

№ 5
(365)

ТВ-программа с 4 по 10 февраля 2019 года

ТЕЛЕК

PRESSA.RU

52
КАНАЛА
ТВ

ЛУННЫЙ
КАЛЕНДАРЬ
КРАСОТЫ
НА ФЕВРАЛЬ

стр. 14

«ЛЕНИВЫЕ»
РЕЦЕПТЫ
ДЛЯ БЫСТРОГО
УЖИНА

стр. 10

ИРИНА
ПУДОВА
НА ПОЗИТИВ МЕНЯ
ЗАРЯЖАЕТ СЕМЬЯ

стр. 6



ДЕВЯТЬ
СУПЕРСОВЕТОВ
ЭКОНОМНОЙ
ХОЗЯЮШКЕ

стр. 9

ТАРА
ДЛЯ РАССАДЫ:
КАКАЯ ЛУЧШЕ?

стр. 12

КОМУ ПОМОГАЕТ
КИТАЙСКАЯ
МЕДИЦИНА?

Имеются противопоказания,
проконсультируйтесь
со специалистом.
Лиц. № ЛО – 77-01-000911
от 30.12.2008 г. Реклама

стр. 21

12+

Фото Степана Гладкова





Владимир Машков снова стал Шварцем

В «Московском театре Олега Табакова» (который раньше носил название «Табакерка») состоялся пресс-показ легендарного спектакля «Матросская тишина», который много лет назад поставил в качестве режиссёра основатель «Табакерки» Олег Табаков. Одну из главных ролей – пожилого еврея Абра-ма Шварца – тогда сыграл восходящая звезда кино и театра 23-летний Владимир Машков. Теперь именно он возглавляет в качестве худрука театр, который носит имя Олега Павловича Табакова. И в возрожденном спектакле снова играет Шварца.

– Это одна из самых моих любимых ролей во всей моей актерской карьере, – признался Машков. – Говорят, что дважды в одну реку не входят, но мы нарушили эту установку – и убедились, что не всегда она справедлива...

Ради роли в спектакле, который вошел в репертуар театра, Владимиру Машкову пришлось отрастить бороду, которая ему, кстати, очень к лицу.

Врачи помогли «Ланцу

На Первом канале – премьера сериала «Ланцет» с Павлом Трубинером в главной роли. По сюжету кардиохирург Илья Ладынин оставляет основную специальность и принимает предложение возглавить подразделение больницы, занимающееся внутренними расследованиями.

Так как фильм напрямую связан с медицинской тематикой, без помощи специалистов из этой области не обошлось.

– Я знаю, что для медицинской достоверности сценария над фильмом работал консультант – сердечно-сосудистый хирург, кандидат медицинских наук, – рассказал нам Павел Трубинер. – Тяжелее всего в такой роли – учить текст, потому что он полон профессиональных терминов. Ну и потом, не всегда понимаешь, что ты говоришь, а это вообще катастрофа! К счастью, у меня есть знакомый – пластический хирург, бывший кардиолог, и я у него тоже консультировался перед началом съемок в «Ланцете». И он помогал справиться со сложными терминами.

Полине Агузаровой, которая играет психолога, в ее работе над ролью помогала мама – профессиональный психолог. По признанию актрисы, некоторые профессиональные реакции и приемы она «списывала» с мамы.



«Агенты справедливости» готовы приступить к расследованиям на «ЧЕ!»

Главные герои нашумевшего сериала – известный журналист Евгений Михайлюк и частный детектив Наталья Дзюбенко – помогают обычным гражданам в решении проблем, с которыми не смогла справиться полиция.



Фото телеканала «ЧЕ!»

профессионалов: психологов, криминалистов, судмедэкспертов и баллистиков. Каждая серия – это закрученная детективная история с детальной реконструкцией происшествия, которое расследуют герои сериала. Увидеть расследования можно с 1 февраля на телеканале «ЧЕ!» по пятницам.

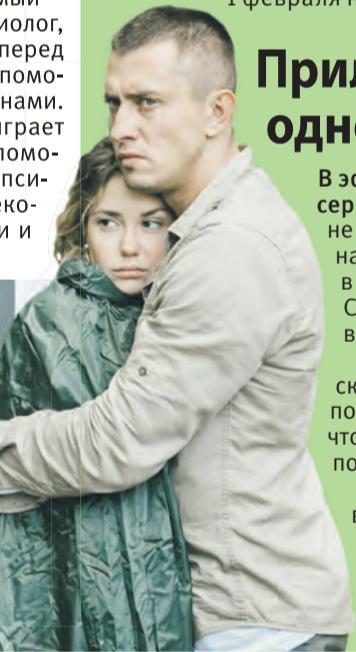
Прилучный попал с одной войны на другую

В эфире телеканала НТВ состоялась премьера сериала «Возмездие». Главную роль в картине – бывшего спецназовца ГРУ Юрия Шатохина – исполнил Павел Прилучный. Пока он был в командировке в горячей точке, его жена Света (Зоя Бербер) ушла к банкиру Смирнову (Александр Макагон).

Однажды во время боя Юра спасает сирийскую девочку и понимает, как сильно скучает по своей дочери Нике. Вернувшись, он узнает, что Ника в опасности. Покинув одну войну, Юра попадает на другую.

– Получилась интересная история про человека, который понимает, что семья, его дочка – это то единственное, что необходимо ему в жизни. Он все отодвигает на второй план и пытается наладить отношения со своей семьей, – поделился Павел Прилучный.

Фото PR НТВ



Народный сезон шоу «Один в один»

Шоу «Один в один» телеканала «Россия» начинает новый сезон – народный! Все, кто мечтал попасть в «телек» и показать, как надо пародировать известных артистов, получили этот шанс. Миллионы зрителей оценят их пародийные таланты. А наставниками станут артисты, которые сами принимали участие в этом проекте.

– «Один в один» – это адаптация самого известного мирового формата «Your Face Sounds Familiar», – рассказывает Юлия Сумачёва, продюсер шоу «Один в один» и генеральный продюсер «ВайТ Медиа» – компании, которая делает это шоу в России. – Передачу смотрят более чем в 40 странах мира, а теперь она возвращается и на наши экраны... Мы получали тысячи писем от фанатов «Один в один»: они требовали продолжения. И утверждали, что и сами смогут удивить телезрителей. И вот их мечта осуществилась в новом сезоне шоу.



Валя Вялых из «Физрука» превратился в бабника

Режиссёр «Физрука» Фёдор Стуков для канала СТС снял новую романтическую комедию – «Девушка с билборда». По сюжету простой пекарь (его сыграл Никита Волков) влюбляется в звезду и наследницу многомиллионного состояния (Анна Чиповская). Она отвечает взаимностью и, взяв женишка под белы рученьки, вводит его в высший свет, где с ним и приключаются различные смешные истории. Одна из главных ролей досталась и Даниилу Вахрушеву, сыгравшему в «Физруке» забавного персонажа с говорящей фамилией – Валю Вялых (он же Усач).



– Мой герой – начинающий бабник и начинающий рэп-артист, – поделился с нами актер. – В целом он добрый парень и является тем персонажем, которым можно развеселить любую сцену.

Андоленко защитила героиню

В Минске идут съёмки исторической саги «Отчим» по заказу Первого канала.

Действие фильма разворачивается в первые послевоенные годы. Главная героиня Анастасия ждет возвращения мужа с войны – несмотря на то, что с ее окончания прошло почти семь лет. Но она верит, что он жив.

В главных ролях в фильме задействованы Карина Андоленко, Антон Хабаров, Владимир Гостюхин, Александр Бухаров и другие актеры.

– Это история – о женщинах, – рассказала нам о своей героине Карина Андоленко. – Она из тех людей, которые учатся все принимать. К сожалению, только в беде и горе человек понимает, что действительно значимо.

Центр Защиты Вкладчиков

Помощь в возврате денег из
• КПК • МФО • БАНКОВ
• АКЦИЙ • СТРАХОВЫХ
КОМПАНИЙ

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

ИЗ ПЕНСИОНЕРОВ – В МИЛЛИОНЕРЫ!

МОСКОВСКИЙ ЦЕНТР РЕНТА

договор
пожизненной ренты

с единовременной выплатой до

5 000 000 р.

и ежемесячными выплатами до 100 000 руб.

Пожизненное проживание
в своей квартире

Оплачиваются коммунальные
платежи и телефон

Предоставляется
уход и помощь
по хозяйству

С нами Вы всегда находитесь защищены и окружены заботой

8(495) 928-98-10

РЕКЛАМА

ООО «МЦРента» ОГРН 1508774605687

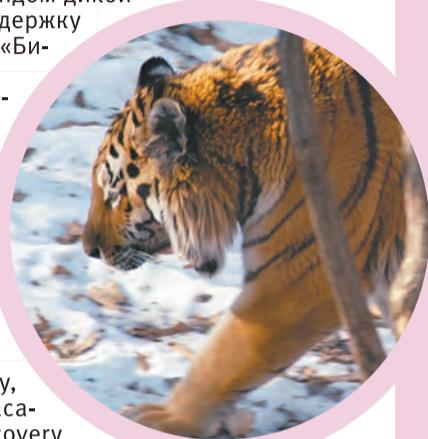
Пожизненная рента выплачивается инвестором согласованным с рентополучателем.

Discovery Channel поддержит тигров

Ещё несколько столетий назад перспектива исчезновения тигров казалась чем-то фантастическим, однако сегодня популяция находится на грани вымирания. Чтобы помочь сохранить один из наиболее уязвимых подвидов – амурского тигра, Discovery Channel снял проект «Спасти тигра», и в партнерстве с Всемирным фондом дикой природы (WWF) окажет финансовую поддержку дальневосточному национальному парку «Бикин».

Режиссером проекта «Спасти тигра» выступил обладатель премии «Оскар» Росс Кауфман, а главными героями вместе с тиграми стали люди, посвятившие свою жизнь их изучению и спасению. В национальном парке «Бикин» Приморского края защитой этих хищников занимается Павел Фоменко – руководитель отдела по сохранению редких видов Амурского филиала WWF России. Уже больше 20 лет он отправляется вместе с коллегами в опасные миссии по гуманному отлову, маркировке и освобождению тигров, спасает животных от браконьеров. Проект Discovery Channel покажет один из самых непростых случаев практики Фоменко. Павел помогает группе по предотвращению конфликтов с крупными хищниками – вместе им предстоит отыскать на огромной территории двух тигрят, маму которых пришлось отловить раньше. В одиночку им просто не выжить.

Российские зрители увидят премьеру в эфире Discovery Channel в марте.
Фото Discovery Channel



Александр Рогов преобразит Ворониных в 500-й серии

Новый сезон сериала «Воронины» стартует на СТС с 4 февраля, и одним из его звёздных гостей станет главный стилист канала Александр Рогов.

По сюжету юбилейной, 500-й серии Кости не верит, что на преображение героев шоу «Рогов. Студия 24» уходят всего сутки.

Чтобы доказать свою правоту, он приглашает ведущего программы Александра Рогова на интервью.

Но вместо сенсационного признания попадает на съёмки проекта и получает не только ответ на свой во-

прос, но и новый неожиданный образ.

– Честно говоря, телевизионный опыт преображения мужчин я начал приобретать сравнительно недавно, – признавался Александр Рогов на площадке. – Но практика показывает, что такие образы получаются не менее эффектными, чем женские. А в целом на пару героев мы действительно тратим не больше двадцати четырех часов – и в это зрители верят. Чаще всего сомневаются в том, что участие бесплатное.

Пользуясь случаем, заявляю: достаточно пройти кастинг.

Фото PR СТС



Собств. инф.

ПОМОЩЬ В ВОЗВРАТЕ ПОТЕРЯННЫХ ВКЛАДОВ И ВЛОЖЕНИЙ:

- ✓ СКРЕДИТНЫХ 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

Реклама

СУХОСТЬ КОЖИ?

Ваша кожа страдает:

Обветривание
Зуд и шелушение
Раздражение кожи



РУ № Р N000330/01



ПРОДАЁТСЯ
только в аптеке

- Восстанавливает обветренную кожу
- Снимает зуд при взаимодействии кожи с синтетикой
- Устраняет сухость и шелушение кожи в холодный период года
- Легко впитывается, не оставляет жирных следов

с витаминами



Ретиноиды®
ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОЕ
НАУЧНО-ПРОИЗВОДСТВЕННОЕ
ПРЕДПРИЯТИЕ

RADEVIT.RU

РЕКЛАМА
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ.
НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С
ИНСТРУКЦИЕЙ ПО ПРИМЕНЕНИЮ

СЕКРЕТ УСПЕХА**Как развить
в себе
креативность?**

Что делать, если от природы аналитические способности в вас преобладают над творческими, а для развития карьеры важно проявлять креативность? Хорошая новость: творческие способности поддаются тренировке!

**СДЕЛАЙТЕ 5 ПРИВЫЧНЫХ ВЕЩЕЙ ПО-НОВОМУ**

Выберите непривычный путь на работу, пригласите на обед коллег, с которыми редко общаетесь, делайте все дела не рабочей рукой, а другой и т.п. Лучший способ стать более креативным – подходить креативно ко всему.

ОБЩАЙТЕСЬ С КРЕАТИВНЫМИ ЛЮДЬМИ

Чтобы настроиться на творческую волну, общайтесь с людьми, которые мыслят нестандартно и постоянно генерируют новые идеи. Вы сможете подсмотреть, как работает «творческая лаборатория» в их голове, и познакомиться с их бесценным опытом.

УВЕЛИЧИТЕ ФИЗИЧЕСКИЕ НАГРУЗКИ

Пока не ясно, как это работает, но физическая активность позволяет спрятанным глубоко в подсознании творческим идеям выплыть наружу.

НЕ ЖДИТЕ ВДОХНОВЕНИЯ, ТВОРите СЕЙЧАС

Многие списывают проблемы с творчеством на отсутствие вдохновения. На самом деле вдохновение часто возникает именно в процессе работы. Действуйте, верьте в себя – и вдохновение придёт!

ЦЕНите СЛУЧАЙНЫЕ МЫСЛИ

Порой креативность просыпается тогда, когда мы не ждем: перед сном, ночью или на прогулке. Эти всплески нужно ценить. Всегда держите под рукой диктофон или блокнот.

Люди редко бывают довольны своим возрастом: сначала мы хотим скорее повзростиеть, а потом мечтаем продлить молодость и боимся наступления зрелости.

Чтобы жить в гармонии с собой, нужно понять, что каждый возраст способен привнести в нашу жизнь новые краски и наполнить жизнь новым смыслом. Мы собрали для вас пять советов, которые позволят научиться принимать свой возраст, каким бы он ни был.

Способ 1**Найти плюсы
зрелого
возраста**

Чаще всего люди страдают не из-за возраста, а из-за внутреннего неприятия изменений в себе. Важно вовремя понять, что процесс изменения организма начинается с рождения и продолжается всю жизнь. В гармонии с собой живут люди, которые умеют приспосабливаться к изменениям тела, созревать духовно и интеллектуально вместе с ним. Пытаться зафиксировать себя в каком-то возрасте – занятие глупое и бессмысленное. Попытка остановить время непременно обернется чувством неудовлетворенности и отсутствием радости. Стабильное социальное и материальное положение, опыт, связи, умение подчеркнуть достоинства и скрыть недостатки, наслаждаться тем, что приносит радость, а не делать то, что модно или престижно, не зависит от мнения окружающих, идти к цели своей дорогой – все это дарит нам зрелость.

Способ 2**Разнообразить
свой досуг**

Расширьте круг общения: вступите в клуб по интересам, придумайте собственные традиции, чтобы собирать у себя друзей и близких или отправляться вместе куда-либо. Главное – не замыкайтесь в четырех стенах, а живите полной жизнью.

5 способов

В 18 тебя волнует, что думают о тебе окружающие. В 40 тебе всё равно, что о тебе думают. А в 60 ты понимаешь, что вообще-то о тебе никто и не думал...

**научиться
принимать
свой возраст****Способ 3****Перенести внимание
на то, что радует**

Это может быть то, что вы всегда умели делать лучше всех, или, наоборот, то, о чем вы мечтали когда-то, но так и не сделали. Дети выросли, и у вас есть свободное время для любимого хобби или для изучения того, на что не было времени раньше. Если жить новыми возможностями, жизнь вновь заиграет яркими красками, а о сожалениях вы и не вспомните.

Способ 4**Начать
мечтать
 заново**

Зрелость – прекрасный возраст, когда обретенная мудрость подсказывает путь для реализации заветной мечты: зрелый человек понимает, как соединить свои юношеские фантазии и устремления с реальными возможностями. Реализуйте свои мечты!

Способ 5**Выбрать для себя
положительный
пример**

Культ молодости, навязываемый СМИ, убеждает нас, что только молодой человек может быть успешным и желанным. Но на самом деле женщина зрелого возраста, накачанная ботоксом, в тинейджерском наряде, вызывает чувство неловкости.

В то же время ухоженная, не скрывающая свой возраст, но умеющая подать себя женщина выглядит мило и вызывает уважение.

Например, Жюльет Бинош, в отличие от многих голливудских ровесниц, не стесняется морщинок, но задорный блеск в глазах и чувство собственного достоинства делают ее куда привлекательнее молодящихся сверстниц.

ЭТО ИНТЕРЕСНО

Если еще в XX веке процесс старения воспринимался как должное, как закономерный биологический процесс, то тенденция XXI века – сохранить молодость любой ценой. Как известно, спрос рождает предложение: сейчас женщинам доступно огромное количество способов продления молодости, которыми они активно пользуются.

Высокий по сравнению с предыдущим столетием уровень жизни и медицины привел в XXI веке к увеличению продолжительности жизни и отсрочиванию старости. Всемирная организация здравоохранения приводит такую классификацию биологического возраста:

- 25-44 года – молодость;
- 44-60 лет – зрелость;
- 60-75 лет – поздняя зрелость;
- 75-90 лет – пожилой возраст;
- после 90 лет – долгожители.

В Европе уже осознали проблему, там эйджизму (дискриминации по возрасту) и культу молодости объявлен бой. Период от 50 до 70 лет не принят называть старостью, появился новый термин – «третий возраст».

Ольга БЕЛЬСКАЯ

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

Без соли – силы нет, а без соли – вкуса нет

Это только одна из сотен поговорок, посвященных соли. Истории неизвестно, как давно соль стала использоваться людьми. В результате археологических раскопок в Прикарпатье было обнаружено место добычи соли, которому несколько десятков тысячелетий. У многих народов в древности соль считалась сакральным продуктом. Солью клялись, с помощью рассыпанной солонки объявляли войну, соль дарили молодоженам... Итак, сегодняшняя наша викторина посвящена пищевой соли.

1. Основной источник поваренной соли – именно этот минерал. Как его правильно называют?

- a) Галит.
б) Сольбалит.
в) Сильвинит.

2. В Средние века соль была дорогим продуктом, в том числе и на Руси. Известно, что солил еду всегда хозяин: кого любил и уважал – побольше, а незнакомцу, незваному

- гостю могло вообще не достаться соли. Какая поговорка родилась в связи с этим?
а) Несолено хлебавши.
б) Без соли, без хлеба – половина обеда.
в) Всем угодишь – себе насолишь.
3. При дворе царя существовала специальная престижная должность – солоничий. Человек, занимающий эту должность, пользовался дове-



рием государя и особым уважением знати и купцов. Что входило в обязанности солоничего?
а) Назначал купцам цену за соль.

- б) Заведовал солью, насыпал ее в солонки, которые стояли на столе у правителя.
в) Взыграл соляной налог.

ОТВЕТЫ

1-а. Галит.	2-а. Сольбалит.	3-б. Сильвинит.
б. Солонка.	в. Солонка.	в. Солонка.
в. Солонка.	а. Солонка.	а. Солонка.

Книга Гузель Яхиной «Зулейха открывает глаза» переродилась дважды: сначала это был сценарий, потом автор создала на его основе роман, который был опубликован в 2015 году.

A спустя короткое время после издания книга снова стала сценарием одноименного кино. Его для телеканала «Россия 1» создают кинокомпания «Русское» и режиссер Егор Анашкин. Зрители знают Егора по таким проектам, как «Жизнь после жизни» и «Кровавая барыня». Именно ему доверили рассказать историю обычной татарской женщины, чья тяжелая судьба переплелась с многострадальной судьбой России.

«Вдохновлена судьбой бабушки»

Гузель Яхина взяла за основу книги и сценария судьбу своей бабушки, семья которой была в 30-е годы прошлого века раскулачена и сослана в Сибирь. Писательница с интересом следит за работой съемочной группы.

— Семья бабушки отправилась в ссылку в январе 1930 года — именно в это время начинается и действие романа, — рассказывает Гузель Яхина. — По причудливому маршруту, через Алтай, они наконец-то доехали до Красноярска. По Енисею и Ангаре их сплавляли до глухого места в тайге. Высадили на берегу реки Большая Пита — это приток Ангары. Переселенцы организовали трудовой поселок, который называли Пит-городок. У меня поселок в книжке называется Семрук. Но многие вещи я «списывала» именно с бабушкиной судьбы. Она провела в ссылке с родителями 16 лет. И только в 1946 году, когда уже закончилась война, вернулась в родные края и начала работать в школе учителем русского языка — за время ссылки она подзабыла татарский язык, но выучила русский. И даже говорила с сибирским оканьем. Роман тоже заканчивается 1946 годом.



Сергей Маковецкий в роли профессора Лейбе.



Юлия Пересильд в роли Настасьи.



Евгений Морозов в роли Ивана Игнатова.



Александр Баширов в роли Горелова.

Зулейха скоро откроет глаза

— Только не надо думать, что Зулейха — это моя бабушка! — уточняет писательница. — Бабушка попала в ссылку ребенком, а мне хотелось показать историю, пережитую взрослой женщиной. И по большому счету все главные герои — это все моя бабушка.

Сначала была Кама

Первые съемки проходили неподалеку от Казани, на берегу реки Камы. Она «играла» холмистую Ангару, на берегу которой в далеком 1930 году была высажена на берег горстка раскулаченных переселенцев. Из провизии у ссылочных — мешок соли. Одежда — та, что на них, чудом не истлевшая за полугодовое скитание по железной дороге, пока их, бедолаг, доставляли в место ссылки. Среди них и главная героиня — необразованная молодая женщина из татарской деревни по имени Зулейха. Ее муж, зажиточного крестьянина Муртазу, НКВДшник убивает на ее глазах — за неповиновение советской власти. Уже утром она, отказываясь верить в происходящее, ехала с другими «кулаками» в Казань —

Только Чулпан

Актерский ансамбль картины потрясающий: Чулпан Хаматова, Сергей Маковецкий, Елена Шевченко, Юлия Пересильд, Роза Хайрулина, Александр Баширов, Евгений Морозов, Роман Мадянов... Здесь каждый артист — «штурчный». Каждая мельочка в кадре — убедительна и достоверна. Как нам удалось узнать, в роли Зулейхи автор романа Гузель Яхина видела только Чулпан Хаматову. И, признаюсь, трудно представить на этом месте другую актрису. Хрупкая, беззащитная, покорная — это все то, что незнакомые люди видят в маленькой женщине Зулейхе. Но и невиновная сила воли, жажда жизни и готовность идти до конца за любимых людей — это тоже она, Зулейха.

место сбора врагов советской власти. В деревне осталась свекровь, мать Муртазы, которая ненавидела и унижала Зулейху — и при этом была абсолютно зависима от нее, ведь Упыриха (так Зулейха про себя называла свекровь) была слепой. Так в однажды изменилась жизнь Зулейхи, не видевшей счастья с мужем, похоронившей четырех новорожденных девочек и проклинаемой свекровью за то, что именно она досталась ее сыну.

Поезд из Щербинки

Сцены вынужденного путешествия по железной дороге снимались в подмосковной Щербинке. Именно там есть полигон, на котором нашлось все необходимое: паровоз того времени, а также ангара с вагонами-теплушками, которые становились временными пристанищем раскулаченных людей.

