно, быстро, профессионально. Конкурентные цены. Сотрудники славяне. 8 (495) 997-65-40
- 8 (495) 589-00-78 Недорогой переезд. Квартирные, дачные. Грузчики. Разборка, упаковка, утилизация мебели. 8 (495) 589-00-78
- 8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99 Грузовые и легковые перевозки недорого. Дачи. Грузчики. Квартирный переезд, упаковка. Сборка, разборка мебели. Индивидуальный подход к каждому клиенту. Утилизация мусора. 8 (495) 744-78-52, 8-925-435-13-99
- 8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58 Доставка, перевозки квартирные, дачные и т.д. Москва, МО, регионы. Работаю сам – БЕЗ ПОСРЕДНИКОВ, диспетчеров и т.п. Время не ограничено. Грузчики есть. Въезд в центр. Цельнометаллический фургон Пежо-Боксер. Человеческий подход к делу. Без выходных и праздников. 8-968-058-66-78, 8-916-624-10-58
- 8 (499) 390-62-65 Недорогой переезд любой сложности. Москва, область, регионы. Квартирные и дачные. В наличии грузовой, грузопассажирский и легковой автотранспорт. Сборка, разборка, перевозка, упаковка, утилизация. Грузчики профессионалы. Славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходных. Пенсионерам скидки! 8 (499) 390-62-65

РАБОТА

Крупная торговая компания по распространению печатной продукции приглашает на работу:  
**ПРОДАВЦОВ** печатной продукции (уличная торговля)

3/п 35 000 – 70 000 руб. (выход – 1 000 рублей + 13% от выручки)  
График работы: 5/2, полный рабочий день. Ежедневные выплаты 500 рублей. Бесплатное общежитие.

**ПРОДАВЦОВ** печатной продукции (гор. лоток)

3/п от 35 000 руб. (выход 850 рублей + 12% от выручки), премия за непрерывный стаж работы. Продажа печатной продукции и сопутствующих товаров.  
Опыт работы продавцом печатной продукции приветствуется! График работы: 6/1, воскресенье – выходной день. Место работы: в разных районах г. Москвы

**ПРОДАВЦОВ** печатной продукции (киоск)

3/п 26 000 – 30 000 руб. (выход 1 000 рублей + % от выручки)  
График работы: 6/1, воскресенье – выходной день

Запись на собеседование по телефонам: **8-925-507-52-10, 8-926-800-53-19**  
Ждем вас по адресу: м. «Кожуховская», ул. Угрешская, д. 2 (центральная проходная), в 12.00, 15.00

МЕБЕЛЬ

**МЕБЕЛЬ**  
по вашим  
размерам

СКИДКА  
до 30%  
от 5 дней

**(495) 589-57-82**

**(495) 589-57-83**

- ШКАФЫ-КУПЕ
- ПРИХОЖИЕ
- ГАРДЕРОБНЫЕ
- БИБЛИОТЕКИ
- КУХНИ
- ДЕТСКИЕ КОМНАТЫ
- ЗАМЕНА ФАСАДОВ
- РАДИУСНЫЕ ДВЕРИ

[www.mir-mebely.su](http://www.mir-mebely.su)

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

■ 8 (495) 410-19-77 Обивка и ремонт мягкой мебели. Выбор ткани, кожи. Наличный и безналичный расчет. Вызов мастера бесплатно. [www.obivkameb.ru](http://www.obivkameb.ru), 8 (495) 410-19-77

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25 Подушки для дивана. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная обивка мебели. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. [svk-mebel.ru](http://svk-mebel.ru), [svkmatras.ru](http://svkmatras.ru). Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25

■ 8 (495) 740-79-43 Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел. 8 (495) 740-79-43

■ 8-926-981-93-63 Обивка и перетяжка мягкой мебели! В Москве и Подмосковье. На дому. Работа без предоплаты! Выбор качественных материалов. Выезд мастера бесплатно. Тел. 8-926-981-93-63

■ 8-926-795-35-17 Обивка и ремонт мягкой мебели, кресел, кухонных уголков, кухонных шкафов, стульев. Изменение дизайна и формы изделия. БЕСПЛАТНО вывезем изделие в мастерские и привезем, также ремонт на дому. Гарантия 12 месяцев. Договор. Оценка по Ватсап, Вайбер. Огромный выбор материала. Тел. 8-926-795-35-17 мастер Оксана А.