Одна из сцен, снятых здесь, была написана специально для кино. В ней героиня Юлии Пересильд, Настасья, топором отрубает Зулейхе косу — и прошло вместе с ней.

— У Гузель Яхиной очень вкусная проза, которую чрезвычайно трудно перевести на язык кино, — рассказывает Юлия Пересильд. — Чтобы из книги получился сериал, сценаристам пришлось дополнить и расширить авторский замысел. Именно поэтому в сюжете появились новые сцены и даже герой.

Лариса ЗЕЛИНСКАЯ,
Русина ШИХАТОВА

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

РЕКЛАМА

Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

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

ВКЛАД
ВЛОЖИЛИ И ВСЁ
ПОТЕРЯЛИ?!

МЫ ВАМ
ПОМОЖЕМ!

Группа помощи обманутых
вкладчиков! Звоните!
Вместе мы справимся!

8-495-231-03-44

Реклама

Рег. № Декларации РОСС РК 00111АГ58 от 10.04.2018

Реклама

Ирина Пудова, известная телеведущая как ведущая программ «Вокруг света» и «Моя планета», отныне работает на телевидении в новом качестве.

Несколько месяцев назад она дебютировала на Первом канале в качестве ведущей новой телепередачи «Сегодня». День начинается, куда приглашают именитых гостей. Правда, не одна, а на пару с Родионом Газмановым. Вместе они «зажигают» так, что коллеги невольно интересуются: вам гости не мешают?

Своя ниша

— Ирина, может, и правда вам гости не нужны?

— Что вы! Не только мы «заряжаем» их позитивом и хорошим настроением, но и сами от них подзаряжаемся. К нам на передачу приходят люди не просто известные, а в первую очередь талантливые, а талант, как известно, притягателен.

— Какой критерий отбора гостей? И кого бы лично хотели видеть среди героев телепередачи?

— Мне нравятся спортсмены. Они невероятно собранные, дисциплинированные люди. То же можно сказать о танцовщиках балета.

— Волнение испытываете перед гостями? Всё-таки люди разные, и ведут они себя по-разному.

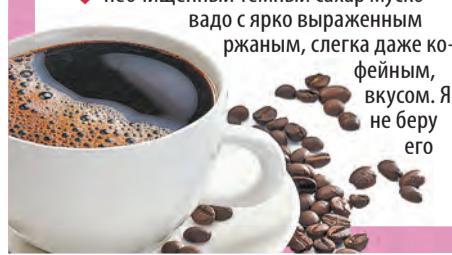
— Безусловно, поэтому некое внутреннее напряжение присутствует. Но нам повезло — нас двое. Если один вдруг «провисает», второй тут же подхватывает нить разговора.

ПОДРОБНОСТИ

— Мне нравится думать, что кофе меня бодрит и помогает мыслить ясно, — хотя кто знает? Ведь силу самоубеждения никто не отменял! Раз уж сейчас зима, расскажу, как я варю его зимой (у настоящего кофемана всегда есть и летний вариант, я считаю). На две порции ароматного согревающего зимнего кофе берем:

✓ восемь чайных ложечек кофейных зерен (сейчас я больше всего люблю эфиопский кофе — это всегда арабика);

✓ неочищенный темный сахар мусковадо с ярко выраженным ржаным, слегка даже кофейным, вкусом. Я не беру его



Ирина ПУДОВА:

Меня программирует моя семья»

КСТАТИ

— Ирина, не поверю, что при вашей жизнестабильности ума и характера вы не заглядываете вперед и не строите планов. Поделитесь хоть немногими мечтами...

— Мечтаю создать образовательный проект для молодежи. Собрать, например в Артеке, детей — победителей международных олимпиад и рассказывать о них. Это очень motivирует. Талантливых детей

много, но много ли о них знают? Другую свою мечту вынашиваю вместе с Алексеем Никулиным — моим коллегой. У него есть своя яхтенная школа. Вместе мы задумали нынешним летом отправиться по Средиземному морю на большом паруснике вместе с детьми и их родителями. Программа называется «Отец и сын». Планируем два похода — в июне и августе. У каждого человека на борту будут свои обязанности и своя задача. Кто-то будет готовить, а кто-то, к примеру, снимать кино — классическое travel-movie. Будет только один профессиональный оператор, все остальное будут делать участники похода.

— Отправляясь снова в дорогу, вы личным примером доказываете, что бывших путешественников не бывает...

— Угадали. Мечтаю на нашем канале осуществить проект, связанный с путешествиями. Надеюсь, что такая возможность появится.

— Что есть в вашей передаче такого, чего нет у других?

— Мы не начинаем день, а продолжаем его. Заряжаем людей не только на хорошее настроение, но и на актуальную информацию. Скажем, должен пройти какой-то фестиваль, и мы приглашаем его участников рассказать о предстоящем событии...

Для активных телезрителей

— Каждый человек сам программирует свой день. Известное изречение «как год начнёшь, так его и проведёшь» можно перефразировать: «как день начнёшь, так он и пройдёт». Вы лично как себя программируете?

— Меня программирует моя семья — муж и три

КСТАТИ Семейный день — суббота

— Говорят, делу время, потехе час. А сколько времени у вас остаётся на семью?

— Суббота — семейный день, праздник для детей. Суббота полностью посвящается им, как и воскресенье. Но в воскресенье мы уже делаем уроки.

— Дочки уже такие большие?

— 8, 6 и 4 года. Правда, младшей Анечке пока ничего не задают. У средней Алёны — музыкалька и подготовка к школе. У старшей Нasti — задания, задания, задания... Хотя в прошедшее воскресенье спонтанно вдруг сорвались с места и поехали летать в аэротрубе. Это нереально круто!

Я уже раньше летала, а вот дети и муж — впервые.

И танцуем, и поём

— Вы экстремалка?

— Обожаю, когда адреналин зашкаливает. Я — отчаянный сноубордист, и скоро мы едем с семьей кататься в Австрию.

— Семья предполагает домашние обязанности. Вы какая хозяйка?

— Надеюсь, мои не обижаются. Готовить люблю, но часто под настроение. В основном мы готовим с девочками вместе — булочки, кексики. Выручает мультиварка, при помощи которой варим супы и каши. Мои дочки не любят сложносочиненные блюда. Каким-то естественным образом мы умудрились перейти на здоровое питание. Не покупаем, к примеру, шоколад и печенье, а с удовольствием едим сухофрукты и орехи, любим мясо, запеченное на гриле, овощи.

— В чём же секрет вашего хорошего настроения?

— В семье, в чашечке кофе по утрам. Я варю его в турке и обязательно свежемолотый. У меня свой рецепт приготовления и любимые сорта. Я и своего напарника Родиона Газманова «подсадила» на кофе. У меня есть тренер, и я танцую просто для удовольствия. Также играю на укулеле — это такая маленькая гитара. Еще я беру уроки вокала. Все вокруг поют, и я подумала: чем я хуже? (Смеется).

Фото Степана Гладкова из личного архива Ирины Пудовой

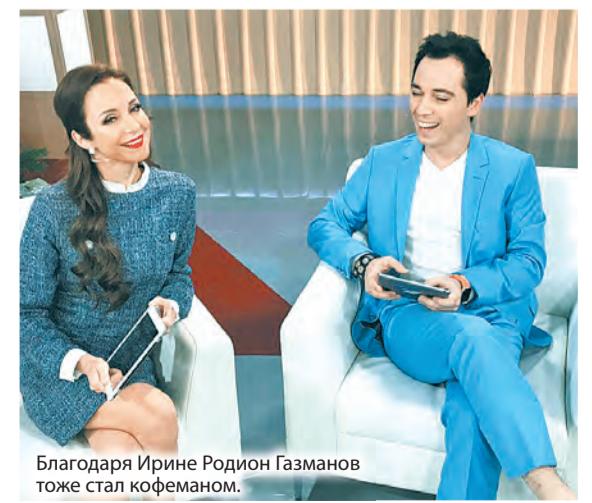


Рецепт её кофе

много, сахар тут как специя, для легкого привкуса. Мусковадо почти невозможно брать ложкой, он липкий, возьмите количество величиной с грецкий орех, не ошибитесь;

✓ специи для кофе зимой: пол чайной ложки кардамона, столько же корицы, три гвоздички, щепотка мускатного ореха, если не планируется молока или сливок — то пол ложечки цедры лимона и апельсина. Все специи и кофе засыпаем в кофемолку, перемалываем. Смесь кофе и специй из кофемолки чайной ложкой с длинной ручкой пересыпаем в турку. Да, на вид — кофе в турке очень много, но благодаря этому он получится и густым, и креп-

ким, и насыщенным. В кофейную смесь заливаем воду, оставляя верхнюю кромку турки свободной (вода должна быть очень чистой, лучше из бутылки, но можно и из фильтра). Варим. Так как кофе много, я помешиваю его, пока он совсем не нагреется, некоторые, наоборот, категорически против помешивания. Ах да, микропотоку соли добавляйте прямо в процессе варки, чтобы немного сгладить остаточную кислотность, особенно, если в кофе цедра. Пока варится, такой кофе безумно вкусно пахнет! Теперь не отходите от кофе ни на шаг, не дайте ему закипеть. Видите красивую густую пену?! То что надо, приятного аппетита!



Благодаря Ирине Родион Газманов тоже стал кофеманом.

Наталья АНОХИНА

Дизайнеры одежды и модные стилисты назвали основные топовые цвета нынешней зимы. Все они имеют романтические, можно сказать, особые названия, которые получили в институте цвета Pantone.

И так, особо актуальными и модными цветами нынешней зимы являются цвета-оттенки «синяя туманность», «винная оливка», «лепесток крокуса». С чем они сочетаются и какой образ помогут создать?

Винная оливка

Он не так агрессивен, как хаки, и не так откровенен, как болотный, хотя близок к обоим. «Винная оливка» зимы-2018/2019 содержит приглушенные оттенки зрелой зелени и дубовой коры. Этот сложный, но благородный оттенок работает своеобразным корректором нашего образа – он влияет на восприятие соседних цветов. Рядом с этим цветом не стоит находиться тусклым, невзрачным тонам – он их просто «съест». А вот красные и оранжевые оттенки, наоборот, заиграют особыми красками. «Винной оливкой» модные дизайнеры предлагают заменить черный и темно-синий.



3 МОДНЫХ ЦВЕТА ЗИМЫ

Синяя туманность

Этот оттенок очень близок к любимому многими цвету морской волны – спокойный синий с каплей зеленого. Туманно-синий напоминает цвет осеннего неба в самом начале сумерек. Этот оттенок значительно светлее и элегантнее сочной морской волны, поэтому подойдет практически для любого случая. «Синяя туманность» уместна как в деловом, так и в романтическом образе, а также на дружеской вечеринке, в театре, в торжественной обстановке и т.д. Утонченно-изысканным сделает ваш образ туманно-синий total look. А в паре со светлыми кондитерскими оттенками («крем-брюле», «взбитые сливки») «синяя туманность» будет выглядеть исключительно элегантно. Для создания эффектного, запоминающегося образа этот оттенок рекомендуют носить в паре с оранжевым, также очень популярным в этом сезоне.

- Я слышал, ты сделал предложение девушке, которую встретил на танцах вчера вечером?
– Это правда...
– И ты никогда не встречал её раньше?
– Никогда. Но понимаешь, я танцевал с ней шесть раз подряд, и просто не мог придумать, что сказать еще.

Лепесток крокуса

Этот нежный, слегка прохладный оттенок сиреневого наверняка приведет в восторг романтическую натуру. «Лепесток крокуса» единственный из всей тройки никак не связан с холодными временами года и скорее напоминает о ранней весне. Этот оттенок также просится быть воплощенным в воздушном шифоне или тонком шелке. Однако зимой он прекрасно выглядит на кашемировых свитерах и элегантных пальто. Комбинировать «лепесток крокуса» кутюрье предлагают с такими же светлыми, легкими или вовсе нейтральными оттенками. Самые смелые могут экспериментировать и с яркими тонами – например, с «красным маком».



Кстати

Специалисты института цвета Pantone и ведущие кутюрье одним из главных и самых модных цветов наступившего, 2019 года назвали цвет с очень романтическим названием – «живой коралл» – это особый оттенок оранжевого с золотистыми тонами. Именно этот цвет, по мнению дизайнеров и специалистов моды, наверняка понравится тем, кто ценит комфорт и уют, то есть практически всем: ведь комфорт и уют любят каждый. К тому же, «живой коралл» подходит практически любому оттенку кожи, неискажая цвета лица, а в некоторых случаях даже корректируя его в лучшую сторону.

Светлана ИВАНОВА

Авторы фото: SmartPhotoLab, Estrada Anton/Shutterstock.com и открытые интернет-источники



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 займет новая печь всего около одного квадратного метра на стене, не потребует 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 системе... А еще... Да мало ли отговорок мы слышали о том, почему в квартире вдруг становится холодно. Послушав о причинах похолодания, мы достаем обогреватели, какие у кого есть: масляные,

тепловентиляторы, калориферы. Одни сушат воздух, другие угрожают пожаром, к третьим нельзя подпускать детей. В общем, мороки с ними не меньше, чем с громадной русской печью. При этом они еще крайне «прожорливы»: счет за электроэнергию лучше оплачивать с закрытыми глазами!

Обогреватель «ТеплЭко» разом решает все эти проблемы. Он представляет собой декоративную панель, внутри которой спрятан хромоникелевый нагреватель, залитый составом из кварцевого песка. «ТеплЭко» можно использовать как отдельно, так и создавать отопительные системы – количество обогревателей зависит от площади. Один обогреватель устанавливается на 9 квадратных метров, при условии стандартной высоты потолков. До требуемой температуры такая панель нагревается за 10-15 минут, а остывает, как плотная кирпичная стена, – несколько часов.

«ТеплЭко» не сушит воздух, не сжигает кислород, пожаробезопасен (так как поверхность не нагревается более чем до 98 градусов) и в четыре раза экономнее обычного чайника (даже за сутки 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 других 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 спо-

собы 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.

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.



АКЦИЯ!
ВСЕГО 2400
РУБЛЕЙ

ООО «ТД ТеплЭко», 199155, г. Санкт-Петербург, ул. Железнодорожная, д. 13, лит. А, пом. 2Н, ОГРН 1157847014456. РЕКЛАМА



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 | www.tepleko.ru
8 925 060-65-78 | 8 800 333-05-35

Остерегайтесь подделок!

(бесплатный по России)

Владимир Фекленко, известный зрителям по сериалу «Мухтар. Новый след» (НТВ), в котором он сыграл главную роль (опера Максима Жарова), признается, нас очень удивил.

Оказывается, актер уже несколько лет следит принципам раздельного питания. А пришел он к этому не ради себя, а ради жены и дочки, которую с помощью данной методы Владимир и его супруга Камилла смогли избавить от аллергии.

Телёнок

из интернета

– Владимир, недавно были праздники – наверное, еще свежи воспоминания? Расскажите, пожалуйста, что обычно готовите в праздничные дни?

– Моя жена делает бесподобный салат оливье, а также запеченную утку, которая и создает атмосферу праздничного застолья.

– Кто в вашей семье отвечает за готовку?

– У нас в этом смысле – полная взаимозаменяемость, и не только на кухне! Я все могу делать, за исключением глажки: я не навижу гладить, и это дело у меня категорически не получается! Поменяюсь на что угодно, лишь бы не гладить! А посидеть с дочкой или что-то приготовить – мне только в радость.

– У вас есть свои проверенные рецепты?

– Я так скажу: возможность войти в интернет и подсмотреть рецепт понравившегося блюда очень расслабляет память, поэтому, если я что-то готовлю – то тут же забываю рецепт, а при следующей готовке ищу его снова. Однажды это сыграло со мной злую шутку. Как-то мы с женой и дочкой отправились в Вильнюс. Поехали на машинах, с нами был еще мой товарищ, актер Александр Бобров, со своей семьей. По дороге в Минске мы в магазине купили каре теленка. И вот в Вильнюсе в новогоднюю ночь я готовил этого теленка в апельсиновом соусе. Там была гвоздика,

Я сторонник раздельного питания»



еще какие-то приправы... Помню, я так был вдохновлен приготовлением этого блюда, и таким оно показалось вкусным! Позже я пытался найти этот рецепт – но все было не то! Вот чем плоха возможность готовить еду по подсказке.

В мире столько вкусов!

– Расскажите, пожалуйста, о ваших главных принципах в еде.

– Уже много лет я сторонник раздельного питания по доктору Волкову.

– **Как к этому пришли?**

– Моя сестра смогла так вылечить аллергию у своего ребенка. А у Мирославы тоже была аллергия на молочный белок, и мы тоже решили попытаться. Дочка была на грудном вскармливании, поэтому анализы нужно было сдать моей жене. И они начали, а я присоединился – так сказать, за компанию, потому что не очень логично,

Для романтики – стейк

– Каким образом вы обрабатываете пищу?

– На первом месте у нас стоит еда, запеченная в духовке или приготовленная на пару.

– А что бы вы приготовили вечером выходного дня, пребывая в романтическом настроении?

– Я бы зажарил стейк! Назовите пять продуктов, которые есть в вашем доме всегда.

– У нас всегда есть авокадо, бананы, оливковое масло, паста, без которой я не мыслю жизни, и соус песто!



ДЕТАЛИ С маминими пирогами не сравнится ничто!

– Из чего состоит ваш завтрак?

– Каша – овсяная, рисовая или пшенная, кускус или булгур.

– Каши варите или завариваете кипятком?

– В зависимости от настроения. Если я на раздельном питании, то это будет каша на воде и с солью. Если настроение «разнудзданное» – то каша будет сладкая, с сухофруктами, фруктами, орехами, вареньем, медом...

– **Вспомните самое вкусное блюдо в вашей жизни.**

– Сходу вспомнил португальское блюдо кузиду – национальное блюдо Азорских островов. В большой чан кладут кровяную колбасу, мясо – лопатки, ребра – бараны и свиные, капусту и рис. В земле вырывается большая яма, куда и опускают этот чан на несколько часов. А поскольку Азорские острова – вулканические, то под землей достаточно горячо. И получается, что это блюдо томится в натуральной подземной печке. Это блюдо мы заказали в ресторанчике с еще одним моим товарищем – актером Владиславом Котлярским – и готовили его тут же, при нас. Это было запоминающееся, самое необычное кулинарное приключение. Но не скажу, что это было самое вкусное блюдо в жизни. Потому что с маминими пирогами с яблоками и корицей не сравнится ничто!



биться – и тогда чуть-чуть набираю вес.

– **Вы постоянно на раздельном питании?**

– Нет, мы входим в этот режим питания примерно на три-четыре месяца, а потом делаем перерыв. Происходит это примерно один раз в год. Раздельное питание хорошо тем, что ты не ограничен в количестве еды: например, ешь макароны с овощами – и столько, сколько хочется. При таком типе питания очень важно знать, какие продук-

ты с какими сочетаются. К примеру, если вечером ты ешь мясо – есть «правильный» список того, что можно взять в качестве гарнира. Это могут быть огурцы, перец, гранат, лимон, грейпфрут или любая зелень. И вот тут возникают необычные сочетания: например, салат с грейпфрутом. Такое разнообразие вкусов помогает настроить мозг на понимание того, что ты в данный момент хочешь съесть.

Елена СОКОЛОВА

Фото из личного архива Владимира Фекленко

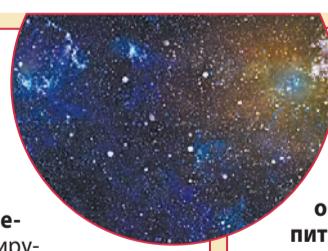
Зайцы против кроликов

Большинство думает, что кролики и зайцы – почти одно и то же. Но это не так. Они настолько разные, что даже не могут иметь общего потомства. И привычки у них разные. Зайцы – одиночки, дом у них там, где ночь застала. Кроликам нравится рыть свои норки рядом с соседями. Порой они устраивают целые города из норок. Кролики миролюбивы, а зайцы – настоящие драчуны. На Украине даже есть мужское имя Зайко, и оно вовсе не ласковое.



Фейерверк из космоса

Япония запустила на орбиту спутник, который хранит на борту 400 металлических шариков. Планируется, что в 2020 году первые 20 шариков будут выпущены над Хиросимой, и они полетят, сгорая в атмосфере, как звездопад. Получится фейерверк, который смогут увидеть несколько миллионов человек. Устроители этого действия хранят в секрете состав сплава, из которого сделаны шарики. Благодаря сплаву, горение будет происходить медленнее, значит, все успеют загадать желание.



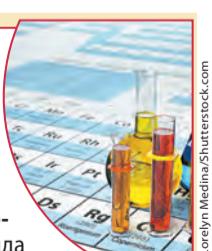
Зачем нужен мальчик для битья?

В прежние века детей вообще не было принято воспитывать и развивать. Лишь королевским особам прививались необходимые манеры и знания. А чтобы уроки лучше усваивались, заводили специального мальчика для битья. Ведь королевская особа неприкосновена, поэтому наказывали другого ребенка. Как ни странно, подобное воспитание приносило положительные плоды, ведь играть маленьким королям разрешалось только с этими самыми мальчиками для битья.



Великий Менделеев

Существует легенда о том, что свое величайшее изобретение – таблицу химических элементов – Дмитрий Менделеев увидел во сне. Эта легенда возникла еще при жизни ученого. Когда однажды ему рассказали эту занимательную историю, Менделеев страшно огорчился: «Я, может, лет двадцать думал об этом, и это было намного труднее, чем просто увидеть таблицу во сне». Мало кто знает, что всего лишь 10 % трудов ученого посвящено химии. Зато он принимал активное участие в освоении Арктики.



Светлана СИДОРЧУК

Неважно, ограниченный у вас семейный бюджет или не очень, экономия ему никогда не повредит.

Mы приготовили для вас несколько советов, которые помогут в этом деле.

**УДАЛЯТЬ НАКИПЬ,
ЧТОБЫ ЭКОНОМИТЬ
ЭЛЕКТРИЧЕСТВО**

Чайник, очищенный от накипи, закипает гораздо быстрее, а значит, электричества вы тратите меньше. А если удалять накипь при помощи народных средств, то экономия будет двойная. Вместо специальных дорогих средств можно использовать дешевые заменители – пищевой уксус или лимонную кислоту.

ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

Курение, алкоголь, любовь к сладкому – это не только вредные привычки, но и лишние расходы. Отказавшись от вредной привычки, вы получите неплохую прибавку к семейному бюджету.

**ДЕЛАТЬ
ДОМАШНИЕ
ЗАГОТОВКИ**

Засушенные, замороженные, засоленные, замаринованные овощи, фрукты, грибы и ягоды, заготовленные летом и осенью, позволят вам не переплачивать за эти продукты в зимний период, да к тому же получить полезные витамины.

**СКАЧАТЬ
ПРИЛОЖЕНИЕ –
АГРЕГАТОР СКИДОК**

Чтобы быть в курсе скидок и выгодных акций, установите на смартфон одно из приложений, где собраны скидки продуктовых супермаркетов, магазинов одежды, обуви, бытовой техники и электроники: Tiendeo, Едадил, SkidkaOnline, Biglion и др. Вовремя отслеживая информацию о скидках, вы сможете совершать выгодные покупки и не переплачивать.

4



**ПОКУПАТЬ
ПРОДУКЦИЮ
СОБСТВЕННЫХ
ТОРГОВЫХ МАРОК
ГИПЕРМАРКЕТА**

Продукты под торговой маркой гипермаркетов стоят дешевле, чем аналогичные товары раскрученных брендов. Качество продукта при этом не страдает, а выгода налицо.

5

**ОТКАЗАТЬСЯ
ОТ БИЗНЕС-ЛАНЧЕЙ,
БРАТЬ ЕДУ ИЗ ДОМА**

Вместо посещения дорогих кафе или поедания фастфуда заведите экономичную и полезную привычку – готовить ланчбокс дома. Если на улице тепло, можно устроить пикник в соседнем сквере во время обеденного перерыва: ланчбокс для этого – идеальное решение.

**ВЕЩИ
«НА ОДИН РАЗ»
ПРИОБРЕТАТЬ С РУК**

Платье на выход, детскую одежду и другие товары, которые вы будете использовать один раз или недолго, выгоднее покупать с рук. Если у вас есть такие вещи, их тоже можно недорого продать: вам выгода, а людям польза.



**ИЗУЧАТЬ
БЕСПЛАТНЫЕ
ВАРИАНТЫ
ОТДЫХА**

Чтобы отдохнуть и развлечься, не обязательно посещать места, где билеты стоят по несколько тысяч рублей. Накануне выходных или праздничных дней изучите культурную программу, которую бесплатно предлагают музеи, парки и другие досуговые организации.

**ВЫБИРАТЬ
УПАКОВКИ
БОЛЬШОГО
ОБЪЁМА**

Стоимость пузырька составляет чуть ли не половину стоимости товара. Выбирая большие упаковки, мы можем сэкономить. Для удобства можно использовать небольшие пузырьки с дозатором, подливая по мере необходимости в пустой флакончик средства из большой тары.

Светлана
СИДОРЧУК

Фото: RossHelen, zolotine/Shutterstock.com

СТОЛИЦА
ЛИЗИНГОВАЯ КОМПАНИЯ

Лизинговая компания «Столица» предлагает вам новый инструмент для умножения Ваших сбережений – инвестиции в лизинг. Лизинг – это предоставление в долгосрочную финансовую аренду собственного имущества компании. На сегодняшний день лизинговая компания «Столица» занимает одну из лидирующих позиций по направлению операционного лизинга. Наша компания развивает такие направления деятельности, как лизинг спецтехники, оборудования, коммерческой недвижимости.

Чем обеспечивается отличная доходность по привлекаемым инвестициям?

Лизинговая компания «Столица» получает прибыль даже в случае невыплат по договору лизинга. Мы возвращаем свое имущество назад и реализуем его со скидкой в размере уже поступивших платежей.

Основной гарантией для инвесторов выступает тот факт, что все имущество, приобретенное на ин-

вестиционные средства, остается в собственности компании.

Высокая рентабельность бизнеса нашей компании, помимо лизинговых операций, достигается также за счет различных видов деятельности в сфере автотранспорта и оказания услуг населению.

Средняя ставка по таким операциям от 5% в месяц от 50 000 руб. на срок от 1 года*. Благодаря привлечению инвестиций мы получаем более высокие скидки у автопроизводителей, что позволяет нам извлекать дополнительную прибыль при закупке техники. Наша компания находится под строгим контролем государства в лице Федеральной службы по финансово-мониторингу, при этом все инвестиции привлекаются строго в соответствии с федеральным законом. Приглашаем Вас уже сегодня посетить наш офис в центре Москвы и задать все интересующие вопросы нашим сотрудникам. Также мы будем рады осуществить консультацию по бесплатному телефону горячей линии.

Общество с ограниченной ответственностью Микрокредитная компания «Ларимар» ОГРН 1187746148292. Деятельность регулируется ЦБ РФ. Рег. № 1803045008913. Денежные средства привлекаются от юридических лиц на основании договора займа, остальные условия займа по тел. Общество с ограниченной ответственностью «Столица», ОГРН 1177746992576

*Подробности об остальных условиях, определяющих полную стоимость займа и влияющие на нее, по тел.

**Сумма и сроки договора являются примером. Договор может быть прекращен по желанию клиента после 3-го месяца с полной выплатой процентов. Предложение не является публичной офертой.

***Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их проведения по тел.: 8-800-555-90-56.

РЕКЛАМА

**Принимаем
инвестиции до 62%
годовых**

Сумма	Первый месяц	Каждый следующий месяц	Восемнадцатый месяц
от 50 000 до 500 000 р.	41% годовых	+1%	58% годовых
от 500 000 до 1 млн р.	43% годовых	+1%	60% годовых
от 1 млн р. до 3 млн р.	45% годовых	+1%	62% годовых
от 3 млн р.	особые условия		

* Пример: при заключении договора на сумму 400 000 р. ваш доход составит: за 5 мес. 45% годовых – 75 000 р., за 11 мес. 51% годовых – 187 000 р., за 18 мес. 58% годовых – 348 000 р.

- Ежемесячное повышение процентной ставки
- Возможность частичного снятия и пополнения
- Своевременные выплаты ежемесячно или в конце срока договора

Москва, ст. м. «Сухаревская»
Большой Сухаревский переулок, 25, стр. 2
Время работы:
Пн-пт с 10:00 до 20:00, сб с 11:00 до 18:00

Получите БОНУС до 5%
от суммы инвестиции сразу!

**АКЦИЯ ДЕЙСТВУЕТ ДЛЯ НОВЫХ КЛИЕНТОВ С 14.01.2019 ПО
16.02.2019 ТОЛЬКО ПРИ ПРЕДЪЯВЛЕНИИ ДАННОГО КУПОНА!

Бывает, нам нужно приготовить обед или ужин с минимальными трудозатратами и, по возможности, быстро.

Именно на такой случай изобретены так называемые «ленивые» блюда, рецепты которых мы публикуем сегодня. Каждое из этих блюд отличается своимзнаком «ленивости». Паровые котлетки, например, не нужно переворачивать, а котлеты с зеленым пюре и ленивые голубцы в духовке – формировать. Блюда получаются сытными и очень вкусными, и при этом они не сильно калорийные. Фарш можно использовать любой: из свинины, говядины, птицы и т.д. Самые интересные вкусы получаются при смешивании разных фаршей.

Паровые котлеты с морковью



Испанская кухня.
На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ:
600 г мясного фарша, 1 луковица, 2 моркови, зубчик чеснока, 2 куска белого хлеба, 100 мл молока (или воды), 1 яйцо, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 124 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 С хлеба срезать корочки, залить молоком.
2 Морковь и чеснок натереть на мелкой терке, лук нарезать мелкими кубиками.
3 В фарш добавить все овощи, яйцо и хлеб, посолить, поперчить, тщательно вымесить.
4 Сформировать небольшие котлетки, выложить в пароварку и готовить 25-30 минут.



Знай и помни!

Тщательно пережевывая мясо, даже рубленое, мы делаем сразу три полезных дела:
 ● стимулируем выработку пищеварительных соков в желудке,
 ● обеспечиваем естественную санацию десен,
 ● поддерживаем тонус лицевых мышц.

Котлеты из птицы с пюре из зелени

Болгарская кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 600 г фарша из птицы (курица, индейка), 1 луковица, пучок зелени (петрушка, укроп, кинза и т.д.), 1 яйцо, 2 ст. л. минеральной газированной воды, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 143 ккал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Лук и зелень измельчить в блендере до состояния пюре.
2 В фарш добавить зеленое пюре, яйцо, минеральную воду, посолить, поперчить, тщательно вымешать.
3 Жарить котлеты обычным образом, выкладывая на сковороду с помощью столовой ложки.



Котлеты из фарша с цукини

Словенская кухня.

На 6 персон

ИНГРЕДИЕНТЫ:

800 г мясного фарша, 1 крупная луковица, 1-2 зубчика чеснока, 1 цукини (или кабачок), 100 г панировочных сухарей, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 153 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Лук и цукини натереть на крупной терке, чеснок пропустить через пресс.
2 Все овощи добавить в фарш, посолить, поперчить, тщательно перемешать.
3 Добавить панировочные сухари, перемешать еще раз до однородности.
4 Сформировать котлеты и выложить на устланый пергаментом или фольгой противень.
5 Запекать в разогретой до 180-190 градусов духовке 25 минут, после чего аккуратно перевернуть котлеты и запекать еще 40-50 минут.



– Дорогой, будешь еще котлетку?
– Конечно, дорогая. Я же так старался.
– Хм... Вообще-то котлеты готовила я.
– Ну, я имею в виду, когда выбирал жену.



Быстрые куриные котлетки с творогом

Русская кухня.

На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ:

600 г куриного фарша, 100 г нежирного творога, 2 яйца, 1 небольшая луковица, растительное масло, щепотка мускатного ореха, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 117 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

1 Отделить желтки от белков.
2 Лук натереть на мелкой терке.
3 Тщательно смешать все ингредиенты и сформировать небольшие котлетки.
4 Жарить на хорошо разогретом растительном масле с обеих сторон обычным способом.



Ленивые котлеты с овощами



Турецкая кухня. На 4 персоны
ИНГРЕДИЕНТЫ: 600 г мясного фарша, 2 луковицы, 2 помидора, 1 болгарский перец, пучок петрушки, 1 ст. л. томатной пасты, молотый черный перец, соль по вкусу.

Калорийность (на 100 г): 154 ккал.
СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:
1 Фарш посолить, поперчить, влить 100 мл холодной



воды, тщательно перемешать, выложить в форму и убрать в холодное место на полчаса.

2 Лук и помидоры нарезать крупными полукольцами, перец – соломкой, петрушку мелко нарубить.

3 Выложить овощи на фарш в следующем порядке: лук, помидоры, перец.

4 Овощи посолить, поперчить и поставить форму в разогретую до 200 градусов духовку на 30 минут.

5 Томатную пасту размешать в 150 мл горячей воды, посолить, добавить петрушку и залить содержимое формы.

6 Вернуть форму в духовку и готовить до полного выпаривания жидкости.



Наташак и песня не поётся.

Что пожуёшь, то и поживёшь.
Нет лучше доли, чем поесть вволю.

Народные пословицы

«Ленивые» блюда из рубленого мяса



Ленивые голубцы в духовке

Хорватская кухня. На 4 персоны

ИНГРЕДИЕНТЫ: 300 г мясного фарша, 400 г белокочанной капусты, 1 луковица, 1 морковь, 0,5 стакана риса, 100 г сметаны, 1 ст. л. томатной пасты, 1 ч. л. сахара, растительное масло, молотый черный перец, соль по вкусу.
Калорийность (на 100 г): 158 ккал.

СПОСОБ ПРИГОТОВЛЕНИЯ:

- 1 Рис сварить до полуготовности.
- 2 Капусту мелко нашинковать, морковь натереть на крупной терке, лук нарезать небольшими кубиками.
- 3 Спассеровать лук и морковь в небольшом количестве растительного масла.
- 4 В большой миске смешать фарш, рис, капусту и спассерованные овощи, посолить, поперчить, перемешать и выложить в форму для запекания.
- 5 Отдельно смешать сметану, томатную пасту и сахар, посолить, развести 100-150 мл воды и залить в форму.
- 6 Запекать в разогретой до 180-200 градусов духовке до готовности (40-45 минут).



ТЕХНИКА METALNOVA –
удобная, надёжная,
профессиональная
техника для глаженья
у вас дома!



**ПАРОГЕНЕРАТОРЫ
С УТЮГОМ**

**ГЛАДИЛЬНЫЕ
СИСТЕМЫ**

**ГЛАДИЛЬНЫЕ
ДОСКИ**

- ✓ ГАРАНТИЯ 3 ГОДА
- ✓ БЕСПЛАТНАЯ доставка по Москве
- 📍 Новочерёмушкинская ул., д. 57

www.damadoma.ru



Компания «Дама Дома»
ПРИЁМ ЗАКАЗОВ И КОНСУЛЬТАЦИЯ:
8 (800) 555-57-05, 8 (495) 646-13-27
звонки бесплатные!

Какую рассаду выращивать, уже решено. Теперь пора решить, в чём её растить.

Kонечно, можно просто пойти купить специальную тару для рассады. Сейчас это не проблема. Кажется, что стоит она недорого, но требуется ее много, поэтому самодельные емкости для выращивания рассады помогут сэкономить.

Фольги-рованная упаковка

Для рассады важен не только свет, но и тепло. Очень часто на наших холодных подоконниках тоненькие корешки молодых растений подмерзают. Отличной защитой на этот случай послужит емкость для рассады, сделанная из фольгированной упаковки. В таких обычно выпускают сок, молоко и другие напитки.

Технология очень проста: пакет разрезают на две части. В одной делают дренажные отверстия и насыпают грунт, другую половинку используют в качестве поддона. Такие прямоугольные упаковки удобно устанавливать, как ячейки, в одну большую емкость: так проще ухаживать за всей рассадой сразу.



Пластиковые бутылки

Это самый распространенный материал для изготовления практически любых подручных средств на даче. Чего только ни делают из пластиковых бутылок: и умывальники, и поливальные, и совочки, и ограничитель для клумб и грядок, и тару для рассады.

Молодую рассаду до первой пикировки можно посеять в одну большую емкость. Для этого отлично подойдет пятилитровая бутыль. Срезаем у нее боковую часть, делаем снизу дренажные отверстия раскаленным шилом или толстой иглой. В качестве поддона можно использовать половину от еще одной такой же бутыли. А если нужен парниковый



По статистике, 40 % помидоров, выращенных с помощью генной инженерии, когда на них учатся целоваться, отвечают взаимностью.

эффект, то можно не срезать до конца стенку, а оставить в виде крышки. Тогда можно будет регулировать приток воздуха к растениям.

Когда зеленушка подрастет и настанет время ее пикировки и пересадки по отдельным емкостям, в ход пойдут бутылки поменьше. Можно брать полуторалитровые и сажать в них по несколь-

ко ростков. А можно взять и совсем маленькие бутылочки и сделать из них «персональные квартиры». Это очень просто. Бутыль разрезается пополам, в крышечке делаются отверстия, затем крышечку навинчивают на горлышко. Половину бутылки горлышком вниз вставляют во вторую половину, получается своеобразный поддон. Все, можно насыпать грунт и помещать в емкость рассаду.

Торфяные таблетки своими руками

Торфяные таблетки и стаканчики удобны тем, что растение можно посадить на грядку прямо в таре. Это помогает избежать травмирования корней и укорачивает период адаптации рассады к новым условиям. Но получается, что такая тара – одноразового использования. А каждый год покупать ее дорого. Поэтому можно научиться и самим делать торфяные емкости для посадки рассады.

Итак, берутся торф, перегной, прокаленный в духовке грунт в одинаковых пропорциях, добавляются минеральные удобрения, вода, и все перемешивается до состояния густого теста.

Получившуюся массу выкладывают на любую удобную поверхность слоем 5 см и высушивают. Тут важно не прозевать момент, когда масса уже схватится, но еще не пересохнет, чтобы нарезать ее на



Деревянный ящик

Самые рукодельные могут соорудить красивый и надежный ящик для рассады из дерева. Для этого подойдет доска из сосны. Размер ящика рассчитывается из размера вашего подоконника. Детали перед сборкой шлифуются (занозы неприятны всем), покрываются сначала защитным средством, а затем лаком.

Можно сделать ящик из фанеры, а чтобы было еще удобнее, хорошо сделать его разборным. Тогда по завершении сезона такой ящик будет легко вымыть и убрать на хранение.



Бумажные стаканчики

Самый простой вариант. Если пластиковые бутылки и упаковки из-под сока не у всех дома появляются, то уж туалетная бумага точно есть в каждом доме. Важное уточнение: для рассады лучше использовать дешевую бумагу.

Неплохо подходит также газетная бумага, она должна преесть, чем туалетная.

Из бумаги делают кулечки, снизу кулечки заворачивают так, чтобы получилось донышко. Удобно такими бумажными стаканчиками заполнить одну большую емкость, например, дно пятилитровой бутыли.

Подготовила Валерия ПАШЕЧКИНА

ЛУННЫЙ КАЛЕНДАРЬ ДАЧНИКА НА ФЕВРАЛЬ

1 февраля	осматриваем садовый инвентарь и емкости для рассады (моем, ремонтируем).
2 февраля	заготовляем черенки, сеем на рассаду лук-порей, корневую петрушку, острый перец.
3 февраля	готовим картофель к ранней посадке, выкладываем его для яровизации; обрезаем больные и подмороженные ветви у кустов и деревьев.
4 февраля	защищаем хвойные и молодые растения от солнечных ожогов, уничтожаем вредителей.
5 февраля	ухаживаем за комнатными растениями, боремся с вредителями, сеем на рассаду ревень.
6 февраля	сеем на рассаду и в теплице томаты, перец, баклажаны, капусту.
7 февраля	сеем на рассаду и в теплице тыкву, спаржу, листовые салаты.
8 февраля	вносим минеральные удобрения.
9 февраля	сеем на рассаду редис и редьку, достаем, осматриваем и ставим на проращивание клубни многолетних цветов.

10 февраля	с растениями не работаем.
11 февраля	сеем капусту на рассаду: белокочанную, брокколи и цветную.
12 февраля	отличный день для посадки капусты: савойской, краснокочанной, цветной.
13 февраля	продолжаем посадку капустных, можно сеять все сорта и виды.
14 февраля	занимаемся подготовкой грунта для рассады.
15 февраля	с растениями не работаем.
16 февраля	корнеплоды сажаем на рассаду, высаживаем луковичные, в теплицах и на подоконниках сеем зелень.
17 февраля	замачиваем, стратифицируем и барботируем семена, которые нуждаются в обработке.
18 февраля	сеем на рассаду тыквенные: кабачки, патиссоны, арбузы, тыквы, огурцы.
19 февраля	сажаем перец, баклажаны, томаты, физалис, огурцы, капусту, лук, укроп, петрушку, шпинат и спаржу.

20 февраля	в саду обтрясаем вредителей с веток, обрезаем ветви с морозобоинами.
21 февраля	сеем, сажаем и пересаживаем декоративные растения.
22 февраля	стоит заняться пересадкой и пикировкой, корни перенесут эти процедуры без потерь.
23 февраля	продолжаем пересаживать растения в горшках и в теплице.
24 февраля	сеем на рассаду однолетники.
25 февраля	полив и подкормка не рекомендуются.
26 февраля	сеем и сажаем корнеплоды: морковь и лук.
27 февраля	сеем свеклу и сельдерей.
28 февраля	боремся с вредителями, поливаем, рыхлим, подкармливаем.

Фазы Луны: с 1 по 4 февраля – убывающая Луна, 5 февраля – новолуние, с 6 по 18 февраля – растущая Луна, 19 февраля – полнолуние, с 20 по 28 февраля – убывающая Луна.

Если вы хотите похудеть довольно быстро и с удовольствием, сейчас самое время.

П отому что оно лыжное. Именно лыжи дадут столько плюсов, что другим видам спорта такое количество будет не под силу.

Считаем плюсы

Вес не помеха

Ходьбой на лыжах можно заниматься даже с большим количеством лишнего веса, так как этот вид фитнеса менее травмопасен для позвоночника, связок и суставов, в отличие от классического бега, прыжков со скакалкой и т.д.

Свежий воздух

Занятия проходят на свежем воздухе, благодаря чему каждая клеточка нашего организма насыщается кислородом.

Все мышцы заняты

Лыжи, как и скандинавская ходьба, прорабатывают все группы мышц, в том числе и самые мелкие.

Радость сердцу

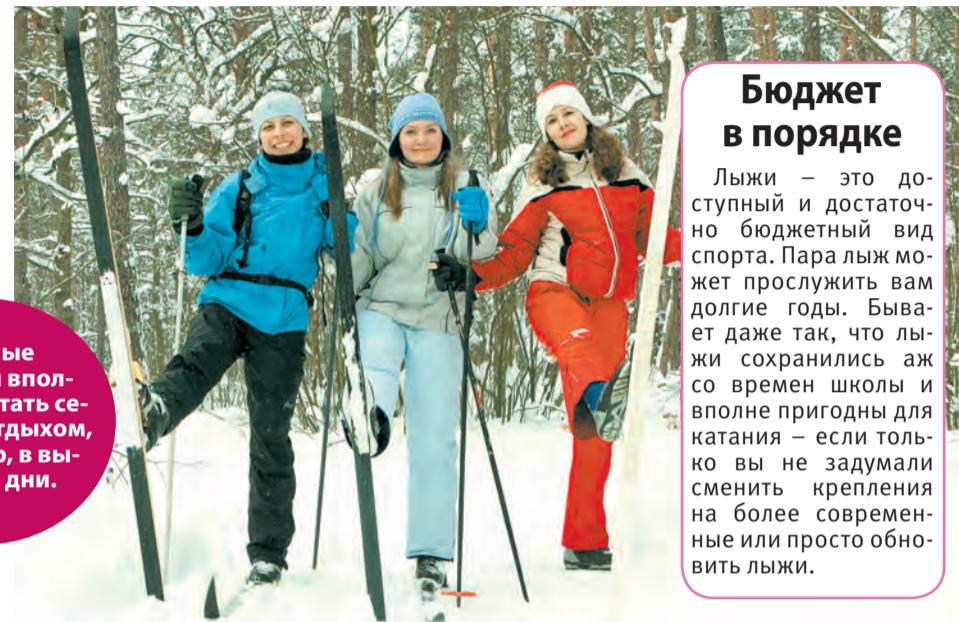
Нормализуется артериальное давление, укрепляются сердце и сосуды.

Очищение

Очень часто лыжник потеет. И это хорошо! Словно в бане, вместе с потом выводится все вредное и ненужное, очищающая таким образом наш организм.

Сжигается жир

Научно доказано, что за час лыжной прогулки можно избавиться от 500-1200 килокалорий в зависимости от техники, интенсивности тренировки, а также рельефа местности.



Лыжные прогулки вполне могут стать семейным отдыхом, например, в выходные дни.

В 5 раз увеличивается количество эндорфинов (гормонов счастья) в крови во время ходьбы на лыжах.

Растёт жизненная эффективность

При катании на лыжахрабатываются такие качества, как выносливость, сила, ловкость, выдержка и т.д. А это значит, что в других сферах жизни эти качества помогут выполнять поставленные задачи более эффективно. Например, на пятый или девятый этаж при необходимости вы подниметесь с легкостью и без одышки.

Важно!

При некоторых состояниях лыжи могут быть противопоказаны:

- если есть тяжелые заболевания сердечно-сосудистой системы,
- существуют болезни суставов,
- есть простуда, астма или астматический бронхит,
- послеоперационный период,
- онкология.

Муж возвращается домой поздно ночью и говорит жене:
– Дорогая, ты никогда не угадаешь, где я был!
– Обязательно угадаю, но сначала мне бы хотелось выслушать твои версии.

Жена говорит мужу по телефону:
– У меня компьютер не работает.
– А кнопочку такую большую нажимала?
– Нажимала.
– А шнур в розетку воткнут?
– Сейчас возьму фонарик и посмотрю.
– А фонарик зачем?
– Так свет же отключили.

ЗАМУЧИЛИ ПАПИЛЛОМЫ И БОРОДАВКИ? «ПАПИЛОАКТИВ» ПОМОЖЕТ УДАЛИТЬ ИХ НАВСЕГДА!

Несколько лет назад я удаляла ПАПИЛЛОМЫ в воротниковый зоне и на груди лазером, остались шрамы. На месте самой крупной из них разросся некрасивый КЕЛОИДНЫЙ РУБЕЦ, выглядит ужасно и на самом видном месте. ПАПИЛЛОМЫ стали расти теперь и под мышками, и в воротниковом зоне, но самое страшное – появились вокруг глаз. Я в панике! Гульнара, 35 лет. г. Самара

Бородавки и папилломы – не просто неэстетичные образования, это результат попадания в организм человека опасных для здоровья вирусов. Избавиться от напасти сложно: даже при радикальном иссечении (удаление лазером, жидким азотом, электрокоагуляцией) есть высокий риск их повторного появления.

Поэтому действовать нужно двумя путями – снаружи и изнутри. С этой задачей отлично справляется двухфазный комплекс «ПапилоАктив». Комплекс включает в себя поддерживающие иммунитет капсулы «ПапилоАктив» и сыворотку «ПапилоАктив» для нанесения аппликатором непосредственно на образования. Это сертифицированное средство для удаления образований на коже в домашних условиях.