КУПЛЮ

■ 8-985-938-08-26 Куплю грампластинки, аудиотехнику, проигрыватель грампластинок, фирменные аудиодиски CD, различных стилей и направлений музыки, куплю. Тел. 8-985-938-08-26

■ 8-903-125-40-10 Куплю радиодетали новые и б/у, можно на платах, переключатели, реле, пускатели, разъемы, термопары, реохорды. Монеты. Значки, часы

■ 8-985-979-56-09 Куплю грампластинки, радиоприемник, патефон, магнитолы из «Березки». Акустику, колонки, усилитель. Проигрыватель винила. Старинные фотоаппараты. Часы, значки. Картины советских художников СССР. Тел. 8-985-979-56-09

■ 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18 МАГАЗИН ЗАПЧАСТИ для холодильников и бытовой техники. Ул. Автозаводская, д. 17, корпус 3, этаж 2-й, офис 102. РЕМОНТ бытовой техники, стиральных машин, холодильников. Замена резины на все модели. 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-89-58, 8-916-363-21-18

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

■ 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28 РЕМОНТ ТЕЛЕВИЗОРОВ всех типов. Подключение и настройка каналов. Разводка антенн. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА 20%.

ДЕРЕВЯННОЕ ДОМОСТРОЕНИЕ

  
БРУСОВЫЕ ДОМА  
с утеплённой мансардой

**8 (499) 165-61-33**  
**ДОМА И БАНИ**

БРУСОВЫЕ ДОМА	БАНЫ БРУСОВЫЕ
с утеплённой мансардой	Размер
5x4	3x4
6x4	4x4
5x5	223 000
6x5	214 000
6x6	318 000
6x8	231 000
6x9	253 000
	288 000

\*Цены на базовую комплектацию

ООО «ДАЧСТРОЙГРУПП»  
<http://построитьдачу.рф>

В цену входят: материал, сборка, доставка. Отделка: сайдинг, блокхаус, имитация бруса. Террасы, веранды.

СТРОИТЕЛЬНАЯ КОМПАНИЯ ООО «ЮНИВЕРС»  
КАЧЕСТВО ЗА РАЗУМНЫЕ ДЕНЬГИ!

Строим из любых материалов – быстро и добротно от котлована «под ключ»!

В НАЛИЧИИ СВОЯ ТЕХНИКА

**АКЦИЯ!**  
ПРИ ЗАКАЗЕ РАБОТ С МАТЕРИАЛАМИ И ПЕНСИОНЕРАМ 15%

- ДОМА • КОТТЕДЖИ
  - ПРИСТРОЙКИ • БАНИ
  - БЕСЕДКИ • ГАРАЖИ
- 8 (920) 913-99-99
- Акция действует с 12/02/2019 по 12/03/2019. Подробно об организаторе акции, правилах ее проведения, скидках по т.8(920)913-99-99

Все объявления на правах рекламы

## ДВЕРИ

**ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ**  
**СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ**  
**ГАРАЖНЫЕ ВОРОТА • РЕШЕТКИ**  
**СТАВНИ • КОЗЫРЬКИ • ОГРАДЫ**  
**ОТДЕЛКА:** порошковое напыление  
**NEW! КРОКОДИЛ**, винилискожа, ламинат, МДФ, шпон, филенка  
**массив дуба**, кованые изделия  
**ПРОТИВОПОЖАРНЫЕ ДВЕРИ**  
**ЗАМЕР, доставка, установка – БЕСПЛАТНО**  
**СПЕЦУСЛОВИЯ ОПТОВИКАМ И ДИЛЕРАМ**  
**8-495-792-29-89 • 8-495-960-52-72 • 24 ч**

**ЗИМНИЕ СКИДКИ** \*пенсионерам до 15%\*  
**ДВЕРИ** \*от производителя\* 8-499-341-19-15  
8-925-501-17-41  
\* Цены действуют до 28/02/2019  
**от 2490р комплект** \*от 4490р комплект\* \*от 4890р комплект\* \*от 6490р комплект\*  
\* ламинат \*ПВХ/эмаль \*экошпон/шпон \*стальные

**ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ**  
**ДВЕРИ** • МЕЖКОМНАТНЫЕ • СТАЛЬНЫЕ  
• ВХОДНЫЕ • ДЕРЕВЯННЫЕ  
• ЗАМЕР • ДОСТАВКА  
• УСТАНОВКА  
**Рассрочка 0%** Ветеранам, новоселам, старшему поколению  
**ДЕРЕВЯННЫЕ ДВЕРИ:** межкомнатные, входные, для ванной и туалета, для офисных помещений, арки, портала, шкафы, антресоли.  
**СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ:** квартирные, тамбурные, парадные, противопожарные, решётки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т. п.  
**1 ЧАС** И МАСТЕР У ВАС  
Вы ознакомитесь с каталогом продукции, увидите натуральные образцы материала будущей двери. Мастер профессионально замерит дверной проем, чтобы дверь соответствовала всем параметрам. Поможет с выбором модели двери и фурнитуры. Установим дверь в кратчайшие сроки (2 часа).  
отдел заказов 8:00 - 21:00 без выходных 8 (495) 221-22-46

## ЗДОРОВЬЕ

■ 8 (495) 728-79-66 Наркологическая помощь 24 часа. Запой, алкоголизм, наркомания. Психиатрия, психотерапия. БЫСТРО, АНОНИМНО, КВАЛИФИЦИРОВАННО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО! Круглосуточно! Предъявителю объявления скидки! WWW.DOCTOR-KASHIN.RU. 8 (495) 728-79-66 Лиц. №Л0-77-01-0012220. Имеются противопоказания, проконсультируйтесь со специалистом

8 (495) 734-99-37  
**НАРКОЛОГИЯ ПСИХОТЕРАПИЯ**  
Неврозы, Депрессии, Бессонница  
**МОСКВА и МО БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ АНОНИМНО**  
**24ч** ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ  
Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

## ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

Отдел рекламы газеты «ТЕЛЕК» 8 (495) 792-47-73, м. «Кожуховская»	000 «Арт Коруна» 8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07, м. «Планерная», дизайн-макет БЕСПЛАТНО	РА «Информ Экспресс» 8 (495) 543-99-11, м. «Ленинский проспект»
РА «Манго АДВ» 8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь», выезд менеджера бесплатно	РА «Вариант +» 8-901-517-33-81, м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО	РА ООО «ГРИН КЛАССИК» 8 (495) 926-38-00, многоканальный, м. «Семёновская», курьер бесплатно
РА «Мир рекламы» 8 (495) 228-06-30, м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно	Stroki.info (ООО «Магазин рекламы») 8 (495) 669-31-55, 8 (495) 778-12-38, м. «Шоссе Энтузиастов»	РА «Реклама 21 век» 8 (495) 724-72-01, м. «Солнцево», курьер бесплатно
РА «ИМедиаКом» 8 (495) 933-44-48, м. «Румянцево»	000 «АРТ ФБР медиа» 8 (495) 787-34-65 / 66 / 69, м. «Дмитровская»	000 «Адали групп» 8 (495) 979-39-68, м. «Нагорная»
РА «Солидарность-Паблишер» 8 (499) 530-29-07, 8 (499) 530-24-73, м. «Аэропорт», курьер бесплатно	000 «100МЕДИА.РУ» 8 (495) 961-00-97, м. «Арбатская», круглосуточно	РА «Справка» 8-968-863-29-10, м. «Алексеевская»

## ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ!  
Консультация по телефону/очная для жителей Москвы, подмосковья и граждан СНГ. Телефон круглосуточной горячей линии: 8 (499) 322-05-19  
ЗВОНИТЕ ПРЯМО СЕЙЧАС!

■ 8 (495) 233-03-38 ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВ. РАСТОРЖЕНИЕ ДОГОВОРОВ РЕНТЫ, ВОЗВРАТ ВКЛАДОВ, жилищные и иные споры, бесплатные консультации, без обеда и выходных. 8 (495) 233-03-38

Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие Юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ! Тел. 8 (495) 205-92-69

■ 8 (495) 101-01-41 Социальный юридический центр. Правовая помощь населению Москвы и МО. БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ. Ведущие юристы и адвокаты. Опыт работы более 20 лет! Льготы пенсионерам, ветеранам, инвалидам! ПОМОЖЕМ! ЗВОНИТЕ! Тел. 8 (495) 101-01-41

■ 8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51 Адвокаты. Уголов. и гражд. дела (в т.ч. убийства, мошеннич., наркотики, экономич., должност. взятки и др.; возврат кв-ры; споры по недвиж., имуществен., жилищ., наследств., земельн., семейные споры). www.faitulin.ru Тел.: 8 (495) 210-25-63, 8 (495) 969-66-51

■ 8-925-367-16-09 Списание долгов. Банкротство физических лиц. Оплата за услуги исключительно по результату. 8-925-367-16-09