Декларации ЕАЭС №РУ Д-RU.ВЯ01.В.331641, ЕАЭС №РУ Д-RU.А/81.В.08415, ИП Курбатов Александр Владимирович, ОГРН ИП 313183121100028. РЕКЛАМА

Комплекс «ПапилоАктив» – проверенное двухфазное средство для удаления нежелательных кожных образований без операций!



ВНИМАНИЕ!

Вы можете получить 2 препарата 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 препарату.

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

За здоровьем к травнику Гордееву

ТРАВЯНЫЕ СБОРЫ И ЧАИ ЦЕЛЕБНЫЕ ТРАВЫ (собранные в экологически чистых районах России)
БАЛЬЗАМЫ, СИРОПЫ, МАЗИ, КРЕМЫ ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ («Живые крупы», талканы)
БАШКИРСКИЙ МЁД

www.travogor.ru
г. Москва, м. «Пушкинская», «Чеховская», ул. Тверская, 12, стр. 7
8 (495) 629-94-49, 8 (495) 629-96-36
ООО «Травник Гордеев М.В.» 450521, Россия, РБ, Уфимский район, с. Русский Юрмаш, ул. Заводская, 4. ОГРН 1070272003185. Св-бо об аккредитации Центра здравоохранения №4.77.004-03 Российской программы «Здоровое питание – здоровье нации».

ЖИЗНЬ В ПАНСИОНАТЕ

Переезжайте в пансионат для пожилых людей на постоянное проживание!

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

ООО «Полное доверие» ОГРН 1157746545483 Реклама

Только для жителей Москвы и области!

Тел. (495) 120-10-03



НЕ разбирайте РЕЧЬ по телевизору? МИР СЛУХА

ЦИФРОВЫЕ СЛУХОВЫЕ АППАРАТЫ по ЦЕНАМ ПРОШЛОГО ГОДА!

С РАЗБОРЧИВОСТЬЮ РЕЧИ! ТОЛЬКО ДО КОНЦА ЯНВАРЯ!

• БЕСПЛАТНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

• СКИДКИ ДО 50%

• ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА НА ДОМ

• БАТАРЕЙКИ В ПОДАРОК!

8 (495) 411-90-16

Наши центры по всей Москве:

• «Третьяковская», «Новокузнецкая», ул. Пятницкая, д. 28

• «Курская», ул. Казакова, д. 6 стр. 1

• «Сухаревская», ул. Сретенка, д. 27/29

• «Белорусская», ул. 1-я Брестская, д. 62

Имеются противопоказания. Необходимо проконсультироваться со специалистом



Реклама

Календарь красоты

ВОСКРЕСЕНЬЕ СУББОТА

ЧЕТВЕРГ

СРЕДА

ВТОРИК

ПОНЕДЕЛЬНИК



ПЯТНИЦА

2 февраля

Убывающая Луна в Козероге
Неплохой день для начала курса детокса, увеличения нагрузки в спортзале и пары уроков по приготовлению ПП-блюд. Можно записаться к мастеру по коррекции бровей и сделать маникюр в стиле «нод».

СУББОТА

ЧЕРДА

ВТОРИК

ПОНЕДЕЛЬНИК

1 февраля

Убывающая Луна в Козероге
Неплохой день для начала курса детокса, увеличения нагрузки в спортзале и пары уроков по приготовлению ПП-блюд. Можно записаться к мастеру по коррекции бровей и сделать маникюр в стиле «нод».

2 февраля

Убывающая Луна в Козероге
Начните день с фруктового салата и сыра, но помните, что Луна в эти сутки приветствует в меню больше белка. Не забывайте пользоваться защитными кремами – кожа скажет спасибо. Порадуйте себя покупкой нижнего белья.

3 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Посетить парикмахерскую стоит тем, кто жаждет перемен. Новая стрижка надолго улучшит настроение и привлечет удачу. Попутно можно сделать чистку лица. И вспомните про педикюр – пора привести в порядок пяточки.

4 февраля

Убывающая Луна в Водолее
Отличный день для прогулок и общения. Совместите приятное с полезным и после лыжного кросса посетите с подругами хаммам. Отличный повод проскрабировать кожу, ополоснуть волосы лечебным отваром трав, увлажнить локотки.

5 февраля

Луна в Водолее, новолуние (неблагоприятный день)
День, который лучше посвятить отдыху. Гармонии в душе помогут достичь дыхательные практики и ароматерапия. Можно повалиться в ванне с хорошей книгой, послушать классическую музыку.

6 февраля

Растущая Луна в Рыбах
Овощи в рационе помогут ощутить легкость во всем теле. Сегодня неплохо бы поделать упражнения на растяжку и проработать забитые мышцы триггерным валиком. Решив окрасить шевелюру, отдавайте предпочтение натуральным красителям.

7 февраля

Растущая Луна в Рыбах
Сегодня отлично удастся стрижка, окрашивание и даже просто укладка. Смелые особы могут замахнуться на татуаж или микроблейдинг бровей. Если хочется еще большего экстрима, рассмотрите вариант нитевого омоложения кожи.

8 февраля

Растущая Луна в Овне
День подходит для основательного шопинга. Можно «прошвырнуться» по бутикам с бижутерией, порадовать себя покупкой шелкового шарфа или необычной броши. Присмотрите новое платье, скоро представится повод его выгулять.

9 февраля

Растущая Луна в Овне
Если вас не пугают трудности, можно замахнуться на окрашивание в стиле «обратное омбре». Долго, но эффектно! Поухаживайте за ручками – тут на помощь придут ванночки, массаж, питательный крем.

10 февраля

Растущая Луна в Овне (благоприятный день)
Тем, кто не желает прибегать к помощи пластических хирургов, Луна рекомендует попробовать SMAS-лифтинг. А для домашнего ухода обзаведитесь галькой – отличное приспособление для массажа шеи и области декольте.

11 февраля

Растущая Луна в Тельце
Хороший день для похода в сауну или баню. Не забудьте прихватить с собой хорошую компанию и пару-тройку всевозможных кремов, скрабов и масел. Побалуйте кожу массажем и питательными средствами.

12 февраля

Растущая Луна в Тельце
Сегодня неплохо бы подпитать кожу головы и саму шевелюру. Салонному уходу можно вполне предпочесть домашние маски на основе натуральных ингредиентов – эффект должен понравиться. Побалуйте пяточки жирной маской.

13 февраля

Луна в Близнецах, первая четверть (неблагоприятный день)
Пробовали ли вы когда-нибудь громко петь? Нет? Попробуйте – отличная тренировка связок. Вместе с пением в эти лунные сутки можно заниматься гимнастикой.

14 февраля

Растущая Луна в Близнецах
Отличный день для плетения кос, в том числе африканских, и покупки нового головного убора. Только пусть он не будет слишком тугим. К слову, примерьте шляпку, а вдруг? В спортзале уделите внимание бедренным и ягодичным мышцам.

15 февраля

Растущая Луна в Раке (благоприятный день)
Время подходит для любых процедур. Можно попробовать биоревитализацию. Хороши обертывания и аппаратный массаж. Чтобы чувствовать себя легко, возможно, придется пересмотреть принципы питания.

16 февраля

Растущая Луна в Раке
Решившись сегодня на окрашивание волос, вы получите именно тот оттенок, на который рассчитывали. Хороший результат обещает шугаринг. Для того, чтобы кожа выглядела нежно и молодо, не забывайте увлажнять воздух в квартире.

17 февраля

Растущая Луна в Льве
Не самый подходящий день для химического воздействия на волосы. Поэтому биозавивку и осветление отложите на другое время. Зато можно делать маски, покупать уходовую косметику для волос – не забудьте про термозащиту.

18 февраля

Растущая Луна во Льве
Сегодняшняя стрижка добавит образу легкости и легкомысленности. А окрашивание в темные тона поможет стать спокойнее и чувствовать себя комфортнее. Хорошее время, чтобы озабочиться здоровьем ноготков и посетить дерматолога.

19 февраля

Луна в Деве, полнолуние (неблагоприятный день)
Если хотите нравиться противоположному полу, попробуйте окрашивание в теплые оттенки. Маникюр лучше выбирать неброский, интеллигентный. А вот юбки и шпильки в этом вопросе всегда вне конкуренции.

20 февраля

Убывающая Луна в Деве
В эти сутки приветствуются эксперименты с имиджем. Ухаживая за кожей, вспомните про отшелушивающие и очищающие маски. День подходит для любых спа-процедур, всех видов массажа и вольности в виде возделенного пирожного.

21 февраля

Убывающая Луна в Весах
Удовольствие от стрижки сегодня получат даже самые придирчивые модницы. Собственно, такой же сногшибательный эффект обещает и окрашивание волос. Неплохое время, чтобы посетить подолога и подлечить трещинки на пятках.

22 февраля

Убывающая Луна в Весах
Взбодриться в эти лунные сутки поможет виньяса-йога, контрастный душ и апельсиновый сок. Неплохой день для фитотерапии во всех ее проявлениях. С мешками под глазами помогут справиться домашние маски.

23 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе
Стрижка будет способствовать удаче, а антивозрастные процедуры обещают отличный результат. Неплохой день для покупки декоративной косметики. Массу приятных минут подарит спорт.

24 февраля

Убывающая Луна в Скорпионе (благоприятный день)
Хороший день для романтического свидания. К нему следует подготовиться: посетить салон красоты, подкорректировать брови, возможно, нарастить реснички.

на февраль



Чудак, ко- пящий не деньги, а книжки	Частая причина появления заканки	Авторитет в политической партии	"Ковер" тундры	Природ- ный дар парфю- мера	Желтая одежда Маяков- ского	Первый блин узнаем в нем	Карто- фель к гамбур- геру	Это когда мяч где-то на трибунах	Гречка - крупинка к кру- пинке	Разрыв Аввакума с Нико- ном	Градусы, которые закусы- вать надо	Лойко Зобар, любивший Раду
Скрытая пакость				Сухая "мойка" для шуб и дубленок						Семейная хроника пером романиста		
Вредный печной газ	Любит закусы- вать пловцами											Причина нейской погоды
Задушев- ная нег- ритянская музыка	Мини- отпуск		Деталь рюкзака, натираю- щая плечо									
Домашнее животное божьей коровки												
Галдеж на школьной перемене												
Птица с младенцем в клюве	Единица длины в морском деле											
Глаз - точней, чем ватерпас	Bison bonasus			Победить - значить одержать его	Какая родня брат отца для меня?	Ссадина по сравне- нию с пе- реломом	Его добывают в спорт- битве	Англий- ский титул	Спасена от смерти Комари- ком			
Кипари- сова сестрица				Мужичок, который "ни рыба," ни мясо"	Станция техобслу- живания для судов					Шахмат- ный статус рокировки		
	Сыре- для избушки Зайца					"Живет моя ... в высоком терему"						

«ФУЖУНЬБАО ПЛЮС»

РАСТИТЕЛЬНЫЙ СТИМУЛЯТОР ПОТЕНЦИИ ДЛЯ МУЖЧИН
НОВЫЙ КУРСОВОЙ ПРЕПАРАТ ИЗВЕСТНОГО БРЕНДА

Секс в любви
всегда счастье!



АКЦИЯ

продлена до конца зимы
цены снижены на 30%*

ООО «Активная жизнь» СОГР №RU.77.99.11.003.Е.002395.06.16 от 08.06.2016 г.
Срок проведения акции с 30.01.2019 г. по 28.02.2019 г. Подробности об организаторе акции,
о правилах ее проведения, количестве призов, скидках, сроках, месте и порядке их получения на <http://furunyao-plus.ru> БАД. Реклама.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВОМ

Спрашивайте
в аптеках:
Трика, Маяк
Тел.: 8 (495) 364-39-00

ТЕЛЕК



ПОДПИШИСЬ на 2-е ПОЛУГОДИЕ 2019 ГОДА ПО ЛЬГОТНЫМ ЦЕНАМ!



ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

С 1 февраля по 31 марта вы можете оформить **ЛЬГОТНУЮ
ПОДПИСКУ** на наши издания **на 2-е полугодие 2019 года!**

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



Стоимость
льготной подписки
на «ДАЧА pressa.ru»
на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (2 номера)	6 месяцев (12 номеров)
54,57 руб.*	327,42 руб.*

Подписной индекс **П2940**
в каталоге «Почта России»

Газета выходит 2 раза в месяц



Стоимость
льготной подписки
на «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»
на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (1 номер)	6 месяцев (6 номеров)
29,66 руб.*	177,96 руб.*

Подписной индекс **П2960**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит 1 раз в месяц

Темы журнала «ДАЧНЫЙ СПЕЦ»
во 2-м полугодии 2019 года**

Июль	Овощные заготовки: кабачки, баклажаны, капуста	в продаже с 01.07.19
Август	Заготовки на зиму: помидоры, свекла, морковь	в продаже с 05.08.19
Сентябрь	Лук и чеснок: посадка, уход, защита	в продаже с 02.09.19
Октябрь	Яблоня и виноград: сорта, уход, защита	в продаже с 07.10.19
Ноябрь	Розы: сорта, уход, дизайн	в продаже с 02.11.19
Декабрь	Гортензии и пионы: сорта, уход, дизайн	в продаже с 02.12.19

ВНИМАНИЕ: подписку можно оформить на любые понравившиеся
вам номера (для этого при оформлении подписки выберите
соответствующие месяцы). *Цены указаны по каталогу «Почта
России» для жителей г. Москвы (с доставкой до почтового ящика).
Цена может незначительно меняться в зависимости от региона
доставки. Уточните стоимость подписки в отделениях связи и на
сайте <https://podpiska.pochta.ru> **Редакция имеет право изменить
тему журнала.

Темы журнала «ДОМАШНИЙ ПОВАР»
во 2-м полугодии 2019 года**

Июль	Консервирование	в продаже с 08.07.19
Август	Заготовки	в продаже с 12.08.19
Сентябрь	Мясо и птица	в продаже с 09.09.19
Октябрь	Выпечка	в продаже с 07.10.19
Ноябрь	Салаты и закуски	в продаже с 02.11.19
Декабрь	Новогоднее меню	в продаже с 02.12.19



Стоимость
льготной подписки
на «ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ pressa.ru»
на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (2 номера)	6 месяцев (12 номеров)
48,42 руб.*	290,52 руб.*

Подписной индекс **П2961**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит 2 раза в месяц



Стоимость
льготной подписки
на «ДОМАШНИЙ ПОВАР»
на 2-е полугодие 2019 г.

1 месяц (1 номер)	6 месяцев (6 номеров)
31,64 руб.*	189,84 руб.*

Подписной индекс **П5927**
в каталоге «Почта России»

Журнал выходит 1 раз в месяц

Возникли вопросы по подписке? Звоните в редакцию: 8 (495) 933-95-77 (доб. 237)

Реклама



ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1

РОССИЯ



ТВЦ



НТВ

РОССИЯ К

Культура

СТС

СТС

05.00 Телеканал «Доброе утро»
 09.00 Новости
 09.25 «Сегодня 4 февраля. День начинается». (6+)
 09.55 «Модный приговор». (6+)
 10.55 «Жить здорово!» (16+)
 12.00 Новости с субтитрами
«КАВКАЗСКАЯ ПЛЕННИЦА, ИЛИ НОВЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ ШУРИКА». (12+)
 СССР, 1966. Комедия.
 В ролях: Александр Демьяненко, Наталья Варлей.
 14.00 Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)
 15.00 Новости с субтитрами
 «Давай поженимся!» (16+)
 16.00 «Мужское / Женское». (16+)
 17.00 «Время покажет». (16+)
 18.00 Вечерние новости с субтитрами
 «Время покажет». (16+)
 «На самом деле». (16+)
 19.50 «Пусть говорят». (16+)
 21.00 Время
«ЛАНЦЕТ». (12+)
 К Ладынину приходят коллекторы с требованием погасить задолженность по ипотеке в течение суток. В больнице очередное ЧП - пропала пациентка.
 23.30 Премьера. «Большая игра». (12+)
 00.30 «Познер». (16+)
01.30 «ВОЙНА И МИР». (16+)
 02.45 «На самом деле». (16+)
 03.00 Новости
 03.05 «На самом деле». (16+)
 03.50 «Мужское / Женское». (16+)



05.00 Утро России
 09.00 Вести
 09.25 Утро России
 09.55 «О самом главном». (12+)
 11.00 Вести
 11.25 Вести.
 Местное время
 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
 12.50 «60 минут». (12+)
 14.00 Вести
 14.25 Вести. Местное время
 «Кто против?» (12+)
 «Кто против?» - дискуссия в прямом эфире с гостями в студии. В обсуждении принимают участие специально приглашенные эксперты, а также зрители, которые являются полноценными участниками процесса. Зрители могут повлиять на ход обсуждения своим непосредственным участием.
 17.00 Вести.
 Местное время
 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
 18.50 «60 минут». (12+)
 20.00 Вести
 20.45 Вести.
 Местное время
«МЕЖДУ НАМИ ДЕВОЧКАМИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)

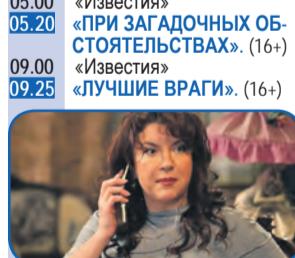
Олеся и Никита возвращаются после медового месяца на Бали с намерением переехать в Москву. Олеся спускает все подаренные на свадьбу деньги на столичную фотошколу. Ираида и Сан Саныч подают заявление в ЗАГС. **«Вечер с Владимиром Соловьевым».** (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)
 Галина Терёхина выбрасывает из окна двоих детей и следует за ними.

ЗВЕЗДА

ЗВЕЗДА

5

5-Й КАНАЛ



05.00 «Известия»
«ПРИ ЗАГАДОЧНЫХ ОБСТОЯТЕЛЬСТВАХ». (16+)
 09.00 «Известия»
 09.25 «ЛУЧШИЕ ВРАГИ».

Россия, 2014 г.
 Криминальный.
 В ГУ МВД Санкт-Петербурга грядут кадровые перемены...
 «Известия»
13.25 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)
 18.50 «СЛЕД».

«Известия»
22.00 «СЛЕД». (16+)
 00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
 00.25 «СЛЕД».

«Известия»
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
 02.45 «ДЕТЕКТИВЫ».

«Известия»
02.50 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

06.00 «Настроение»
08.00 «ВЕРЬТЕ МНЕ, ЛЮДИ!» (12+)



10.15 «Александр Михайлов. Я боролся с любовью». (12+)
 10.55 Городское собрание.
 11.30 События
«ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)

13.35 На роскошном поезде под названием «Восточный экспресс» группа из тринадцати пассажиров совершает путешествие по Европе.
 14.30 Мой герой. (12+)
 14.50 События
«МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
 17.00 «Естественный отбор».

(12+)

«ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ».

(12+)

Россия, 2015 г. Мелодрама. В ролях: Юрий Батурин, Юл. Жигалина.

Страшное горе постигло одну семью - в автокатастрофе погибла жена.

События

Петровка, 38. (16+)

«Право голоса».

(16+)

События

«Война и мир Дональда Трампа». Спецрепортаж.

(16+)

«Знак качества».

(16+)

События. 25-й час

«Хроники московского быта. Наряды кремлевских жён».

(12+)

«Шпион в тёмных очках».

(12+)

«МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ».

(12+)

«СТАЯ».

(12+)

04.10

05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
 06.00 Сегодня
06.05 «ЛЕСНИК». (16+)

Сегодня

«ЛЕСНИК».

(16+)

08.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД».

(16+)

Сегодня

«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ».

(16+)

10.00 «Вежливые люди»

(16+)

12.00 Группе «Тайфун» надлежит прибыть на остров «Северный», проникнуть в подземный комплекс министерства обороны, вывести оттуда персонал.

13.00 «Бежевые люди»

(16+)

13.25 Обзор. Чрезвычайное

происшествие

14.00 «Место встречи»

(16+)

Сегодня

«Место встречи»

(16+)

18.10 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ».

(16+)

Оперативники никак

не могут поймать двух

грабителей, которые на-

падают на курьеров ин-

тернет-магазинов. Паша

напоминает Андрею, как

Фома занял главное по-

ложение в центральном

районе: его конкуренту

Власову Андрей подбросил

в машину пистолет.

СЕГОДНЯ

«НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ».

(16+)

«ШЕЛЕСТ».

(16+)

Подполковник Павел

Шелест возглавляет от-

дел по раскрытию осо-

бятых преступлений.

Сегодня

«Поздняков».

(16+)

«ШЕЛЕСТ».

(16+)

01.30 «ЭТАЖ».

(18+)

03.50 «Поедем, поедим!»

(0+)

04.15 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА».

(16+)

06.30 Новости культуры
 «Пешком...»
 06.35 Новости культуры
 «Правила жизни»
 07.00 Новости культуры
 «Театральная летопись»
 07.35 Новости культуры
 «СИТА И РАМА»

08.00 «Маленькие секреты великих картин»

«Верея. Возвращение к себе»

Новости культуры
 «Наблюдатель»

XX век

Цвет времени

«Власть факта»

«Линия жизни»

«Вспомнить всё. Голограмма памяти»

Новости культуры
 «На этой неделе...»

100 лет назад

«Агора»

«Крутя лестницу»

«Исторические концепции»

«Сакро-Монте-ди-Оропа»

«Власть факта»

Новости культуры
 «Главная роль»

«Правила жизни»

«Спокойной ночи, малыш!»

«Наш второй мозг»

В брюшной полости че-

ловека скрыты миллионы

нейронов и сотни миллиардов бактерий,

подспудно влияющих на

личностные особенности

и поведение. Авто-

ры фильма приглашают

совершить путешествие

в недра тела.

Сати. Нескучная клас-

сика...

22.35 «ИДИОТ».

(12+)

Новости культуры

Открытая книга

«Власть факта»

«Вспомнить всё. Голо-

грамма памяти»

XX век

Цвет времени

06.00 Ералаш. (0+)
06.25 «ИСТОРИЯ ДЕЛЬФИНА-2». (6+)

«Том и Джерри». (0+)

«ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ I».

(12+)

«ГОЛОДНЫЕ ИГРЫ: СОЙКА-ПЕРЕСМЕШНИЦА. ЧАСТЬ II».

(16+)

«КУХНЯ».

(16+)

«ВОРОНИНЫ».

(16+)

«МОЛОДЁЖКА».