■ 8-903-977-07-99 Создам семью с симпатичной, худенькой (размер 44-46) женщиной до 55 лет. Евгений 64/180/82. Без ВП. Однокомнатная квартира м. Коломенская. Летом можем жить в деревушке, у озера. Тел. 8-903-977-07-99

■ 8-495-764-04-68 Сваха 2Н – это реальные знакомства для жизни до 90 лет. Офис. www.dvanachala.ru. Тел.: 8-495-764-04-68 и 8-916-362-67-13

■ 8 (499) 909-00-18 Займы пенсионерам и не только. Ставки снижены в 2 раза. 000 МКК «Евраз». ОГРН 1155958009811. Свид. ЦБ 001503357006693. Тел. 8 (499) 909-00-18

■ 8 (495) 108-75-90 ДЕНЬГИ под залог любой недвижимости!  
8 (495) 108-75-90  
ООО МКК «ДЕНЬГИ» № 1703045008239, ОГРН 1177746352057. Реклама

■ 8-925-063-49-19 Даём заем наличными до 50 000 руб. от 0,6%. Возраст до 80 лет. Без залога и поручителей. Пенсионерам особые условия! Честно! Быстро! Доступно! м. Пл. Ильича / м. Римская: 8-925-063-49-19 или м. Алтуфьево: 8-926-736-79-05. 000 МКК «Благодетель», рег. 1703046008545, ОГРН 1175024022172, СРО «Мир» рег. 50000935

■ 8 (495) 99-888-96  
www.mbk-credit.ru

от 350 000 руб.  
в день обращения  
Без справок и залога  
Без поручителей  
от 14% годовых от 5 лет

ООО МКК «МБК плюс» ОГРН 1187746166354, Реестр ЦБ РФ Рег № 1803045008794  
1 минута пешком от ст. Метро «КИТАЙ-ГОРОД»

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

**ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ**  
**ДВЕРИ** от 1200 руб.  
• ДЕРЕВЯННЫЕ  
• СТАЛЬНЫЕ  
• МЕЖКОМНАТНЫЕ  
• ВХОДНЫЕ  
Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.

**ДВЕРИ** от производителя  
• ВХОДНЫЕ  
• МЕЖКОМНАТНЫЕ  
• ДЛЯ КУХНИ  
• ВАННОЙ И ТУАЛЕТА  
• ШКАФЫ-КУПЕ  
• ОКНА ПВХ  
СКИДКА 15%\*  
\*до 28/02/2019  
■ **РАСПРОДАЖА**  
■ **по низким оптовым ценам**  
■ **более 1000 моделей**  
■ **ВЫСТАВОЧНЫЕ ЗАЛЫ**  
■ **БЕСПЛАТНО:**  
■ **ЗАМЕР+ДОСТАВКА**  
■ **Телефон: 8(495) 151-10-04**

**СТАНКОЗАВОД**  
**ДВЕРИ СТАЛЬНЫЕ РЕШЕТКИ ВОРОТА ЗАБОРЫ РЕМОНТ ЗАМКОВ**  
■ **Новогодние скидки!**  
■ **8 (495) 517-55-46 8 (967) 128-30-37**  
■ **www.doorgood.ru**

## БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

■ 8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04  
Почив и ремонт головных уборов (в том числе эксклюзивных). Из меха, фетра, кожи и тканей. Более 500 готовых моделей. 8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04 www.kokoshnik.ru

## УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8-800-100-45-22, 8-916-073-75-80  
Уничтожим клопов, тараканов, крыс. Обработка препаратами только 4 и 5 поколения. Защита от проникновения (БАРЬЕР) входит в стоимость. Цена в процессе обработки не меняется. Препараты безопасны для людей и животных. Договор. Гарантия. Без выходных. 8-800-100-45-22, 8-916-073-75-80 www.sanitarystolitsy.ru

■ 8-903-977-07-99 Создам семью с симпатичной, худенькой (размер 44-46) женщиной до 55 лет. Евгений 64/180/82. Без ВП. Однокомнатная квартира м. Коломенская. Летом можем жить в деревушке, у озера. Тел. 8-903-977-07-99

■ 8-495-764-04-68 Сваха 2Н – это реальные знакомства для жизни до 90 лет. Офис. www.dvanachala.ru. Тел.: 8-495-764-04-68 и 8-916-362-67-13

■ 8 (499) 909-00-18 Займы пенсионерам и не только. Ставки снижены в 2 раза. 000 МКК «Евраз». ОГРН 1155958009811. Свид. ЦБ 001503357006693. Тел. 8 (499) 909-00-18

■ 8 (495) 108-75-90 ДЕНЬГИ под залог любой недвижимости!  
8 (495) 108-75-90  
ООО МКК «ДЕНЬГИ» № 1703045008239, ОГРН 1177746352057. Реклама

■ 8-925-063-49-19 Даём заем наличными до 50 000 руб. от 0,6%. Возраст до 80 лет. Без залога и поручителей. Пенсионерам особые условия! Честно! Быстро! Доступно! м. Пл. Ильича / м. Римская: 8-925-063-49-19 или м. Алтуфьево: 8-926-736-79-05. 000 МКК «Благодетель», рег. 1703046008545, ОГРН 1175024022172, СРО «Мир» рег. 50000935

■ 8 (495) 99-888-96  
www.mbk-credit.ru

от 350 000 руб.  
в день обращения  
Без справок и залога  
Без поручителей  
от 14% годовых от 5 лет

ООО МКК «МБК плюс» ОГРН 1187746166354, Реестр ЦБ РФ Рег № 1803045008794

1 минута пешком от ст. Метро «КИТАЙ-ГОРОД»

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

**ООО «ГОРОДСКОЙ ДЕПАРТАМЕНТ ЗАЩИТЫ ПРАВ ЧЕЛОВЕКА»**  
**юридическая консультация БЕСПЛАТНО**  
Возврат вкладов  
Мошенничество  
Взыскание долга  
Расторжение кредитного договора  
Жилищные и земельные споры  
8(495) 205-14-54

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

■ 8 (495) 920-76-96 Оплата по результату! Юридическая защита граждан. По жилищным, семейным трудовым, наследственным, пенсионным, земельным вопросам. Взыскание долгов, расторжение договоров, работы против коллекторов, взыскание с недобросовестных юристов. Помощь людям оказавшимся в трудной жизненной ситуации. 8 (495) 920-76-96

■ 8-977-190-84-18 В рамках социальной поддержки населения, юридическая компания ведет прием граждан и осуществляет подготовку и составление юридической документации: претензии, заявления, жалобы, обращения, ходатайства, исковые заявления в суд, апелляционные жалобы, кассационные жалобы и т.д. 1000 р. Тел. 8-977-190-84-18

■ 8-985-985-60-25 Абсолютно надежно!!! Профессиональная сваха. Знакомства серьезные. Гарантированно! Достойный выбор. До 85 лет. Страны для славян. Тел. 8-985-985-60-25

■ 8-916-316-45-09 Познакомлюсь с женщиной 35-50 лет для серьезных длительных отношений. Москвич 35 лет, материально обеспечен. Помогу во всем. 8-916-316-45-09 Михаил</

## Идеальная кожаная сумка почти даром!

Сумка «Шоколад» поможет решить все ваши проблемы: она стильная, вместительная, выглядит дорого и легко вписывается в любой образ! И только сейчас мы снилили ее стоимость до 990 р. – вы экономите более 2000 р.! Спешите купить – предложение ограничено!



ЭКОНОМИЯ  
2000 р.!



Материал: кожа, ПВХ. Размер: 31x24,5x10,5 см. КНР.



6 отделений внутри и 3 кармана снаружи



Внешнее отделение для зонта

3000 р.  
**990 р.**

Сумка «Шоколад» поможет решить все ваши проблемы: она стильная, вместительная, выглядит дорого и легко вписывается в любой образ! Эта сумка поражает идеальным сочетанием мягкой кожи, удобной прямогоугольной формы и благородного цвета темного шоколада. Нежная, очень приятная на ощупь кожа придает изысканный вид, модная техника пэчворк смотрится уместно и в элегантном классическом образе для офиса, и в более расслабленном – для

СПЕЦИАЛЬНО для газеты ТЕЛЕК

Зонт  
«Солнечная фантазия»  
Зонт с оригинальным орнаментом, под которым так здорово гулять под дождем, дополнит ваш образ.



Материал: металл, полиэстер. Размеры: длина в сложенном виде – 23,5 см, диаметр купола – 105 см. КНР.

**ПОДАРОК НА ВЫБОР**  
за любой заказ!

Стеклянные емкости, 5 шт

Универсальные яркие емкости с крышками пригодятся любой хозяйке – и для хранения продуктов и для сервировки!



Материал: прочное стекло 2-3мм, пластик. Объем и диаметр: 1 л – Ø 17 см; 0,53 л – Ø 14 см; 0,36 л – Ø 12,5 см; 0,23 л – Ø 10,5 см; 0,13 л – Ø 9 см. КНР.