(16+)

Качалов учит Антипова

контролировать свои

	РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ3	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ	ДОМАШНИЙ
05.00	04.45 «Территория за- блуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 Где логика? (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (12+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 07.30 «Дорожные войны». (16+)	06.00 «Вся правда про...» 07.30 «Самые сильные». (12+)	06.30 18.00 00.00 «6 кадров». (16+)				
06.00	15.00 «Документаль- ный проект». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Гадалка». (12+)	07.50 «Удачная покупка». (16+)	07.00 08.55, 10.15, 11.15, 13.50, 15.45, 19.25, 21.55 Новости	06.50 «Удачная покупка». (16+)				
07.00	«С бодрым утром!» (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	08.10 «Дорожные войны». (16+)	07.05, 11.20, 15.50, 19.30, 00.10 Все на Матч!	07.00 12.20 02.15 «Понять. Простить». (16+)				
08.30	12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	16.00 «Мистические исто- рии. Знаки судьбы». (16+)	12.00 «Решала». (16+)	09.00 22.05 Специальный ре- портаж. (12+)	07.30 09.30 10.30 «По делам несовер- шеннолетних». (16+)				
09.00	«Военная тайна» с Иго- рем Прокопенко. (16+)	13.30 «САШАТАНИЯ». (16+)	17.35 «Касл». (12+)	13.00 «Идеальный ужин». (16+)	09.20 Биатлон. Чемпионат мира среди юниоров. Юниоры. (0+)	11.30 14.05 17.55 «Давай разведёмся!» (16+)				
12.00	16.00 19.00 «Информа- ционная программа 112». (16+)	20.00 На ежегодной пресс- конференции Президен- та РФ чиновник Виктор Сычев подпадает под праведный гнев главы государства из-за того, что преподаватель из Верхнеямского фило- логического института пожаловалась на без- действие чиновника в отношении их ВУЗа.	23.00 «АСТРАЛ». (16+)	15.00 Пятеро участников ходят друг к другу в гости на званый ужин, где пробуют блюда, приготовленные хозя- ином вечера. На кону - звание самого гостепри- имного хозяина и де- нежный приз. Участники совершенно разные, но у них есть одна общая чертка - любовь к кули- нарии.	10.20 12.00 13.55 Футбол. «Интер» - «Бо- льонья». Чемпионат Италии. (0+)	19.00 23.00 «ДИКИЙ». (16+)	14.05 17.55 «БЕЛЫЙ НАЛИВ». (16+)			
13.00	23.25 «Загадки челове- чества с Олегом Шиш- киным». (16+)	21.30 Где логика? (16+)	21.30 В эфире ТНТ новый се- зон самого необычного шоу на российском те- левидении.	19.00 20.00 22.00 23.00 «КВН». (16+) «Дорожные войны». (16+)	15.50 16.50 19.55 «Решала». (16+) «+100500». (18+)	17.55 22.25 22.55 «Дорожные войны». (16+) «Ответный удар». (18+)	19.00 23.00 «КОМАНДА МЕЧТЫ». (16+)	00.30 00.45 02.35 «РЕАЛЬНЫЙ РОККИ». (16+)	04.40 05.35 «КиберАрена». (16+) «Культ тура». (16+)	19.00 «ПЕРЕКРЁСТКИ». (16+)
14.00	«Невероятно интерес- ные истории». (16+)	22.30 Однажды в России. (16+)	22.30 США, 2010 г. Ужасы. Патрик Уилсон, Роуз Бирн, Тай Симпкинс. Молодые супруги Лам- берт с детьми переезжа- ют в новый дом. Сразу по приезду они замеча- ют, что в новом жилище происходят странные вещи - предметы пере- мещаются сами собой...	00.30 01.00 02.05 03.00 «Дом-2. После заката». (16+) «Бородина против Бузовой». (16+) Открытый микрофон. (16+)	00.30 01.20 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)	00.30 01.20 «АСТРАЛ: ГЛАВА 2». (16+)	04.25 «ДИКИЙ». (16+)			
17.00	«Тайны Чапман». (16+)	00.00 Дом-2. Город любви. (16+)	00.00 01.00 02.05 03.00 «Дом-2. Город любви». (16+) «Дом-2. После заката». (16+) «Бородина против Бузовой». (16+) Открытый микрофон. (16+)	03.15 «ХОР». (16+)	03.15 «ЗОО-АПОКАЛИП- СИС». (16+)	04.25 «ДИКИЙ». (16+)				
18.00	04.00 «Самые шокиру- ющие гипотезы». (16+)	05.10 Импровизация. (16+)								
20.00	20.00 «ИНДИАНА ДЖОНС И ПОСЛЕДНИЙ КРЕСТО- ВЫЙ ПОХОД». (12+)									
22.30	США, 1989 г. Приклю- ченческий боевик. «Водить по-русски». (16+)									
00.30	00.30 «ИНДИАНА ДЖОНС: В ПОИСКАХ УТРАЧЕН- НОГО КОВЧЕГА». (12+)									
02.30	02.30 «ВИНТОВАЯ ЛЕСТНИ- ЦА». (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 ограничиваемся 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

питательных 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 показана 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 помощник, 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 микрэлементов и витаминов, иные причины – дисфункция центральной нервной системы и нарушение обменных процессов в мозговых тканях, играют роль психических расстройств, гибель клеток мозга в результате инфекций, травм, инсульта, 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 трудоспособном возрасте.* Если чувствуете 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.

*Из открытых источников. ОГРН 1187746935375. ООО «МОНОПОЛИЯ ЗДОРОВЬЯ». 115230, Москва, Каширское ш., д. 3, корп. 2. РУ № РЗН 2014/2014. Реклама

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
08.10 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗО-РА».	06.20 «ПОБЕГ».	(12+)	(16+)	(16+)
10.30 «КОД ДА ВИНЧИ».	08.40 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ».	(16+)	(16+)	(16+)
13.30 «Паранорман, или Как приручить зомби». Мультфильм. (6+)	10.45 «САМКА».	(16+)	12.20 «ВАНЕЧКА».	(16+)
15.30 «КРУПНАЯ РЫБА».	14.30 «ЦЕЛЬ ВИЖУ».	(16+)	16.20, 17.15 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ».	(12+)
18.05 «СТОЙ! ИЛИ МОЯ МАМА БУДЕТ СТРЕЛЯТЬ».	18.25 «ВЕЗУЧИЙ СЛУЧАЙ».	(12+)	20.20 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ».	(16+)
20.10 «ОРБИТА 9».	Россия, 2000 г. В ролях: Людмила Гурченко, Светлана Крючкова, Лия Ахеджакова, Ирина Купченко, Николай Фоменко	(16+)	17.00 «КАЛИНА КРАСНАЯ».	(12+)
22.10 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ».	22.55 «ПАССАЖИРКА».	(16+)	СССР, 1973 г. В ролях: Василий Шукшин, Лидия Федосеева-Шукшина	(16+)
00.10 «ПРЕИСПОДНЯЯ».	00.50 «БЛИНДАЖ».	(18+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА».	(16+)
03.05 «ОПЕРАЦИЯ «АРГО».	02.50 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК».	(16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ».	(16+)
05.30 «ПРИЗРАК ОПЕРЫ».	04.25, 05.15 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ».	(12+)	02.25 «ЗАБЫТАЯ МЕЛОДИЯ ДЛЯ ФЛЕЙТЫ».	(12+)
			04.40 «ЛЮДИ В ОКЕАНЕ».	(16+)
			22.20, 02.40 «АББАТСТВО ДАУНТОН».	(16+)
			23.20 «ВЕРСАЛЬ».	(16+)

Иллюзион+	ИЛЛЮЗИОН	Русский иллюзион	ИЛЛЮЗИОН	
01.25 «ДОСТОИНСТВО».	00.40 «ЗОЛОТАЯ РЫБКА».	(12+)	(12+)	
02.45 «СЛЕПОТА».	02.10 «ЗАЙМЕМСЯ ЛЮБОВЬЮ».	(16+)	(16+)	
04.40 «ПАРКЕР».	03.30 «МНОГОТОЧИЕ».	(16+)	(16+)	
06.35 «УБИЙСТВО КОТА».	05.15 «ПОБЕГ».	(16+)	07.45 «ПИПЕЦ».	(18+)
08.10 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ».	07.15 «ОХОТНИК».	(16+)	10.00 «ВАМПИРШИ».	(16+)
09.45 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА».	09.30, 10.25 «АКАДЕМИЯ».	(16+)	11.45 «ГОЛЛИВУДСКИЕ КОПЫ».	(12+)
11.15 «ПУЛИ НАД БРОДВЕЕМ».	11.20, 12.20, 13.20, 14.15 «Я НЕ Я».	(16+)	14.00 «ЖЕНИХ».	(12+)
12.50 «ПЕСНИ О ЛЮБВИ».	15.10 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА».	(16+)	15.45 «ТВОЙ ВЫХОД. ДЕТКА!».	(18+)
15.00 «ПЕРЕВОЗЧИК-3».	16.55 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ».	(16+)	17.40 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ».	(18+)
16.40 «СЕМЬЯНИН».	19.05, 19.55 «АКАДЕМИЯ».	(16+)	19.30 «УЛЬТРААМЕРИКАНЦЫ».	(18+)
18.45 «ГЕРЦОГИНА».	20.50 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД».	(16+)	21.20 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ».	(16+)
20.30 «КОСМОПОЛИС».	Исторический фильм, приключения, Россия, 2010 г.		Комедия, мелодрама, США, Швейцария, 2015 г.	
(16+)			23.15 «МОШЕННИКИ».	(16+)
22.15 «АТЛАНТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ».	22.45 «НОЧНЫЕ СЕСТРЫ».	(16+)	Комедия, США, 2002 г.	

ФЕНИКС+ КИНО	ТВ XXI ВЕК	РОДНОЕ КИНО	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ	
08.00, 16.00 «ОПЕРАЦИЯ «ГОРГОНА».	10.00, 18.00, 02.00 «ПУТЕШЕСТВИЕ ИЗ ПАРИЖА».	(16+)	05.35 «ПЕРВЫЙ ТРОЛЛЕЙБУС».	(0+)	
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОСТРОВ НЕИСКУЖНЫХ ЛЮДЕЙ».	Драма, комедия, Франция, 2014 г.	(16+)	07.15 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ТАЛАНТ».	(12+)	
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ».	11.25, 19.25, 03.25 «В ДОМЕ ОТЦА».	(18+)	10.25 «ОСЛИНАЯ ШКУРА».	(12+)	
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ».	Вестерн, комедия, США, 2011 г.		12.05 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО».	(16+)	
14.00, 22.00, 06.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ».	12.50, 20.50, 04.50 «ЭСКОБАР».	(18+)	14.05 «БРАТ».	(16+)	
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2».	14.40, 22.40, 06.40 «МОЙ СЫН».	(16+)	16.00 «МОСКВА-КАССИОПЕЯ».	(6+)	
(12+)	Триллер, драма, Франция, Бельгия, 2017 г.		17.40 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ».	(6+)	
00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ».	16.10, 00.10, 08.10 «ПАТРУЛЬ».	(18+)	19.00 «ЗОЛОТО АПАЧЕЙ».	(0+)	
	Криминальная драма, США, 2012 г.		20.55 «ВИННЕТУ: СЫН ИНЧУ-ЧУНА».	(0+)	
			22.50 «ДЕСЯТЬ НЕГРИЯТ».	(0+)	
				22.00, 23.00 «СГОВОР».	(16+)
				23.15 Белый ангел Москвы.	(12+)

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
08.40, 12.40, 16.45, 20.55 Лавки чудес.	07.25, 18.05 Фишермания.	(16+)
(12+)	07.55 Охота по-фински.	(12+)
09.15 Да здравствует мыло душистое!	08.30 На забурханных водомахах.	(12+)
(12+)	09.05, 12.05 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым.	(16+)
09.25 Травовед.	09.35, 12.40 Рецепты старого Тифлиса.	(16+)
(12+)	09.45, 12.50 Дело вкуса.	(12+)
09.45 Цветик-семицветик.	10.05, 16.00 Оружейные дома Европы.	(16+)
(12+)	10.35, 16.30 Оружие для охоты.	(16+)
10.00 Дачная энциклопедия.	11.05, 22.35 Охотничьи собаки.	(16+)
(12+)	11.35 Охота рыбалька в...	(12+)
10.35 Легендарные братья-пекари.	13.10 Кодекс охотника.	(16+)
(16+)	13.25 Школа дизайна.	(12+)
11.25 Школа дизайнера.	14.00 Планета охотника.	(16+)
(12+)	14.30 Зимняя рыбалька в Удмуртии.	(16+)
11.55 Сам себе дизайнер.	15.00 Нахлыст на разных широтах.	(12+)
(12+)	15.30 Карпфишинг.	(12+)
12.10 Сад своими руками.	17.00 Технология зимнего клева.	(12+)
(12+)	17.35 Поймай и сними.	(16+)
13.10, 13.25 Чай вдоем.	18.35 Рыболовные экспедиции в Норвегии.	(16+)
(12+)	19.00 Рыбалка в Нижнем Прикамье.	(12+)
13.40 Пастицы.	19.30 Большая охота в Буркина Фасо.	(16+)
(12+)	20.30 Есть мнение.	(16+)
14.00 Милости просим.	21.00 Научи меня рыбачить.	(12+)
(12+)	21.30 Секреты «трудных» водомахов.	(12+)
14.30 101 ответ о садоводстве.	22.05 Тропы рыбака.	(16+)
(12+)	23.05 Гимнастика для беременных.	(16+)
15.00 Огород круглый год.	23.20 Две на одного. Снаряжение.	(16+)
(12+)	23.40 Рыбалка на малых реках	(16+)
15.30 Мастер.	Удмуртии.	(16+)
(12+)		
16.00 Полное лукошко.		
(12+)		
16.15 Частный сектор.		
(12+)		
17.15 Умный дом.		
(12+)		
Новейшие технологии.		
(12+)		
17.45 Свечной заводик.		
(12+)		
18.05 Преданья старины глубокой.		
(12+)		
18.30 Правила огородника.		
(12+)		
18.50 Домоводство.		
(12+)		
19.05 Мегабанщики.		
(16+)		
19.40, 23.45 Лучшие дома.		
(12+)		
20.05 Страйплоддера.		
(12+)		
20.35 Букварь дачника.		
(12+)		
21.25 Безопасность.		
(12+)		
21.55 Кухня народов СССР.		
(12+)		
22.10 Урожай на столе.		
(12+)		
22.45 История усадеб.		
(12+)		
23.15 Старинные русские усадьбы.		
(12+)		

ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 «1943».	05.00 Мультифильмы.	(12+)	00.35, 22.05 В поисках утраченного.
10.00 Новости	06.00 Орел и решка.	(12+)	(12+)
10.10 «1943».	Шопинг.	(16+)	01.20, 06.00, 22.45 «БЕРЕГИТЕ ЖЕНЩИН».
13.00 Новости	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал.	(12+)	(12+)
13.15 Зап суда.	Битва за деньги.	(16+)	03.30, 08.55 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ».
14.10 Дела семейные.	Битва за будущее.	(16+)	(12+)
14.15 Дела семейные.	Шопинг.	(16+)	05.10 «Тайна третьей планеты».
16.00 Новости	10.00 Орел и Решка.	(12+)	08.10 «Ивашка из дворца пионеров».
16.15 Телепри	Рай и ад-2.	(16+)	Мультифильм.
16.30 Орел и Решка.	13.00 Орел и Решка.	(16+)	(6+)
17.00 «ВОЗВ			

СПОРТ

MATCH!	НАШ СПОРТ	EUROSPORT 1
06.00 Специальный репортаж. (12+)	01.00, 05.00, 10.30, 16.00, 20.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Оберстдорф. HS 225. (0+)	01.00, 05.00, 10.30, 16.00, 20.30 Пробег Поли и его друзей. (0+)
06.15, 18.15 Лёгкая атлетика. «Русская зима - 2019». Трансляция из Москвы. (0+)	08.25, 16.25 «Лео и Тиг». (0+)	08.25, 16.25 «Котики, вперед!» (0+)
09.00, 18.10, 23.00 Новости. (0+)	09.00, 15.00 «Джинглики». (0+)	09.00, 15.00 «Мини-Мопсы». (0+)
09.05 Теннис. WTA St. Petersburg Ladies Trophy. 1/4 финала. (0+)	09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	09.50, 17.00 «Зак Шторп - Суперприят». (6+)
13.25, 01.05 Биатлон. Кубок России. Смешанная эстафета. Трансляция из Красноярска. (0+)	10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)	10.00, 11.05 «Герои в масках». (6+)
14.45, 02.25 Биатлон. Кубок России. Одиночная смешанная эстафета. Трансляция из Красноярска. (0+)	10.25, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)	10.40, 11.35 «Удивительная Виш». (6+)
15.45 Самые сильные. (12+)	11.00 «Сказочный патруль». (0+)	09.05 «София Прекрасная». (0+)
16.10, 04.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Химки». (0+)	11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	09.35 «Елена - принцесса Авалора». (0+)
21.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+)	12.00 «Машины сказки», «Крошка енот». (0+)	10.05 «Хранитель Лев». (0+)
23.05 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. «Ленинградка» (Санкт-Петербург) - «Минчанка» (Минск). (0+)	12.15, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	12.50, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
03.25 Парусный спорт. Сезон 2018. (0+)	13.00, 21.00 «Барbosины». (0+)	13.50 «Новая школа императора». (0+)

МУЗЫКА

MUZ-TV
05.00, 01.05 Наше. (16+)
06.10 Засеки звезду. (16+)
06.20, 12.05, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
07.00 Каждое утро. (16+)
09.00 MUZ-TV чарт. (16+)
10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
10.30 PRO-образ. (16+)
11.05 Check-IN на MUZ-TV. (16+)
13.00 Сделано в 90-х. (16+)
14.00 Русский чарт. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ	КАНАЛ DISNEY	КАРУСЕЛЬ
08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)	05.00, 07.45, 12.00 «Пес Пэт». (6+)	05.00 «Ранние птички», «Пожарный Сэм», «Смешарики», «Волшебный фонарь». (0+)
08.25, 16.25 «Лео и Тиг». (0+)	05.30 «Жукики». (6+)	05.30 Я хочу ребенка. (0+)
08.55, 17.50 «Котики, вперед!» (0+)	05.55 «Мини-Мопсы». (0+)	06.00 Завет. (0+)
09.00, 15.00 «Джинглики». (0+)	06.20, 10.35 «Дружные мопсы». (0+)	07.00 Отца Иоанна (Крестьянкин). Обретение близких. Цикл: Русские праведники. (0+)
09.50, 17.00 Друзья на все времена. (0+)	06.45 «Зак Шторп - Суперприят». (6+)	07.30 Как я стал монахом. (0+)
10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)	08.10, 11.05 «Герои в масках». (6+)	08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
10.25, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)	08.40, 11.35 «Удивительная Виш». (6+)	09.00 20.30 Монастырская кухня. (0+)
11.00 «Сказочный патруль». (0+)	09.05 «София Прекрасная». (0+)	10.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)	09.35 «Елена - принцесса Авалора». (0+)	11.30 21.30 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
12.00 «Машины сказки», «Крошка енот». (0+)	10.05 «Хранитель Лев». (0+)	12.00 «Непоседа Зу». (0+)
12.15, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)	12.50, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)	13.00 «Давайте рисовать» (0+)
13.00, 21.00 «Барbosины». (0+)	13.50 «Новая школа императора». (0+)	14.00 «Союзмультфильм» представляет: «Зайчикон и муха». (0+)
13.30, 21.30 «Четверо в кубе». (0+)	15.00 «Финес и Ферб». (6+)	15.00 «Заяц Коська и родничок». (0+)
14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)	17.20 «Гравити Фолз». (12+)	16.10 «Дереза». (0+)
14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)	19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)	17.30 «Роботы-поезд». (0+)
15.30, 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)	19.30 «Алиса знает, что делаты!» (6+)	18.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
16.00 «Консучки. Чудеса каждый день». (0+)	22.30 Правила стиля. (6+)	19.10 «Три кота». (0+)
18.45 Настольный теннис. Снукер. Гран-при. Престон. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)	22.50 «Звёздные Войны: Силы Судьбы». (6+)	19.15 «Металионы». (6+)
19.30 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Вашингтон» - «Бостон». (0+)	23.15 «Мистители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)	С помощью древнего амулета главный герой может привыкать древних существ на борьбу со злодеями, задумавшими покорить Землю и захватить все источники энергии на планете.
21.25 «VIP-ложа». (0+)	00.10 «ЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)	12.40 «Трансформеры: Боты-спасатели». (6+)
21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. 1-й день. Прямая трансляция. (0+)	01.05 «УДИВИТЕЛЬНЫЕ ГОНКИ». (6+)	13.00 «Барbosины». (0+)
23.00 «Гора Самоцветов». (0+)	02.35 «Роботы». (6+)	14.00 «Консучки. Чудеса каждый день». (0+)
	04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)	15.00 «Маленько королевство Бена и Холли». (0+)

ДЕТСКИЙ

06.01, 20.00 Готовим с папой. (6+)
 06.20, 10.00, 13.46, 17.25 «КОСМО». (6+)
 06.47, 10.27, 14.13, 17.52 «Смурфики». (0+)
 07.10 «Вагончики». (0+)
 07.17 «По лунной дорожке». (6+)
 07.26, 11.01, 14.48, 18.28 «ПАРК ГАЛАКТИКА». (12+)
 07.56 «Машинки одежки». (6+)
 08.08 «Мальчики и Летающие звери». (0+)
 08.16 «Облачата». (0+)
 08.30 «Самый, самый, самый». (0+)
 08.49 «Золотое перышко». (6+)
 09.09 «Веселая карусель». (0+)
 09.18, 15.16, 15.25, 20.50, 21.51, 22.20 Мультифильмы. (6+)
 09.36, 15.16, 21.10 Мультифильмы. (0+)
 11.32, 20.21, 23.04 «Йоко». (6+)
 11.58, 17.01, 22.43 «Смешарики». (0+)
 12.25, 18.28 Girls only. (6+)
 13.27 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)
 15.40, 22.10 «Веселая карусель». (6+)
 16.07 «Золушка». (0+)

О!

05.00 «Йоко». (0+)
 07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
 Увлекательный телесериал о братьях наших меньших.
 07.15 «Бинг». (0+)
 08.05 «Даша - путешественница». (0+)
 08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
 Анимационная музыкальная азбука для детей.
 09.00 О! Музыка. (0+)
 09.35 «Диколесье». (0+)
 10.10 «Роботы». (0+)
 10.15 «Летающие звери». (0+)
 12.00 «Magic English». (0+)
 12.20 «Свинка Пеппа». (0+)
 13.55 «Пластилиники». (0+)
 14.00 О! Музыка. (0+)
 14.30 «Три кота». (0+)
 16.55 «Доктор Малышкина». (0+)
 17.00 О! Музыка. (0+)
 17.35 «Свинка Пеппа». (0+)
 19.25 «Машинки». (0+)
 21.45 «Пластилиники». (0+)
 21.50 «Новаторы». (6+)
 00.20 «Алиса знает, что делаты!» (6+)
 02.15 «Magic English». (0+)
 02.35 «Ангел Бэби». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС
05.00 Сила духа. (0+)
05.30 Я хочу ребенка. (0+)
06.00 Завет. (0+)
07.00 Отца Иоанна (Крестьянкин). Обретение близких. Цикл: Русские праведники. (0+)
07.30 Как я стал монахом. (0+)
08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
09.00 20.30 Монастырская кухня. (0+)
10.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
11.30 21.30 «Нелла - отважная принцесса». (0+)
12.00 «Непоседа Зу». (0+)
13.00 «Давайте рисовать» (0+)
14.00 «Союзмультфильм» представляет: «Зайчикон и муха». (0+)
15.00 «Заяц Коська и родничок». (0+)
16.10 «Дереза». (0+)
17.30 «Роботы-поезд». (0+)
18.00 «Суперкрылья. Джетт и его друзья». (0+)
19.00, 01.45 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
20.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
21.30, 02.40 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
00.10 День Патриарха. (0+)
00.25 Завет. (0+)
01.20 Выступление А. Васильчука в рамках Форума активных мирян «Фавор». (0+)
03.35 Res Publica. (0+)
04.30 Тайны монастыря с Анной Ковальчук. (0+)
04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

4 февраля
 Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Ап. Тимофея.



Прмч. Анастасия Персиянина. Прп. Макария Жабинского, Белевского чудотворца. Мчч. Мануила, Георгия, Петра, Леонтия епископов, Сионания, Гавриила, Иоанна, Леонта, Пандора пресвитера и прочих 377. Прмч. Анастасия, диакона Печерского. Сщмчч. Иоанна и Евфимия пресвиторов. Поста нет.

Начальник тот, кто начальствует над самим собой, – и душу, и тело покорил разуму».

Авва Фалассий

Теплоходы «РУСЬ ВЕЛИКАЯ» и «РОДНАЯ РУСЬ»	
10.04.2019 – 14.04.2019 «АВТОТУР В РАМКАХ КРУИЗА Воронеж – Рамонь (замок) – Павловск (Дивногорский монастырь) – Волгоград «Деяния строя русский царь»	8 (495) 127-78-66, 8-800-100-81-75, доб. 361, 362, www.flotrusich.ru
12.04.2019 – 18.04.2019 «КАСПИЙСКОЕ ВЗМОРЬЕ» Волгоград – Астрахань – Каспийское взморье – Астрахань – Волгоград (бронзовый на выбор)	от 32 548 р.
18.04.2019 – 30.04.2019 «НЕЗАБЫВАЕМЫЙ КОЛОРИТ КАВКАЗА» Волгоград – Ильинка – Старочеркасск (Адыгея) – Ейск – Азов – Ростов-на-Дону – Константиновск – Ильинка – Астрахань (Кумранызы – В гости к осетрам – Элиста) – Каспийское взморье – Астрахань – Волгоград; Грозный (



ПЕРВЫЙ



РОССИЯ



TBII



HTB



РОССИЯ К



616

	РЕН	ТНТ	ТВ3	ТВ-3	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ	ДОМАШНИЙ
05.00	04.15 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 Где логика? (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+)	06.00 «ДИКИЙ». (16+)	06.00 «Вся правда про...» (12+)	06.30 07.30 18.00 00.00 «6 кардров». (16+)	06.30 07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)
06.00	11.00 15.00 «Документальный проект». (16+) «С бодрым утром!» (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	09.20 «Слепая». (12+)	06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 «Самые сильные». (12+)	06.50 «Удачная покупка». (16+)	07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)	07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)
07.00	12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Гадалка». (12+)	07.30 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	07.00 11.25, 15.35, 18.25, 00.10 Новости	07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)	07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)	07.00 12.45 02.15 «Понять. Простить». (16+)
08.30	13.30 20.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	07.50 «Гадалка». (12+)	07.05 «Удачная покупка». (16+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
09.00	16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	15.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	08.10 «Гадалка». (12+)	08.00 12.00 13.00 15.00 «Все на Матч! Тотальный футбол. Футбол. «Фрозиноне» - «Лацио». Чемпионат Италии. (0+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
12.00	16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	13.30 «Сычев готовит презентацию проекта по выведу вузу в «Топ-100» и пытается втянуть в это ректора. Но ректор всячески отказывается от участия в этой «афере». Белозерова пытается оправдаться перед коллегами за произошедшее между ней и Сычевым в гостинице.	18.40 «КАСП». (12+)	08.10 «Решала». (16+)	09.00 «Идеальный ужин». (16+)	10.45 11.45 12.05 14.05 14.20 16.05 17.50 18.55 20.55 22.55 23.05 00.45 02.45 03.55 04.25 04.55 «Понять. Простить». (16+)	10.45 11.45 12.05 14.05 14.20 16.05 17.50 18.55 20.55 22.55 23.05 00.45 02.45 03.55 04.25 04.55 «Понять. Простить». (16+)	10.45 11.45 12.05 14.05 14.20 16.05 17.50 18.55 20.55 22.55 23.05 00.45 02.45 03.55 04.25 04.55 «Понять. Простить». (16+)
13.00	13.30 20.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишким». (16+)	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	15.00 Касл и Беккет расследуют убийство Сида Росса, автора популярных шоу. Изучая жизнь убитого и плоды его трудов, следователи обнаруживают тайну, объясняющую смерть Росса... «АСТРАЛ: ГЛАВА 3». (16+)	15.00 «ДИКИЙ». (16+)	15.00 «Вся правда про...» (12+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
14.00	14.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+)	15.00 «Индира Джонс и королевство хрустального черепа». (12+)	16.00 «Сычев готовит презентацию проекта по выведу вузу в «Топ-100» и пытается втянуть в это ректора. Но ректор всячески отказывается от участия в этой «афере». Белозерова пытается оправдаться перед коллегами за произошедшее между ней и Сычевым в гостинице.	16.00 «Сашата». (16+)	16.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
17.00	17.00 03.30 «Тайны Чапман». (16+)	18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	19.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	19.00 «Слепая». (12+)	19.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
18.00	18.00 02.30 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	19.00 02.30 «Индира Джонс и королевство хрустального черепа». (12+)	20.00 «Индира Джонс и королевство хрустального черепа». (12+)	20.00 «Год культуры». (16+)	20.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
20.00	20.00 02.30 «Индира Джонс и королевство хрустального черепа». (12+)	21.00 «Импровизация». (16+)	22.00 «Студия Союз». (16+)	22.00 Канада, США, 2015 г. Ужасы. Стефани Скотт, Лин Шэй, Дермот Малруни. Юная Куинн Брэннер очень скучает по своей матери, которая умерла год назад. Девочка-подросток живёт вместе со своим отцом в много квартирном особняке...	22.00 «КВН». (16+)	22.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
22.20	22.20 02.30 «Водить по-русски». (16+)	23.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	00.00 «Дом-2. После заката». (16+)	00.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	00.00 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
00.30	00.30 «Индира Джонс и храм судьбы». (12+)	03.00 «Открытый микрофон». (16+)	01.05 «Бородина против Бузовой». (16+)	01.05 «Решала». (16+)	01.05 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
03.00	03.00 «Индира Джонс и храм судьбы». (12+)	04.20 «ХОР». (16+)	02.05 «Импровизация». (16+)	04.20 «Stand Up. Дайджест». (16+)	04.20 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)
05.10	05.10 «Индира Джонс и храм судьбы». (12+)	05.10 «Импровизация». (16+)	04.15 «Странные явления». (12+)	04.15 «Элементарно». (16+)	04.15 «Странные явления». (12+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)	06.30 07.00 09.40 10.45 11.45 13.55 17.55 19.00 «Понять. Простить». (16+)



Клиника традиционной китайской медицины «ТАО»

Высокие профессиональные стандарты. Многолетняя успешная практика.



«Если внутри есть истинная энергия – недугу не бывать!»
Врач клиники «ТАО» Цинь Циуюй

Боль для человека – жизненно важный защитный механизм. Наличие или отсутствие болевых сигналов дает мозгу ценную информацию о состоянии организма. Чаще мы не разбираем, что есть боль – крик организма о помощи, или уже его белый флаг перед серьезной болезнью. В последнее время во всем мире стал очень популярным китайский подход к здоровью и способом его сохранения – попробуй понять, почему.

Помощь – как круги по воде
В клинике традиционной китайской медицины «ТАО» всегда много посетителей. Информация о том, как здесь лечат, расходится от одного пациента к другому, как

«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 Циуюй. – В данном случае мы говорим о прогрессе 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-

Заболевания, которые мы лечим:

- **ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНЫЙ АППАРАТ:** артрит, артроз, остеохондроз, межпозвоночная грыжа, протрузия межпозвоночного диска, сколиоз, радикулит 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 30.01.2019 г. по 06.02.2019 г. Подробности об организаторе акции, о правилах ее проведения, скидках, сроках, месте и порядке их получения по тел.: 8 (495) 104-91-37.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	БИОНИК	SONY CHANNEL
08.10 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)	06.20 «ПАССАЖИРКА». (16+)	06.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	06.00, 17.20 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)	05.00 Мультифильмы. (12+)	01.10 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)
10.05 «Хранитель Луны». Мультфильм. (0+)	08.15 «ТАЙНА ЧЕТЫРЕХ ПРИНЦЕСС». (0+)	09.50 «КУДА ОН ДЕНЕТСЯ!». (12+)	06.50, 07.20, 07.50, 08.20, 18.10, 18.35, 19.05, 19.30, 05.30 «КУХНЯ». (16+)	06.00 Орел и решка. Шопинг. (16+)	02.50, 08.50 «Не забывай!» Концерт. (12+)
11.45 «ОРБИТА 9». (16+)	10.00 «БЛИНДАЖ». (16+)	11.35 «БАРЫШНА-КРЕСТЬЯНКА». (12+)	08.50, 09.35, 20.00, 20.45, 00.20, 01.05 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)	07.00 Школа доктора Комаровского. Классный журнал. (12+)	05.10 «Заколданный мальчик». Мультфильм. (0+)
13.40 «ОПЕРАЦИЯ «АРГО». (16+)	12.05 «ХОРОШИЙ МАЛЬЧИК». (12+)	13.35 «РОДНЯ». (12+)	10.20 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)	07.30 «СЕКРЕТ ТРОПИКАНКИ». (16+)	06.00, 22.15 «ВЕСЕЛЫЕ РЕБЯТА». (12+)
16.00 «РЕЗНЯ». (16+)	14.00 «28 ПАНФИЛОВЦЕВ». (12+)	15.25 «НЕОКОНЧЕННАЯ ПОВЕСТЬ». (12+)	11.10 Правила моей кухни. (16+)	Сериал. Бразилия, 1993 г. В ролях: Глория Пирес, Гильермо Фонтис	07.30 Имена-легенды. (12+)
17.40 «ПРИЗРАК ОПЕРЫ». (12+)	16.20, 17.10 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ». (12+)	17.15 «ВЕСНА НА ЗАРЕЧНОЙ УЛИЦЕ». (12+)	12.15, 22.20, 02.40 «АББАСТВО ДАУНТОН». (16+)	Самый неожиданный любовный треугольник со звездным составом бразильских актеров.	08.40 «Котенок по имени Гав». Мультфильм. (0+)
20.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	18.25 «НЕВЕСТА». (16+)	20.20 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	13.15 «ОДЕРЖИМОСТЬ». (16+)	09.40 «КЛОН». (16+)	11.25 «Любите Родину, мать вашу!». Фильм В. Чернышева. (16+)
США, Франция, 2013 г. В ролях: Марк Руффало, Джесси Айзенберг, Вуди Харрельсон, Айла Фишер	Россия, 2016 г. В ролях: Сергей Безруков, Анастасия Безрукова, Алена Бабенко, Карина Андоленко, Владимир Меньшов	Нина Иванова, Николай Рыбников, Владимир Гуляев, Валентина Пугачева, Геннадий Юхтин	14.10 Дела семейные. Битва за будущее. (16+)	Сериал. Бразилия, 2001 г. В ролях: Мурilo Бенисио, Джованна Антонелли, Вера Фишер, Режинальдо Фария	12.20 «Ившака из дворца пионеров». Мультфильм. (6+)
22.25 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)	22.45 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	15.20 «ДУБЛЬ ДВА». (16+)	Удивительная история любви и одна из самых успешных бразильских теленовел, известная во всем мире.	12.30 «Как верблюжонок и ослик в школу ходили». Мультфильм. (6+)
США, Гонконг, 2016 г. В ролях: Райан Гослинг, Эмма Стоун	00.55 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)	02.30 «КУРЬЕР ИЗ «РЯЯ». (12+)	16.00 Новости	11.40 Мастершеш. (16+)	12.40 «Как Маша поссорилась с подушкой». Мультфильм. (0+)
00.50 «ШПИОН ПО СОСДЕСТВУ». (12+)	04.20, 05.10 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ». (12+)	04.20, 05.10 «ЖЕНЩИНА ЕГО МЕЧТЫ». (12+)	16.15 Телеприключения. «Игра в кино». (12+)	15.20 Моя свекровь - монстр. Дайджест. (16+)	12.50 «Как обезьянки обедали». Мультфильм. (0+)
02.35 «СОЛИСТ». (16+)			17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)	17.30 Обмен женами. (16+)	13.05 «Комаров». Мультфильм. (6+)
04.30 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)			19.00 «ОСТРОВ НЕОЖИДАННЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	19.00 «КЛОН». (16+)	13.15 «Коротышка - зеленые штанишки». Мультфильм. (0+)

Иллюзион+ ИЛЛЮЗИОН	Русский Иллюзион ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOXlife FOX LIFE
00.00 «СЛЕПОТА». (16+)	00.30 «ДЛЯ НАЧИНАЮЩИХ ЛЮБИТЬ». (16+)	01.05 «М+Ж». (16+)	08.00 «ЖИЗНЬ В ДЕТАЛЯХ». (16+)
02.10 «ПАРКЕР». (16+)	02.05 «СВОИ». (16+)	02.40 «СПАСИБО ЗА ОБМЕН». (16+)	08.20, 18.15, 18.55, 07.20 «СКОРПИОН». (16+)
04.15 «ПЕСНИ О ЛЮБВИ». (16+)	03.55 «ОХОТНИК». (16+)	03.35 «ПОЛОВЬИ И ЛИМОНЫ». (16+)	09.00, 09.45, 14.35, 15.15, 00.45, 01.30 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
06.35 «СЕМЬЯНИН». (12+)	05.55, 06.55, 07.55, 08.55 «НЕ Я». (16+)	06.30 «ИДЕАЛЬ». (16+)	10.25 «ОДИНОКИ ВМЕСТЕ». (16+)
08.55 «ГЕРЮГИНИЯ». (16+)	09.50, 10.45 «АКАДЕМИЯ». (16+)	08.15 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ». (18+)	10.45, 11.10 Вкусно и недорого. (12+)
10.55 «КОСМОПОЛИС». (16+)	11.40 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)	10.05 «НАША RUSSIA. ЯЩА СУДЬБЫ». (16+)	11.35, 23.10, 03.35 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
12.45 «АТЛАНТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ». (16+)	13.20 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)	11.50 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (16+)	12.20, 17.25, 21.00, 23.55, 04.20 «НОМЕР 309». (16+)
14.15 «УБИЙСТВО КОТА». (16+)	15.30 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)	12.40 «ЗАЖИГАТИМ ЛЕТОМ». (16+)	13.05, 13.50, 19.35, 20.15, 06.40 «КАСЛ». (16+)
15.55 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)	17.20 «НОЧНЫЕ СЕСТРЫ». (16+)	19.30 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)	8 сезон. Сериал. США, 2015 г.
17.25 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)	19.05, 19.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	21.25 «ДЖЕНТЕЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (12+)	16.00, 16.45, 21.45, 22.30, 02.10, 02.55, 05.10 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
18.55 «ПУЛИ НАД БРОДВЕМ». (16+)	20.50 «ДОЙТИ ДО РУЧКИ». (16+)	23.20 «РЫЦАРИ КОРОЛЕВСТВА КРУТИЗНЫ». (18+)	05.50, 06.15 «МИК». (16+)
20.30 «ЗАПОВЕДНАЯ ДОРОГА». (16+)	Комедия, триллер, криминал, США, 2007 г.		
22.10 «В ИЗГНАНИИ». (16+)	22.30 «БОГИНЯ. КАК Я ПОЛЮБИЛА». (16+)		
Боевик, приключения, США, 2014 г.	Драма, Россия, 2003 г.		

ФЕНИКС+ КИНО	ТВ XXI ВЕК	РОДНОЕ КИНО	РОДНОЕ КИНО КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СВОЙ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «РИВЬЕРА». (16+)	01.25 «НЕБЕСНЫЕ ЛАСТОЧКИ». (12+)	00.00, 00.55, 02.00 «КАИН. ИСКЛЮЧЕНИЕ ИЗ ПРАВИЛ». (16+)
Сериал. Драма, Россия, 2009 г.	10.50, 18.50, 02.50 «НЕДЕКВАТНЫЕ ЛЮДИ». (16+)	04.20 «ВЕРТИКАЛЬ». (0+)	02.55, 04.00, 04.55 «ИСЧЕЗНОВЕНИЕ НА БЕРЕГУ ОЗЕРА». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОСТРОВ НЕОЖИДАННЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	12.40, 20.40, 04.40 «МОЛОДЫЙ ГОДАР». (18+)	05.55 «МИРАЖ». (12+)	1 сезона. Сериал. Драма, детектив, Франция, 2014 г.
«ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	Биографическая драма, Франция, 2017 г.	10.05 «ДВА ФЕДОРА». (0+)	15.45, 16.35 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)	14.30, 22.30, 06.30 «ВОДОПАД АНГЕЛА». (16+)	11.45 «БЛЕФ». (16+)	17.45, 18.50 «ВОЕННОПЛЕННЫЕ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)	Триллер, вестерн, США, 2006 г.	13.55 «БРАТ-2». (16+)	07.55, 09.00, 20.00, 20.55, 23.55 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+)	16.25, 00.25, 08.25 «УБИЙСТВО В БУРГУНДИИ». (12+)	16.20 «ЕСЛИ ВЕРИТЬ ЛОПОТУХИНИ». (0+)	10.00, 11.00, 22.00, 23.00 «СГОВОР». (16+)
	Криминальная драма, Франция, 2015 г.	23.50 «ОПАСНЫЕ ГАСТРОЛИ». (6+)	14.10, 15.10, 16.00, 16.55 «РИВЬЕРА». (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
07.55, 20.10 Сам себе дизайнер. (12+)	08.30 Нахлыст на разных широтах. (12+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
08.10 Сад своими руками. (12+)	09.00, 12.05 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
08.40, 12.45, 16.50, 21.00 Лавки чудес. (12+)	09.30, 12.35 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)	Эффективность растяжки во многом зависит от нашего дыхания.
09.15, 09.25 Чай вдвоем. (12+)	09.45, 12.50 Делюксус. (12+)	01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
10.00 Милости просим. (12+)	10.05, 16.05 Оружейные дамы Европы. (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
10.30 101 ответ о садоводстве. (12+)	10.35, 16.35 Оружие для охоты. (16+)	02.00, 15.00, 21.00, 23.00 Хорошая американская еда с Натаном Лионом. (6+)
10.55, 22.50 Огород круглый год. (12+)	11.05, 22.45 Охотничьи собаки. (16+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
11.25 Мастер. (12+)	11.35 Карплишнг. (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
11.55 Полное лукошко. (12+)	13.10 Технология зимнего клева. (12+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
12.10 Частный сектор. (12+)	13.40 Поймай и сними. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
13.15 Умный дом. Новейшие технологии. (12+)	14.10 Фишермания. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
13.45 Свечной заводик. (12+)	14.45 Рыболовные экспедиции в Норвегии. (16+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
14.05 Преданья старины глубокой. (12+)	15.15 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (12+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
14.45 Домоводство. (12+)	15.45 Советы бывалых. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)

СПОРТ



06.00 Всероссийский турнир «Самбо в школу». (0+) 07.00, 23.05 Самые сильные. (12+) 07.25, 18.20 Баскетбол. Чемпионат России. Женщины. УГМК (Екатеринбург) - «Спартак энд К» (Будное). (0+) 09.00, 18.15, 23.00 Новости. (0+) 09.05 Теннис. WTA St. Petersburg Ladies Trophy. 1/2 финала. (0+) 13.25, 01.05 Биатлон. Кубок России. Женщины. Спринт. (0+) 14.50, 02.30 Биатлон. Кубок России. Мужчины. Спринт. (0+) 16.15, 04.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. ЦСКА - «Локомотив-Кубань» (Краснодар). (0+) 19.55 Парусный спорт. Национальная парусная лига 2018. V этап. (0+) 21.00 Баскетбол. Единая лига ВТБ. «Зенит» (Санкт-Петербург) - «Химки». (0+) 23.30 Хоккей. Благотворительный матч «Связь поколений». (0+)

МУЗЫКА



05.00 Сделано в 90-х. (16+) 06.05, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+) 06.20, 12.05, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+) 07.00 Каждое утро. (16+) 09.00 R'n'B чарт. (16+) 10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+) 10.30 Check-IN на Муз-ТВ. (16+) 11.35, 20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)

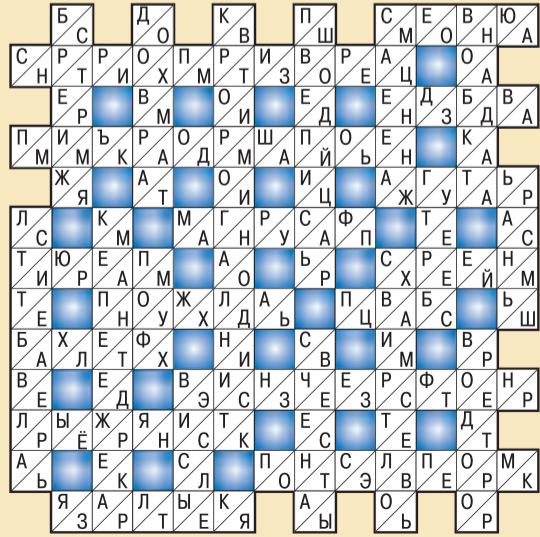
Бесплатная юридическая помощь

8 (499) 391-53-77

ДУАЛЬ

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

По горизонтали: Сова. Строптивец. Езда. Микрорайон. Агар. Аграф. Треп. Хрен. Нужда. Паб. Блеф. Винчестер. Лыжник. Отсверк. Ярлык. По вертикали: Стриж. Домра. Второгодник. Швейцар. Сцена. Водка. Герб. Рань. Стебель. Менеджер. Пуф. Хамство. Счеты. Ведро. Вилы.



ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ



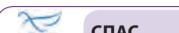
02.00, 11.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Женщины. Скоростной спуск. Тренировка. (0+) 03.00, 05.30, 10.30 Биатлон. Чемпионат мира среди юниоров. Женщины. Гонка преследования. (0+) 03.30, 06.30 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. (0+) 05.00, 10.00 Биатлон. Чемпионат мира среди юниоров. Мужчины. Гонка преследования. (0+) 06.00, 11.00 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клиенталь. (0+) 08.30, 20.05 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Оберстдорф. (0+) 12.15 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. Скоростной спуск. Тренировка. Прямая трансляция. (0+) 14.00 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Женщины. Супергигант. (0+) 21.00 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Женщины. Супергигант. (0+)



08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 08.25, 16.20 «Лео и Тиг». (0+) 08.55, 17.50 «Котики, вперед!». (0+) 09.00, 15.00 «Джинглики». (0+) 09.40, 17.00 Друзья на все времена. (0+) 10.00, 17.15 «Фиксики». (0+) 10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+) 11.00 «Сказочный патруль». (0+) 11.30, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+) 12.00 «Машины сказки», «Трям! Здравствуйте!». (0+) 12.10, 20.20 «Маша и Медведь». (0+) 13.00, 21.00 «Барbosкины». (0+) 13.35, 21.30 «Четверо в кубе». (0+) 14.00, 22.00 «Бумажки». (0+) 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+) 15.35, 23.30 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+) 16.00 «Тима и Тома». (0+) 18.00 «Консуни. Чудеса каждый день». (0+) 18.15 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+) 19.00 «Деревяшки». (0+) 20.00 Сказка на ночь. (0+) 23.00 «Гора Самоцветов». (0+)

05.00, 07.45, 12.00 «Пес Пэт». (6+) 05.30 «Жужики». (6+) 05.55 «Мини-Магнеты». (0+) 06.20, 10.35 «Дружные мопсы». (0+) 06.45 «Зак Шторм - Суперпират». (6+) 08.10, 11.05 «Герой в масках». (0+) 08.40, 11.35 «Удивительная Виш». (6+) 09.05 «София Прекрасная». (0+) 09.35 «Елена - принцесса Авала». (0+) 10.05 «Хранитель Лев». (0+) 12.50, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+) 13.50 «Новая школа императора». (0+) 15.00 «Утиные истории». (6+) 17.20 «Гравити Фолз». (12+) 19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+) 19.30 «Роботы». (6+) 21.30 «Семейка Грин в городе». (12+) 22.15 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+) 23.15 «Мистители: миссия Чёрной Пантеры». (12+) 00.10 «ЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+) 01.05 «ДЕТИ-ШИОНЫ». (6+) 02.30 «Начало времён». (6+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

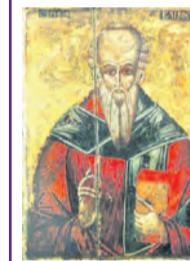


14.30 Монастырская кухня. (0+) 15.00 «Дорогие мои, чадца Божии!» Духовные чада архимандрита Иоанна (Крестянкина). Глава 1. (0+) 15.55 Царская семья. Путь к святым. (0+) 16.20, 17.10, 22.30, 23.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (0+) 18.00 Завет. (0+) 19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+) 20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+) 21.30, 02.45 До самой сутки. С Еленой Жосул. (0+) 00.10 День Патриарха. (0+) 00.25 Завет. (0+) 01.20 Дом Ксении. Цикл: Русские праведники. (0+) 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

5 февраля

Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Сщмч. Клиmenta, еп. Анкирского, и мч. Агафангела.