Подходят для посудомоечной машины и микроволновки.

Количество ограничено.  
Уточняйте при заказе!

отдыха. Благородный коричневый цвет позволяет легко сочетать ее с любыми цветами в одежде.

6 отделений внутри и 3 внешних кармана – 2 на молнии и 1 с клапаном – позволяют навести порядок в вашей сумке. Надеяны сумки находятся специальное отделение для зонта – уверены, такого вы еще не видели, это абсолютный эксклюзив, и так удобно! К сумке прилагается съемный ремень для ношения на плече.

Скатерть «Очарование»

Этажакардовая скатерть не даст усадку, не потускнеет и не сомкнется от стирки. Понеине будет скользить посуда, и даже посаженное пятно можно будет легко вывести.



**499 р.**

Драгоценная цепочка

Серебряная цепочка составит безупречный комплект с подвеской «Матрона Московская»  
Материал: серебро 925°. Вес: 1,8 г. Длина: 55 см. Алмаз-Холдинг, Россия.

**599 р.**

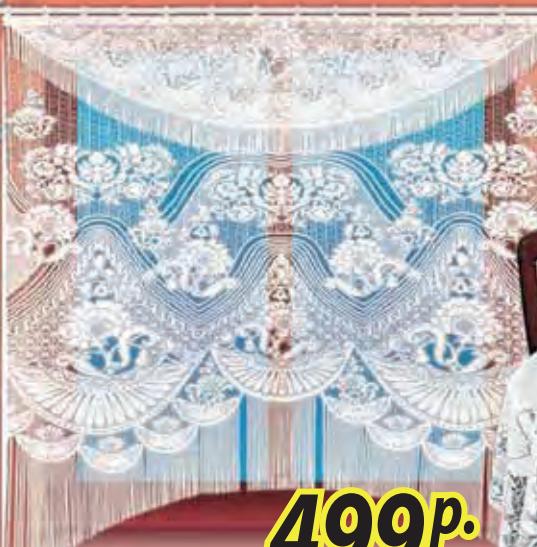
925  
серебро  
Платиновое золото  
585

**499 р.**

Подвеска «Матрона Московская»

Матрона Московская – покровительница всех верующих. Позолоченная нательная икона с серебряным изображением святой – опора и поддержка на всем жизненном пути.

Материал: серебро 925°/позолота/ родий. Вес: 0,75 г. Ювелирная компания «Амбер», Россия.



**499 р.**

Занавеска «Кармен»

Узорчатая воздушная занавеска с круглой выемкой создает ощущение легкости и зрительно увеличивает площадь кухни.

Материал: 100% полиэстер. Размер: 170x223 см. Беларусь.

МОЙ МИР  
moymir.ru

Звонок по России и с городского, и с мобильного **БЕСПЛАТНО**:

**8 (800) 250-21-76**

код заказа:  
**PM-19-203-ТЕЛ-АБВ**

Минимальная сумма заказа составляет 400 рублей без учета сервисного сбора. Сервисный сбор, стоимость доставки и пересылка перевода наложенным платежом оплачиваются дополнительно. Сервисный сбор составляет 99 руб. Стоимость почтовой доставки соответствует тарифам ФГУП «Почта России». Стоимость пересылки перевода наложенным платежом соответствует 2% от суммы перевода, но не менее 50 руб. Продавец: АО «Мой Мир», ОГРН 110774677331, адрес: 105523, город Москва, Щелковское шоссе, дом 100, корпус 1, офис 2040. Товар, требующий сертификации, сертифицирован. Гарантийный срок и срок службы в данном товарном предложении не более 1 года (если не указан иной срок). Срок годности в данном предложении – не более 1 года (если не указан иной срок). Предложение действительно до 15.06.2019 г. при условии наличия товара на складе. Цена предложения действительна только при заказе по телефону и указании кода PM-19-203-ТЕЛ-АБВ.

# Ваши лучшие покупки!\*

## Специальные предложения!

Умное двойное одеяло!



140x205 1890 руб.  
172x205 2190 руб.  
200x220 2490 руб.

НОВИНКА

Покупая одно облегченное одеяло, вы получаете два, которые, с помощью надежных креплений, можно совместить и спать с комфортом как под обычным, внесезонным одеялом, а когда наступает теплое время года – отстегнуть одно из одеял и наслаждаться отдыхом. Ткань 100% микрофибра! Россия!