Прп. Мавсими Сирина. Прп. Саламана молчальника. Свт. Павлина Милостивого, еп. Ноланского. Воспоминание VI Вселенского Собора. Прп. Геннадия Костромского и Любимоградского. Перенесение мощей свт. Феоктиста, архиеп. Новгородского. Собор Костромских святых. Прмч. Серафима, прмц. Евдокии и Екатерины. Мц. Милицы.

Поста нет.

Пустые речи, или, как говорят, переливание из пустого в порожнее, уносят из сердца живую веру, страх Божий и любовь к Богу.

Св. Иоанн Кронштадтский

Реклама
СТАТЬ АСТРОЛОГОМ!
ШКОЛА НАУЧНОЙ АСТРОЛОГИИ
приглашает слушателей на 1 курс
24 февраля в 13:00 и 27 февраля в 16:30
Суворовская пл., 2, м. «Достоевская»
8(916)550-62-40, 8(495)721-66-20
www.astroshkola.ru



Единственный человек у нас на работе, который может сказать директору в глаза: «Встань и выйди отсюда!» – это уборщица.

Ложим в ихнее эспрессо мороженое – получается глясе.

ЭТФ «СЛАВЯНКА» 25 лет на рынке российского туризма
23 ФЕВРАЛЯ и 8 МАРТА

03.02, 09.02, 16.02	Истра с посещением выставки Фаберже
09.02 – 10.02	Коломна + Крокодиловая ферма
16.02, 17.02	Осетровая ферма – Алексин
16.02 – 17.02	Театральный Петербург
23.02 – 24.02	Праздничный Переславль-Залесский
23.02 – 24.02	Тула – Ясная Поляна
23.02 – 24.02	Калуга – Оптина Пустынь
23.02, 08.03	Языческая Масленица
02.03 – 03.03	Вышний Волочек с посещением театра
08.03 – 09.03	Казань – Свияжск
08.03 – 10.03	Весенний Петербург
08.03 – 10.03	Дивеево – Муром – Арзамас
08.03 – 10.03	Ростов – Кострома – Красное
08.03 – 10.03	Брянск с усадьбами
08.03 – 10.03	Смоленск с усадьбами
08.03 – 10.03	Елец – Задонск – Галичья Гора
08.03 – 10.03	Выksa – Павлов – Муром
08.03 – 10.03	Иваново – Палех – Плес
09.03	Масленица в Коломне, Переславле
09.03, 10.03	Масленица в Федоскино

Реклама

www.slavianka.ru
8 (495) 626-05-68, 8 (495) 626-08-79
Москва, ул. Кузнецкий Мост, 21/5, подъезд 3, оф. 4039

Логотип Городской центра ренты

ЗАКЛЮЧАЕМ ДОГОВОРА РЕНТЫ!

ЕДИНОВРЕМЕННАЯ ВЫПЛАТА:

до 3 млн. рублей!

ЕЖЕМЕСЯЧНЫЕ ВЫПЛАТЫ:

до 60 тыс. рублей!

• Ежемесячная оплата всех коммунальных услуг, • Пожизненное проживание в квартире без права заселения третьих лиц!

ДОПОЛНИТЕЛЬНО:
социальный работник, сиделка, покупка продуктов, уборка на дому, ремонт в квартире, оплата стационарного и амбулаторного лечения.

Реклама

8 (495) 627-67-87

БЕСПЛАТНАЯ
социально-правовая поддержка граждан по г. Москве

- Прием жалоб от населения на коммерческие организации и государственные структуры.
- Помощь в составлении юридических документов.
- Бесплатный прием и консультация дежурного юриста по всем вопросам.

8 (499) 490-61-33

Реклама



ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1

РОССИЯ



ТВЦ



НТВ

РОССИЯ К

Культура

СТС

СТС

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости
09.25 «Сегодня 6 февраля. День начинается». (6+)
09.55 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!» (16+)
12.00 Новости с субтитрами
12.15 «Время покажет». (16+)
14.00 Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)
15.00 Новости с субтитрами
15.15 «Давай поженимся!» (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами
18.25 «Время покажет». (16+)
18.50 «На самом деле». (16+)
19.50 «Пусть говорят». (16+)
21.00 Время
21.30 «ЛАНЦЕТ». (12+)



В больнице переполох: среди бела дня из детского отделения исчезает четырехлетняя девочка.
22.30 Премьера. «Большая игра». (12+)
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.00 «ВОЙНА И МИР». (16+)
Князь Андрей влюблен, но отец против его брака с Наташей и настаивает на том, чтобы свадьбу отсрочили на длительное время.
02.20 «На самом деле». (16+)
03.00 Новости
03.05 «На самом деле». (16+)
03.30 «Мужское / Женское». (16+)
04.20 Контрольная закупка. (6+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести.
Местное время
11.40 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести.
Местное время
14.40 «Кто против?». (12+)
17.00 Вести.
Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести.
Местное время
21.00 «МЕЖДУ НАМИ ДЕВОЧКАМИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)

Внезапные съемки Лены в эпизодической роли в кино обворачиваются полным провалом. Начальник Левандовского, Журавлев приглашает его и Полину на костюмированный день рождения. Левандовский вынужден взять с собой Лену, и Клава с трудом разводит Лену и Полину по разным гримеркам. Ираида решает посерьезнее Аркашу у себя.
23.20 «Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)
02.00 «КАМЕНСКАЯ». (16+)

В ночном клубе во время выступления группы «Би-Би-Си» один из посетителей оскорбительно отзыается о солистке группы Светлане Медведевой. За ним пристально наблюдает молодой парень - Кирилл Яровой.

- 06.00 «Настроение»
08.15 «Доктор И...» (16+)
08.45 «СМЕРТЬ НА ВЗЛЕТЕ». (12+)



- 10.35 «Лунное счастье Анатолия Ромашина». (12+)
11.30 События
11.50 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)
13.40 Мой герой. (12+)
14.30 События
14.50 Город новостей
15.05 «МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ». (12+)

Мисс Марпл расследует убийство Хиттер Бэдлок, которая выпила отравленный коктейль.
16.55 «Естественный отбор». (12+)
17.45 «ОСКОЛКИ СЧАСТЬЯ-2». (12+)

Россия, 2016 г. Мелодрама. В ролях: Юрий Батурин, Юл. Жигалина. Кажется, что в доме Краблевых все, наконец, наладилось: Дима открыл собственный стоматологический кабинет.
19.40 События
20.00 Петровка, 38. (16+)
20.20 «Право голоса». (16+)
22.00 События
22.30 Линия защиты. (16+)
23.05 «Хроники московского быта. Жёны секс-символов». (12+)

00.00 События. 25-й час
00.35 «Личные маги советских вождей». (12+)
01.25 «Нас ждёт холодная зима». (12+)
02.15 «МИСС МАРПЛ АГАТЫ КРИСТИ». (12+)
04.05 «СТАЯ». (12+)

- 05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 Сегодня
06.05 «ЛЕСНИК». (16+)
07.00 Сегодня
07.05 «ЛЕСНИК». (16+)
08.00 Сегодня
08.05 «ЛЕСНИК». (16+)
09.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)

10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)

Отряд «Тайфун» ликвидировал банду Камиля, захватившую судно с заложниками. Преступники выдвинули требование освободить из тюрьмы известного наркоторговца.
12.00 «Вежливые люди»
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.15 «ДНК». (16+)
18.10 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)

Из колонии, убив охранника, сбегают трое заключенных. В лесу один из них попадает в капкан и получает серьезную травму.
Сегодня
19.00 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
19.40 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)

Арсеньев работает на Бласова и должен убрать Алексея Фомина, его конкурента. Артём, бывшему мужу Завьяловой, когда-то служившему в спецотряде снайпером, заказывают убийство.
23.00 «ШЕЛЕСТ». (16+)
00.00 Сегодня
00.10 «ШЕЛЕСТ». (16+)
01.15 «Место встречи». (16+)
03.10 «Дачный ответ». (0+)
04.15 «МОСКВА. ТРИ ВОКЗАЛА». (16+)

- 06.30 Новости культуры
06.35 «Пешком...»
07.00 Новости культуры
07.05 «Правила жизни»
07.30 Новости культуры
07.35 «Театральная летопись»
08.00 «СИТА И РАМА»
08.50 Цвет времени
09.05 «ИДИОТ». (12+)

10.00 Новости культуры
10.15 «Наблюдатель»
11.10 «Perpetuum mobile (Вечное движение)»
12.30 «Что делать?»
13.15 Искусственный отбор
14.00 «Правда о цвете»
15.00 Новости культуры
15.10 Библейский сюжет
15.40 Сати. Нескучная классика...

16.25 «ПОСЛЕДНЕЕ ЛЕТО ДЕТСТВА». (0+)

СССР, 1974 г. Сережа Беляк, Саша Катько, Олег Грачев. Миша, Гена и Слава, заканчивая школу, проходят производственную практику на фабрике. Им удается помочь следственным органам разоблачить орудовавшую там группу расхитителей.

17.35 «Исторические концерты»
18.25 Цвет времени
18.40 «Что делать?»
19.30 Новости культуры
19.45 «Главная роль»
20.05 «Правила жизни»
20.30 «Спокойной ночи, малыш!»
20.50 «Правда о вкусе»
21.45 «Абсолютный слух»
22.25 Цвет времени
22.35 «ИДИОТ». (12+)
23.30 Новости культуры
23.50 «Путешествие по времени»
00.30 «Что делать?»
01.20 «Perpetuum mobile (Вечное движение)»
02.35 «Сакро-Монте-ди-Оропа»

- 06.00 Ералаш. (0+)
06.40 «Семейка Крудс. Начало». (6+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.30 «КЛЯТВА». (16+)
11.25 «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК». (12+)

14.00 «КУХНЯ». (16+)
19.00 «ВОРОНИНЫ». (16+)
20.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)

Точилин вступается за Каштанову, и Каштанова хочет помириться с Настей. Настя отказывается ехать вместе с Платоновым. Антипов пытается помириться с Олей, но она настроена на развод. «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-2». (12+)

США, 2010 г. Фантастический боевик. Роберт Дауни-мл., Гвинет Пэлтроу. Прошло полгода с тех пор, как мир узнал, что миллиардер-изобретатель Тони Старк является обладателем киберброни Железного человека. Общественность требует, чтобы Старк открыл секрет своих уникальных разработок правительству США, но Тони не спешит этого делать.

23.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
01.00 «МОЛОДЁЖКА». (16+)
02.00 «ПРИШЕЛЬЦЫ НА ЧЕРДАКЕ». (12+)
03.25 «ДНЕВНИК ДОКТОРА ЗАЙЦЕВОЙ». (16+)
05.00 «6 кадров». (16+)
05.50 Музыка на СТС. (16+)



5-Й КАНАЛ

ЗВЕЗДА

ОТР

Москва 24

360° подмосковье

МОСКАВА. ДОВЕРИЕ

- 05.00 «Известия»
05.40 «ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)
11.05 «ЧУЖОЙ». (16+)



Россия, 2013 г. Детектив. Аристов уверен, что выполняя функции водителя службы эскорта, занимается оперативной работой...
13.00 «Известия»
13.25 «ЧУЖОЙ». (16+)
18.50 «СЛЕД». (16+)
22.00 «Известия»
22.25 «СЛЕД». (16+)
00.00 «Известия. Итоговый выпуск»
00.25 «СЛЕД». (16+)
01.10 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)
02.55 «Известия»
03.05 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)

- 06.00 Сегодня утром
09.00 13.00 18.00 23.00 Новости дня
09.15 «Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом». (12+)
10.00 Военные новости
10.10 «КРОТ». (16+)
13.50 «ПСЕВДОНИМ «АЛБАНЕЦ»-4». (16+)
18.40 «Война после Победы». (12+)
19.35 «Последний день». (12+)
20.20 «Секретная папка». (12+)
21.10 «Специальный репортаж». (12+)
21.35 «Открытый эфир». (12+)
23.15 «Между тем» с Наталией Метлиной. (12+)
23.45 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)

СССР, 1985 г. Киноповесть.
01.30 «МООНЗУНД». (12+)
03.50 «НАЧАЛЬНИК ЧУКОТКИ». (0+)
05.15 «План Розенберга. Нюрнбергские уроки». (12+)

- 05.00 11.05 21.05 «Прав!Да?». (12+)
05.55 12.05 23.25 «Большая страна». (12+)
06.25 10.35 «Гора самоцветов. Никита Кожемяка». (0+)
06.35 «Гора самоцветов. Ну, вот ешё!» (0+)
06.55 10.50 16.05 22.00 23.50 «Активная среда». (12+)
07.30 22.35 «Технологии вне закона». (12+)
08.30 15.15 04.30 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.25 17.05 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ». (12+)

10.00 11.00 12.00 13.00 15.00 16.00 17.00 Новости
12.30 18.00 00.00 ОТРажение
15.45 «Гора самоцветов. Однажды». (0+)
16.10 «Гора самоцветов. Пётр и Петруша». (0+)
22.05 04.05 «Моя история». (12+)
04.05 «Гамбургский счёт». (12+)

- 06.00 07.00 07.30 08.00 08.30 09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 14.30 15.30 20.30 21.30 23.30 01.30 02.30 04.35 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.15 04.15 Сеть. (12+)
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

10.15 12.45 21.15 23.15 02.15 05.15 Московский патруль. (16+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 Спорная территория. (12+)
12.10 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
19.00 22.30 03.30 «Вечер»
19.30 04.05 «Гамбургский счёт». (12+)

- 06.00 «Самое яркое». (16+)
06.30 «Самое вкусное». (12+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!» (12+)
11.30 «Зима в Подмосковье». (12+)
12.00 Дневные новости
12.30 «Все просто!» (12+)
13.00 «ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО «ИВАН ДА МАРЬЯ». (16+)
14.40 «Все просто!» (12+)
16.00 22.30 Новости 360
16.20 «Самое яркое». (16+)
17.10 «АКАДЕМИЯ». (12+)

19.00 Большие новости
19.30 00.30 «Самое яркое». (16+)
23.00 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)

- 06.00 «Тайны кино». (12+)
06.50 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
07.40 «Вспомнить все». (12+)
07.50 «ДВА КАПИТАНА». (6+)
09.25 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)
10.45 11.15 «Песни нашего кино». (12+)
12.10 «Тайны кино». (12+)
14.00 «МИЛЛИОН В БРАЧНОЙ КОРЗИНЕ». (12+)
16.00 «ДВА КАПИТАНА». (6+)
17.50 «МИСС МАРПЛ». (12+)
20.00 «БЕЗУМНЫЙ ДЕНЬ». (12+)
СССР, 1956 г. Старый завхоз стремится сделать все от него зависящее, чтобы «подвёдомственные» ему детские ясли открылись в срок.

	РЕН	ТНТ	ТВ3	ТВ-З	ЧЕ	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
05.00	09.00 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 Где логика? (16+) Дом-2. Lite. (16+) Дом-2. Остров любви. (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) «Слепая». (12+) «Гадалка». (12+) «Не ври мне». (12+) «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	06.00 06.50 «ДИКИЙ». (16+) «Дорожные войны. Лучшее». (16+) «Дорожные войны». (16+)	06.00 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Сноубординг. Биг-эир. Пр.тр.	06.30 06.50 07.30 18.00 23.10 «6 кадров». (16+) «Удачная покупка». (16+)	07.30 18.00 23.10 «6 кадров». (16+) «Удачная покупка». (16+)
06.00	11.00 15.00 «Документальный проект». (16+) «С бодрым утром!» (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+) «Спаси свою любовь». (16+)	12.00 15.00 «САШАТАНЯ». (16+) «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	16.00 17.35 18.40 «Гадалка». (12+) «Слепая». (12+) «КАСПЛ». (12+)	06.30 07.00, 08.55, 11.00, 14.15, 15.30, 16.50, 20.55 Новости	07.00 07.35 09.35 10.40 11.40 13.50 17.55 19.00	12.40 02.15 «Понять. Простить». (16+) «По делам несовершеннолетних». (16+) «Давай разведёмся!» (16+)
07.00	12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+)	12.30 13.30 20.00 «САШАТАНЯ». (16+) «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	13.30 20.00 Премьера на ТНТ! Сычев разворачивает бурную деятельность и начинает ремонт института. Молодой аспирант Гера предлагает очень занятой Белозеровой помочь в проведении занятий.	13.30 18.40 В Центральном парке был убит студент. Беккет занимается расследованием, а Касл занимается в колледже в качестве преподавателя. «СКВОЗНЫЕ РАНЕНИЯ». (16+)	08.10 12.00 13.00 15.00 19.00 20.00 22.00 23.00 00.30 01.00 11.45 13.45 14.20 16.20 16.55 18.55 21.40 22.10 22.40 01.15 03.15 03.25 03.55	07.05 11.05, 15.35, 21.00, 00.40 Все на Матч! Футбол. «Боруссия» (Дортмунд) - «Вердер». Кубок Германии. 1/8 финала. (0+)	09.35 10.40 11.40 13.50 17.55 19.00
08.30	16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	16.00 17.35 18.40 «САШАТАНЯ». (16+) «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	16.00 17.35 18.40 В Центральном парке был убит студент. Беккет занимается расследованием, а Касл занимается в колледже в качестве преподавателя. «СКВОЗНЫЕ РАНЕНИЯ». (16+)	15.00 19.00 20.00 22.00 23.00 00.30 01.00 01.15 03.00 04.25	09.00 11.45 13.45 14.20 16.20 16.55 18.55 21.40 22.10 22.40 01.15 03.15 03.25 03.55	09.00 11.45 13.45 14.20 16.20 16.55 18.55 21.40 22.10 22.40 01.15 03.15 03.25 03.55	09.35 10.40 11.40 13.50 17.55 19.00
12.00	13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкным». (16+)	13.00 21.00 «Однажды в России». (16+)	13.00 21.00 Шоу «Однажды в России» честно рассказывает о самых актуальных событиях, именно поэтому получается остро, реалистично и очень смешно.	13.00 21.00 США, 2001 г. Боевик. Стивен Сигал, DMX, Исаия Вашингтон. Детектив Орион Байд не берет взяток и не щадит преступников, сколь бы высокие чины они не занимали, за что его не навидят мафия и недолюбливает собственное начальство.	13.00 21.00 США, 1978 г. Ужасы. Уильям Холден, Ли Грант, Роберт Фоксворт. Семь лет прошло с того дня, как Дэмиен чудом избежал смерти. Теперь ему 13, и он живет вместе со своим дядей Ричардом Торном.	13.00 21.00 01.15 03.00 04.25	13.00 21.00 01.15 03.00 04.25
14.00	14.00 «Невероятно интересные истории». (16+)	14.00 22.00 «Где логика?» (16+)	14.00 22.00 «Дом-2. Город любви». (16+)	14.00 01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15
17.00	17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+)	17.00 23.00 «Дом-2. После заката». (16+)	17.00 00.00 «Бородина против Бузовой». (16+)	17.00 01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15	01.00 05.15 01.00 05.15
18.00	18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	18.00 02.00 «Хор». (16+)	18.00 03.00 «Stand Up. Дайджест». (16+)	18.00 04.20 05.10	04.20 05.10	04.20 05.10	04.20 05.10
20.00	20.00 «Центурион». (16+)	20.00 05.10	20.00 05.10	20.00 05.10	20.00 05.10	20.00 05.10	20.00 05.10
22.00	22.00 «Смотреть всем!» (16+)						
00.30	00.30 «ГОТИКА». (18+)						

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), 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.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

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

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 мorga.

РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ:

- Обратитесь по телефону 8 (495) 300-3-300 (КРУГЛОСУТОЧНО) и вызовите сотрудника городской ритуальной службы.
- Вместе с прибывшим сотрудником отправляйтесь в мorg для оформления документов и оплаты услуг медучреждения.

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

ГБУ РИТУАЛ
Договор № 10 ЦДС/К-19

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.

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (12+)	06.20 «ТЁМНЫЙ МИР». (16+)	08.20 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	10.50 «ТЕСТЫ ДЛЯ НАСТОЯЩИХ МУЖЧИН». (16+)	06.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)
07.55 «РЕЗНЯ». (16+)	10.50 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	12.20 «ПОДДУБНЫЙ». (6+)	14.40 «22 МИНУТЫ». (16+)	06.00, 17.20 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
09.50 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)	10.50 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	14.40 «22 МИНУТЫ». (16+)	16.20, 17.15 «ДЕДУШКА». (12+)	06.50, 07.20, 07.50, 08.20, 08.50, 18.10, 18.35, 19.05, 19.30 «КУХНЯ». (16+)
11.45 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	12.20 «ПОДДУБНЫЙ». (6+)	13.35 «ЖЕНЕТИБА БАЛЬЗАМИНОВА». (6+)	15.15 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)	09.20, 10.05, 20.00, 20.45, 00.35, 01.20 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
14.00 «СПЕШИ ЛЮБИТЬ». (12+)	14.40 «22 МИНУТЫ». (16+)	15.15 «КУБАНСКИЕ КАЗАКИ». (12+)	18.30 «КУРЬЕР ИЗ «РАЯ». (12+)	10.50, 21.30, 02.05 «ЧАСНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
16.00 «СОЛИСТ». (16+)	16.20, 17.15 «ДЕДУШКА». (12+)	20.20 «ДЕТКИ НА ПРОКАТ». (12+)	20.20 «ДЕТКИ НА ПРОКАТ». (12+)	11.40 «Правила моей кухни». (16+)
18.20 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ». (12+)	Россия, 2017 г. В ролях: Равшана Куркова, Артем Ткаченко, Диана Антосяк, Владимир Епифанцев	Россия, 2017 г. В ролях: Леонид Куравлев, Евгений Симонова, Евгений Леонов, Савелий Крамаров, Нина Маслова	СССР, 1975 г. В ролях: Леонид Куравлев, Евгений Симонова, Евгений Леонов, Савелий Крамаров, Нина Маслова	12.20 «АФОНЯ». (12+)
20.10 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (12+)	22.10 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	13.20 «АФОНЯ». (12+)
США, 2007 г. В ролях: Сандра Буллок, Джудиан МакМахон	00.10 «БАБЛО». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	14.20 «БАБЛО». (16+)
22.10 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)	02.05 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)	02.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)	02.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ». (16+)	15.30, 16.25, 04.10, 05.05 «ИБЕЛЬ ИМПЕРИИ». (16+)
01.10 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)	04.10, 05.05 «ДЕДУШКА». (12+)	04.45 «ТАИНСТВЕННАЯ СТЕНА». (12+)	04.45 «ТАИНСТВЕННАЯ СТЕНА». (12+)	16.25, 23.15, 03.35 «ВЕРСАЛЬ». (16+)