Электропростыня

1990 руб. 1790 руб.

Электроплед

2990 руб. 2490 руб.

Дома, в квартире, на даче, в коттедже, на природе вы сможете спать в тепле и дышать свежим воздухом всю ночь! Вы забудете о срости в постели! Снимает мышечное напряжение, расслабляет организм! Диван станет источником приятного комфорта тепла, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром! (1 коп./час). Позволяет спать в помещении с 1 около плюя градусов! Полная безопасность благодаря новой австрийской технологии! Покрытие из 100% натуральной х/б ткани. Вы сможете быть на даче больше на 3-4 месяца в году. Сделано в России.

Одеяло-плед с рукавами (синий цвет)

1990 руб.  
990 руб.



Когда в квартире еще не включили отопление, а на улице заметно похолодало, такой плед станет настоящим спасением. Плед изготовлен из мягкого флиса, пушистый и приятный на ощупь. Имеет рукава, которые освобождают руки. Укутайтесь в плед и продолжайте делать любимые дела (читайте книгу, делайте уроки или работайте за ноутбуком. Вяжите носочки или играйте в настольные игры. Пейте чай или другой согревающий напиток). На даче, в квартире или в частном доме он просто не заменим. Сделано в России.

Мини удочка «Fish pen» (Фиш пен)

1810 руб.  
990 руб.



Главное преимущество мини удочки по сравнению с громоздкими удочками в том, что она всегда будет с вами на случай непредвиденной рыбалки. В сложенном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе все необходимое – крючки, грузила, катушка с леской и сама удлинице, раскладывающиеся из небольшого футляра телескопически почти на метр. Метровая длина удлинице комфорта для ловли с лодки, пирса или мостков, а для водоема с заросшим берегом карманная мини удочка вообще идеальный вариант. Подлинный лов тоже будет удобным с такой длиной удлинице. Аккуратная и удобная катушка порадует настоящих эстетов рыбной ловли. Удочка выполнена из карбона и сплава алюминия, что позволяет выживать крупную рыбу.

Массажный матрас с функцией подогрева



4490 руб.  
3990 руб.

Устройство массирует биологически активные точки тела (плечи, живот, спина, поясница, ноги, ягодицы), что способствует ускорению кровообращения. Вы чувствуете, что напряжение уходит, а защитные функции организма активизируются.

Отпугиватель грызунов и насекомых

1290 руб. 990 руб.



Устройство предназначено для отпугивания таранов, жуков, мышей, крыс. Защищает ваш дом, квартиру или промышленное предприятие площадью до 200 кв.м. Просто вставьте его в розетку. Можно использовать если в доме дети, собаки и кошки. Безопасно для ваших домочадцев. И в него встроен уютный ночник.

Гарантия качества! Звоните прямо сейчас!

С информацией об организаторе акций, о правилах их проведения, количестве призов, сроках, месте и порядке их получения можно узнать по тел.: 8 (499) 213-03-16. Акции действительны с 13.02.2019 г. по 28.02.2019 г. \*По итогам продаж 2018 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 1177746729115 19.07.2017 Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рощинская ул., д.4, офис 503. Товары сертифицированы. РЕКЛАМА.

«Чудо-шланг» + ПОДАРОК!

30 м - 990 руб.  
45 м - 1390 руб.  
60 м - 1790 руб.

Уникальный\* шланг состоит из внутреннего жесткого резинового шланга и внешнего – износостойкого из нейлона. \*Конструкция «два в одном» позволяет шлангу увеличиваться в размерах до 3-х раз от своего изначального размера под напором воды! Благодаря такой конструкции шланга вы забудете про изломы и скручивания в процессе использования. Компактен и занимает мало места при хранении или перевозке.

Купите «Чудо-шланг» и получите разно-режимный садовый пистолет в ПОДАРОК!



Мобильный шкаф для одежды из ткани **НОВИНКА**

3990 руб. 2990 руб.

Дешевая мебель из ДСП быстро теряет внешний вид, а долговечная мебель из массива стоит дорого. Если бюджет ограничен, а Вам срочно требуется новый вместительный шкаф, купите мобильный шкаф для одежды из ткани. Он быстро собирается, выглядит очень современно и необычайно удобен в эксплуатации. Мобильный шкаф для одежды из ткани имеет множество глубоких полок, что позволит вам вместить все необходимое. Красивый и солидный на вид тканевый чехол и устойчивый, легкий каркас вместе создают надежную и эстетичную конструкцию. Шкаф устойчив, но при необходимости его можно быстро разобрать и переместить на новое место.

**Матрас Топпер** 90x200 2990 руб.  
с анатомическим 140x200 3390 руб.  
эффектом 160x200 3690 руб.



Многофункциональный парогенератор

2500 руб.  
990 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции, как: паровой уголь, парогенератор, пароочиститель и увлажнитель воздуха. Вырабатывает непрерывный поток пара, за счет чего хорошо проникает в ткань и расправляет складки, чистит, дезинфицирует и избавляет от неприятного запаха.



Мини-печь

3990 руб. 2990 руб.

Компактная альтернатива классической русской печи. Устройство разработано российскими специалистами, знающими толк в приготовлении традиционных блюд. Вы сможете сварить и потомить кашу из различных злаковых культур. Каша получается ароматными и рассыпчатыми, запечь горшочки с овощами и мясным наполнением, испечь хлеб, пироги, ватрушки и другие любимые сдобные лакомства, запечь мясо или рыбу, котлеты и тефтели, сварить суп, приготовить запеканки различного содержания, равномерно разогреть блюда без синтетических микроволн, посушить ягоды, грибы, фрукты и зелень. Экономное потребление электроэнергии. Блюда как из русской печи – традиционно вкусно, питательно и полезно!



Электрический измельчитель Молния

1490 руб. 1290 руб.

Измельчитель Молния незаменимый помощник на кухне. Он один заменяет несколько бытовых приборов (от кофемолки и мясорубки до яйцерезки и блендера). При этом имеет компактный размер. В нем: 2 смеси самозатачивающиеся насадки из стали для пиорирования и нарезки кубиками; вместительная чаша; высокая скорость вращения ножей. Прибор справляется с продуктами разной твердости (кофейные зерна, лед, овощи, фрукты, орехи) и помогает приготовить широкий спектр блюд (пирожки любой густоты, детское питание, соусы, заготовки для салатов и прочее).



Электрический консервный нож Момент

990 руб. 690 руб.

Легко открывает консервные банки с помощью одного прикосновения! Просто положите нож на поверхность крышки и нажмите кнопку. «Умный» робот сам подстраивается под любой диаметр крышки! Оставляет края крышки гладкими и ровными. В подарок ключ, который открывает любые винтовые крышки!



Новое поколение ножей с мраморным покрытием Сила гранита

1350 руб. 790 руб.

Мультислайсер Китчен Мастер

Мультислайсер (3 барабана в комплекте)

2500 руб.  
1290 руб.



Мультислайсер Китчен Мастер

Мультислайсер (3 барабана в комплекте)

1350 руб. 790 руб.

Мультислайсер Китчен Мастер схож с мясорубкой внешне и по принципу работы. Это своего рода терка современного типа, которая справляется с разными видами шинковыми продуктами. Мультислайсер умеет резать овощи ломтиками, брусками, соломкой, кругами и сохраняет их сочными, делать крошки из шоколада, перетирать орехи, натирать сыр или готовить панировку, шинковать капусту в салат, картофель или яблоки тонкими пластинами для чипсов. Устройство легко устанавливается и надежно закрепляется на столе. Лезвия изготовлены из высококачественной стали и не нуждаются в заточке.



Набор кастрюль Kaiserhoff

(Кайзерхоф) 12 предметов (Пр-во Германия)

4990 руб. 3990 руб.

Посуда изготовлена из высококачественной нержавеющей стали. Имеет 5 слойное дно, кленовые металлические ручки и стеклянные крышки. Подходит для индукционных плит. Внутри кастрюль есть измерительная шкала.



Самогонный аппарат Марси 1300

1390 руб. 1290 руб.

Нержавеющая сталь. Производит 1300 мл самогон на час!!! Не требует водопровода. Сделано в России.



Вкусоароматические концентраты на 300 литров коньяка каждому в ПОДАРОК!

Электрическая ножеточка

1790 руб. 990 руб.

Правильная и эффективная заточка ножей надолго! Имеет специальные направляющие, которые позволяют заточить нож по всем правилам - с нужным углом заточки. Моментальная и качественная заточка обеспечивает долговременную остроту ножа. Заточит нож с зубчатым лезвием. Имеется специальный разъем для ножниц и отверток. Работает от 220В.



ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И ВСЕМ РЕГИОНАМ РОССИИ

8 (499) 213-03-16

Многоканальный  
время работы: с 09.00 до 21.00