Иллюзион+ иллюзион	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOXlife FOX LIFE
00.00 «ПЕСНИ О ЛЮБВИ». (16+)	00.25 «ОХОТНИК». (16+)	00.55 «ЖЕНИХ». (12+)	08.00, 18.10, 18.50, 07.15 «СКОРПИОН». (16+)
02.10 «ПЕРЕВОЗЧИК-3». (16+)	02.25 «ПОБЕГ». (16+)	02.40 «ПРОМЕТЧИВЫЙ». (16+)	02.45, 09.30, 14.25, 15.10, 00.45, 01.25 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
03.50 «УБИЙСТВО КОТА». (16+)	04.25 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)	06.15 «ПОБОВЬ И ЛИМОНЫ». (16+)	04.20 «ПЕРСОНАЖ». (16+)
05.25 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)	06.05 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)	10.15 «УЛЬТРААМЕРИКАНЦЫ». (18+)	10.15 «ОДИНОКИ ВМЕСТЕ». (16+)
06.55 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)	10.05, 10.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	12.10 «РЫЦАРИ КОРОЛЕВСТВА КРУТИЗНЫ». (18+)	10.40, 11.05 Вкусно и недорого. (12+)
08.25 «ПУЛИ НАД БРОДВЕЕМ». (16+)	11.55 «ЯРОСЛАВ. ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД». (16+)	13.45 «ДИКАЯ ШТУЧКА». (16+)	11.30, 23.15, 03.35 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
10.00 «ЗАПОВЕДНАЯ ДОРОГА». (16+)	13.45 «НОЧНЫЕ СЕСТРЫ». (16+)	15.40 «АФЕРИСТЫ ПОНЕВОЛЕ». (18+)	12.15, 17.20, 21.00, 23.55, 04.20 «НОМЕР 309». (16+)
11.40 «В ИЗГНАНИИ». (16+)	15.30 «ДОЙТИ ДО РУЧКИ». (16+)	17.30 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)	13.00, 13.45, 19.30, 20.15, 06.30 «КАСП». (16+)
13.15 «СЕМЬЯНИН». (12+)	17.15 «БОГИНА. КАК Я ПОЛЮБИЛА». (16+)	19.30 «ШЕФ». (12+)	15.55, 16.40, 21.45, 22.30, 02.05, 02.50, 05.05 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
15.20 «ГЕРЦОГИНА». (16+)	19.05, 19.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	21.05 «МЕЖДУ АНГЕЛОМ И БЕСОМ». (16+)	3 сезон. Сериал. США, 1995 г.
17.10 «КОСМОПОЛИС». (16+)	20.50 «СОВРЕМЬШ-УМРЕШЬ». (16+)	Комедия, Франция, 1995 г.	23.15 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)
18.55 «АТЛАНТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ». (16+)	Драма, Россия, 2016 г.	05.00, 06.10 «МИК». (16+)	Комедия, Россия, 2010 г.
20.30 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	22.55 «УБИЙСТВО ДЕПУТАТА». (16+)	05.50, 06.10 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)	05.50, 06.10 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)
22.05 «ДОСТОИНСТВО». (16+)		07.00, 08.05, 09.10, 20.00, 21.00 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)	
23.20 «УЖИН». (18+)		07.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (0+)	07.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)

ФЕНИКС+ КИНО	ТВ XXI ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «РИВЬЕРА». (16+)	05.00 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИ К ЗВЕЗДАМ». (6+)	05.00, 08.05, 09.10, 20.00, 21.00 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОСТРОВ НЕНУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	Сериал. Триллер, драма, Великобритания, 2016 г.	07.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (0+)	07.50 «ПРИКЛЮЧЕНИЯ ЭЛЕКТРОНИКА». (0+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	10.50, 18.50, 02.50 «ВТОРОЙ ТРАГИЧЕСКИЙ ФАНТОЦИ». (12+)	11.55 «НАДЕРИБАСОВСКОЙ ХРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЛЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)	01.00, 16.30 Танцы. Сериал. Детектив, Великобритания, 2017 г.
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)	12.40, 20.40, 04.40 «МОЛОДАЯ ЖЕНЩИНА». (18+)	13.50 «ВИННЕТУ: СЫН ИНЧУ-ЧУНА». (0+)	01.00, 16.30 Танцы. Сериал. Детектив, Великобритания, 2017 г.
14.00, 22.00 «МАМА-ДЕТЕКТИВ». (16+)	14.20, 22.20, 06.20 «ПАРАНОЙЯ». (16+)	15.40 «ЗОЛОТО АПАЧЕЙ». (0+)	01.00, 16.30 Танцы. Сериал. Детектив, Великобритания, 2017 г.
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+)	Триллер, драма, США, Индия, Франция, 2013 г.	17.40 «ВОЛШЕБНАЯ СИЛА». (0+)	01.00, 16.30, 20.00, 21.00 «Хорошая американская еда с Натаном Лионом». (6+)
06.00 «ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА». (16+)	16.10, 00.10, 08.10 «КОКТЕЛЬБЕЙ». (16+)	19.00 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (0+)	02.00, 10.00, 15.30, 20.30 «Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко». (12+)
	Драма, приключения, Россия, 2003 г.	20.55 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)	03.00, 16.00, 22.00 «Первоклассный фитнес». (6+)
		22.50 «УКРОЩЕНИЕ СТРОПТИВОГО». (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 «Делай тело с Русланом Байрамовым». (12+)

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
09.10 Умный дом. (12+)	08.00 Рыболовные экспедиции в Норвегии. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
09.40 Свечной заводик. (12+)	08.30 Рыбалка в Нижнем Прикамье. (12+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
10.00 Преданья старины глубокой. (12+)	09.00, 12.00 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)	01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз откроет новые возможности для импровизации, самовыражения и индивидуального проявления.
10.30 Правила огородника. (12+)	09.30, 12.30 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)	01.30, 11.30, 13.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
10.40 Домоводство. (12+)	09.45, 12.45 Дело вкуса. (12+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Натаном Лионом. (6+)
10.55 Мегабананы. (16+)	10.05, 16.05 Оружейные дома Европы. (16+)	02.30, 10.00, 15.30, 20.30 «Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко». (12+)
11.30, 15.35 Лучшие дома. (12+)	10.35, 16.35 Оружие для охоты. (16+)	03.00, 16.00, 22.00 «Первоклассный фитнес». (6+)
11.55 Страйпплощадка. (12+)	11.05, 22.45 Охотничьи собаки. (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 «Делай тело с Русланом Байрамовым». (12+)
12.25 Букварь дачника. (12+)	11.35 Есть мнение. (16+)	04.00, 14.00, 20.00, 23.30 «Делай тело с Русланом Байрамовым». (12+)
12.40, 16.50, 20.55 Лавки чудес. (12+)	13.00 Большая охота в Буркина Фасо. (16+)	04.30, 10.00, 15.30, 20.30 «Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко». (12+)
13.15 Безопасность. (12+)	14.00 Научи меня рыбачить. (12+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-загадка. (12+)
13.45 Кухня народов СССР. (12+)	14.30 Секреты «трудных» водоемов. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
14.00 Урожай на столе. (12+)	15.05 Тропа рыбака. (12+)	05.30, 07.30, 09.30, 20.30 Боди-балет. (12+)
14.35 История усадеб. (12+)	15.35 Две на одного. Оружие. (16+)	10.30, 17.00, 22.30 «Пилатес изнутри». (6+)
15.05 Старинные русские усадьбы. (12+)	15.50 Две на одного. Снаряжение. (16+)	12.00 FIT BO. (6+)
16.05 Сам себе дизайнер. (12+)	17.05 Рыбалка на малых реках Удмуртии. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
16.20 Домашняя косметика! (12+)	17.35 Сезон охоты. (16+)	18.45 Проблемные зоны. (6+)
16.35		

СПОРТ

- | | |
|--------------------|------------------|
| МАТЧ! | НАШ СПОРТ |
| EUROSPORT 1 | |
- 06.00 Парусный спорт. Национальная парусная лига 2018. V этап. (0+)
 - 07.05 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
 - 09.00, 23.00 Новости. (0+)
 - 09.05 Теннис. WTA. St. Petersburg Ladies Trophy. Финал. (0+)
 - 13.25 Лёгкая атлетика. «Русская зима - 2019». (0+)
 - 16.10 Специальный репортаж. (12+)
 - 16.25, 23.05 Вид сверху. (0+)
 - 16.55 Баскетбол. Евролига. Женщины. УГМК (Россия) - «Бурж Баскет» (Франция). Прямая трансляция
 - 18.55 Волейбол. Лига чемпионов. Женщины. «Динамо» (Москва, Россия) - «КСМ Бухарест» (Румыния). Прямая трансляция
 - 20.55 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. «Цедевита» (Хорватия) - «Зенит» (Санкт-Петербург). Прямая трансляция
 - 23.35 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+)
 - 01.35, 04.00 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
 - 03.35 Самые сильные. (12+)

МУЗЫКА

- | | |
|---------------|------------|
| MUZ-TV | MUZ |
|---------------|------------|
- 05.00 Сделано в 00-х. (16+)
 - 06.05, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
 - 06.20, 12.17, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 09.00 Тор чарт Европы плюс. (16+)
 - 10.00 Победитель «битвы фанклубов». (16+)
 - 10.30 МузРаскрутка. (16+)
 - 11.00, 21.35 Check-IN на MUZ-TV. (16+)
- 13.00, 20.35 Русские хиты. Чемпионы среды. (16+)
- 14.00 Золотая дюжина. (16+)
- 15.00 Битва фанклубов. (16+)
- 16.00 Сделано в 90-х. (16+)
- 18.15 #ЯНАМУЗ-TV. (16+)
- 19.00 R'n'B чарт. (16+)
- 20.00 10 самых с Лерой Кудрявцевой. (16+)
- 22.40 Несприннер. (16+)
- 00.00 Нефромат чарт. (16+)
- 00.30 Сахар. (16+)
- 02.00 Наше. (16+)
- 03.00 Двойной удар. (16+)
- 04.50 Засеки звезду. (16+)

КВАРТИРА-КОРМИЛЦА

предложение для пенсионеров и инвалидов

 Соц. рента «Солнце в руках» с заботой о старшем поколении единовременная выплата от 1 до 5 млн руб. ежемесячные платежи от 15 до 40 тыс. руб.

оформление по ГК РФ, нотариальное заверение, государственная регистрация

- БЕСПЛАТНЫЕ КОНСУЛЬТАЦИИ по заключению и переуступки договора ренты
- УСТРОИМ В ПАНСИОНАТЫ (лечеб., отдых, проживание)
- ПРЕДОСТАВЛЯЕМ УСЛУГИ (уход, уборка, приготовление еды) www.soc-renta.ru

8(495) 544-73-22
8(925) 051-94-32

000 «Соцрента» ОГРН 1011274677189 Реклама

Пожизненный доход выплачивается другим лицом, согласованным с участником



БЕСПЛАТНАЯ ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

8 495 142 51 94

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- | | |
|-------------|-------------|
| СИАС | СПАС |
|-------------|-------------|
- 05.00 Щипков. (0+)
 - 05.30 Великая княгиня Елизавета Федоровна. Цикл: Русские праведники. (0+)
 - 06.00 Завет. (0+)
 - 07.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
 - 08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
 - 09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 10.00 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30 Я хочу ребенка. (0+)
 - 11.00 Дом Ксении. Цикл: Русские праведники. (0+)
 - 11.30 Евгений Боткин. Призван к служению. Цикл: Русские праведники. (0+)
 - 12.00 Встреча. (0+)
 - 13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
 - 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 «Дорогие мои, чадца Божии!» Духовные чада архимандрита Иоанна (Крестянкина). Глава 2. (0+)
 - 16.00 Митрополит Николай, святитель Алмазийский. (0+)
 - 16.20, 17.10, 22.30, 23.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (0+)
 - 18.00, 00.25 Завет. (0+)
 - 19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
 - 20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
 - 21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
 - 00.10 День Патриарха. (0+)
 - 01.20 Оптинские старцы. Цикл: День Ангела. (0+)
 - 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

6 февраля
Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Блж. Ксении Петербургской.



Прп. Ксении. Мчч. Вавилы Сицилийского и учеников его Тимофея и Агапия.

Прп. Македония, сирийского пустынника. Перенесение мощей прмч. Анастасия Персянина. Свт. Герасима Великопермского, Устьвымского.

Мч. Иоанна Казанского. Мч. Николая.

Постный день. Разрешается рыба.

Сколько бы грехов ни было у кого, и как бы велики ни были, у Бога милосердия еще более, потому что, как Он Сам бесконечен, так и милость Его бесконечна.

Св. Тихон Задонский



Задумайтесь о завтрашнем дне, заключите договор РЕНТЫ сегодня!

ПЕНСИОНЕРАМ! НАДЕЖНОСТЬ И СТАБИЛЬНОСТЬ

- Единовременная выплата до 5 000 000 рублей
- Ежемесячно до 50 000 рублей
- Оплата всех коммунальных услуг
- Ремонт в квартире
- Бесплатный уход и помощь по хозяйству

www.mosrenta.com

8 (495) 626-46-06
8 (499) 499-46-36

Реклама

НОВЫЕ ЗУБЫ ЗА 10 ДНЕЙ

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



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

- **А как можно помочь этим пациентам?**

- Наша клиника предлагает разнообразные услуги. Во-первых, пародонтальные карманы, которые мучают наших пациентов попаданием пищи и неприятным запахом, лечим итальянским лазером без боли в одно посещение. Также проводим инновационную процедуру ПЛАЗМОЛИФТИНГА для укрепления кости и десны. Сейчас на эти процедуры идет АКЦИЯ – СКИДКА 50%*.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

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!

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

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

Реклама
Лиц. № 77-004192
от 20.09.2011 г.



ПЕРВЫЙ



РОССИЯ



TBII



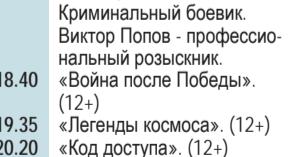
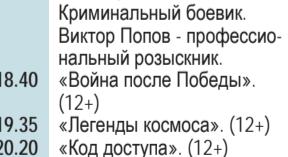
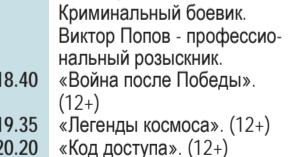
HTB



РОССИЯ К



CTC

05.00	Телеканал «Доброе утро»	05.00	Утро России	06.00	«Настроение»	05.00	«ЛЕСНИК». (16+)	06.30	Новости культуры	06.00	Ералаш. (0+)
09.00	Новости	09.00	Вести	08.10	«Доктор И...» (16+)	06.00	«ЛЕСНИК». (16+)	06.35	«Пешком...»	06.40	«Семейка Крудс. Начало». (6+)
09.25	«Сегодня 7 февраля. День начинается». (6+)	09.25	Утро России	08.45	«ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (12+)	07.00	Сегодня	07.00	Новости культуры	07.30	«Три кота». (0+)
09.55	«Модный приговор». (6+)	09.55	«О самом главном». (12+)			07.05	«ЛЕСНИК». (16+)	07.05	«Правила жизни»	07.45	«Приключения Вуди и его друзей». (0+)
10.55	«Жить здорово!» (16+)	11.00	Вести			08.00	Сегодня	07.30	Новости культуры	08.30	«Том и Джерри». (0+)
12.00	Новости с субтитрами	11.25	Вести.			08.05	«ЛЕСНИК». (16+)	07.35	«Театральная летопись»	09.30	«СОСЕДКА». (16+)
12.15	«Время покажет». (16+)	11.40	Местное время			09.00	«МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)	08.00	«СИТА И РАМА»	11.25	«ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-2». (12+)
14.00	Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)	12.50	«Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)		10.35	Сегодня	10.00	Цвет времени	14.00	«КУХНЯ». (12+)	
15.00	Новости с субтитрами	14.00	«60 минут». (12+)		11.30	«МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)	10.20	«ИДИОТ». (12+)	19.00	«ВОРОНИНЫ». (16+)	
15.15	«Давай поженимся!» (16+)	14.25	Вести.		11.50	Бата с коллегами пресекает сделку по продаже партии оружия. В перестрелке Бизон убивает одного из торговцев, который оказывается... сотрудником силовых структур.		Новости культуры	20.00	«МОЛОДЁЖКА». (16+)	
16.00	«Мужское / Женское». (16+)	14.40	Местное время			12.00	«Вежливые люди»		Каштанова выручает Точилина. Жилин и Орлова готовятся на нести решающий удар по Казанцеву, но тут неожиданно вмешивается Шевцов. Куницын делится переживаниями со Шмелёвым. Точилин решается на разговор с Макеевыми.		
17.00	«Время покажет». (16+)	17.00	«Кто против?» (12+)			13.00	Сегодня			21.00	«ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-3». (12+)
18.00	Вечерние новости с субтитрами	17.25	Вести.			13.25	Обзор. Чрезвычайное				
18.25	«Время покажет». (16+)	18.50	Местное время			14.00	происшествие				
18.50	«На самом деле». (16+)	20.00	«Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)			16.00	«Место встречи»				
19.50	«Пусть говорят». (16+)	20.45	Вести.			16.30	Сегодня				
21.00	Время	21.00	Местное время			17.15	«Место встречи»				
21.30	«ЛАНЦЕТ». (12+)		«МЕЖДУ НАМИ ДЕВОЧКАМИ. ПРОДОЛЖЕНИЕ». (12+)			18.10	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)				
			На просмотр одной из съемных квартир Никита едет с Соней, представляя ее своей женой. Олеся начинает ревновать. Ираида устраивает Аркаше смотрины бухгалтерши, но выясняется, что то больше подходит Сан Санычу. Левандовский всеми силами пытается отговорить Лену от мысли выходить на работу.			19.00	Сегодня				
22.30	Премьера. «Жаркие. Зимние. Твои». К 5-летию Открытия сочинской Олимпиады. (12+)	23.20	«Вечер с Владимиром Соловьевым». (12+)			19.40	«ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)				
23.45	«ВОЙНА И МИР». (16+)	02.00	«КАМЕНСКАЯ». (16+)			21.00	«НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)				
	Армия Наполеона стремительно приближается к Москве.		Доценко рассказывает Рубцову о своих подозрениях. Женя единственная, кто знает Фаната в лицо. Её просят помочь следствию. Женя увлекается Доценко. Она намеренно тормозит работу.								
01.25	«На самом деле». (16+)		«События			23.00	Сегодня				
02.25	«Мужское / Женское». (16+)		Петровка, 38. (16+)			00.00	«ШЕЛЕСТ». (16+)				
03.00	Новости		20.00			00.10	«ШЕЛЕСТ». (16+)				
03.05	«Мужское / Женское». (16+)		«Право голоса». (16+)			01.15	«Место встречи». (16+)				
03.25	«Давай поженимся!» (16+)		22.00			03.15	«НашПотребНадзор». (16+)				
04.15	Контрольная закупка. (6+)		События			04.10	«МОСКВА. ТРИ ВОЗЛА». (16+)				
			23.05								
05.00	«Известия»	06.00	Сегодня утром								
05.20	«ЧУЖОЙ». (16+)	09.00	13.00 18.00 23.00 Новости дня								
08.35	«День ангела»	09.15	«Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом». (12+)								
09.00	«Известия»	10.00	14.00 Военные новости								
09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)	10.10	13.15 «КРОТ». (16+)								
		13.50	14.05 «РОЗЫСКНИК». (16+)								
11.05	«ЧУЖОЙ». (16+)		Россия, 2013 г.								
13.00	«Известия»		Криминальный боевик.								
13.25	«ЧУЖОЙ». (16+)		Виктор Попов - профессиональный розыскник.								
18.50	«СЛЕД». (16+)		«Война после Победы». (12+)								
22.00	«Известия»		«Легенды космоса». (12+)								
22.25	«СЛЕД». (16+)		«Код доступа». (12+)								
00.00	«Известия. Итоговый выпуск»		«Специальный репортаж». (12+)								
00.25	Обзор ГЛАВНЫХ событий за неделю в стране и мире.		«Открытый эфир». (12+)								
01.10	«СЛЕД». (16+)		«Между тем» с Наталией Метлинской. (12+)								
03.25	«Известия»		23.45 «ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)								
03.35	«Страх в твоем доме». (16+)	01.55	«ЗАЙЧИК». (0+)								
		03.20	«ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (6+)								
		04.55	«Города-герои». (12+)								
05.00	«Известия»	05.00	Сегодня утром								
05.20	«ЧУЖОЙ». (16+)	09.00	13.00 18.00 23.00 Новости дня								
08.35	«День ангела»	09.15	«Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом». (12+)								
09.00	«Известия»	10.00	14.00 Военные новости								
09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)	10.10	13.15 «КРОТ». (16+)								
11.05	«ЧУЖОЙ». (16+)	13.50	14.05 «РОЗЫСКНИК». (16+)								
13.00	«Известия»		Россия, 2013 г.								
13.25	«ЧУЖОЙ». (16+)		Криминальный боевик.								
18.50	«СЛЕД». (16+)		Виктор Попов - профессиональный розыскник.								
22.00	«Известия»		«Война после Победы». (12+)								
22.25	«СЛЕД». (16+)		«Легенды космоса». (12+)								
00.00	«Известия. Итоговый выпуск»		«Код доступа». (12+)								
00.25	Обзор ГЛАВНЫХ событий за неделю в стране и мире.		«Специальный репортаж». (12+)								
01.10	«СЛЕД». (16+)		«Открытый эфир». (12+)								
03.25	«Известия»		«Между тем» с Наталией Метлинской. (12+)								
03.35	«Страх в твоем доме». (16+)	23.45	«ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)								
		01.55	«ЗАЙЧИК». (0+)								
		03.20	«ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (6+)								
		04.55	«Города-герои». (12+)								
05.00	«Известия»	06.00	Сегодня утром								
05.20	«ЧУЖОЙ». (16+)	09.00	13.00 18.00 23.00 Новости дня								
08.35	«День ангела»	09.15	«Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом». (12+)								
09.00	«Известия»	10.00	14.00 Военные новости								
09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)	10.10	13.15 «КРОТ». (16+)								
11.05	«ЧУЖОЙ». (16+)	13.50	14.05 «РОЗЫСКНИК». (16+)								
13.00	«Известия»		Россия, 2013 г.								
13.25	«ЧУЖОЙ». (16+)		Криминальный боевик.								
18.50	«СЛЕД». (16+)		Виктор Попов - профессиональный розыскник.								
22.00	«Известия»		«Война после Победы». (12+)								
22.25	«СЛЕД». (16+)		«Легенды космоса». (12+)								
00.00	«Известия. Итоговый выпуск»		«Код доступа». (12+)								
00.25	Обзор ГЛАВНЫХ событий за неделю в стране и мире.		«Специальный репортаж». (12+)								
01.10	«СЛЕД». (16+)		«Открытый эфир». (12+)								
03.25	«Известия»		«Между тем» с Наталией Метлинской. (12+)								
03.35	«Страх в твоем доме». (16+)	23.45	«ЗАСТАВА В ГОРАХ». (12+)								
		01.55	«ЗАЙЧИК». (0+)								
		03.20	«ДОМ, В КОТОРОМ Я ЖИВУ». (6+)								
		04.55	«Города-герои». (12+)								
05.00	«Известия»	05.00	Сегодня утром								
05.20	«ЧУЖОЙ». (16+)	09.00	13.00 18.00 23.00 Новости дня								
08.35	«День ангела»	09.15	«Миссия в Афганистане. Первая схватка с терроризмом». (12+)								
09.00	«Известия»	10.00	14.00 Военные новости								
09.25	«ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)	10.10	13.15 «КРОТ». (16+)								
11.05	«ЧУЖОЙ». (16+)	13.50	14.05 «РОЗЫСКНИК». (16+)								
13.00	«Известия»		Россия, 2013 г.								
13.25	«ЧУЖОЙ». (16+)		Криминальный боевик.								
18.50	«СЛЕД». (16+)		Виктор Попов - профессиональный розыскник.								
22.00	«Известия»		«Война после Победы». (12+)								
22.25	«СЛЕД». (16+)		«Легенды космоса». (12+)								
00.00	«Известия. Итоговый выпуск»		«Код доступа». (12+)								
00.25	Обзор ГЛАВНЫХ событий за неделю в стране и мире.		«Специальный репортаж». (12+)								
01.10	«СЛЕД». (16+)		«Открытый эфир». (12+)								
03.25	«Известия»		«Между тем» с Наталией Метлинской. (12+)					</td			

РЕН	ТНТ	ТВ3	ТВ-З	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ	ДОМАШНИЙ
05.00 04.40 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 06.00 09.00 15.00 «Документальный проект». (16+) «С бодрым утром!» (16+) 07.00 12.30 16.30 19.30 23.00 «Новости». (16+) 12.00 16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+) 13.00 23.25 «Загадки человечества с Олегом Шишкенным». (16+) 14.00 «Невероятно интересные истории». (16+) 17.00 03.00 «Тайны Чапман». (16+) 18.00 02.15 «Самые шокирующие гипотезы». (16+) 20.00 «ДВА СТВОЛА». (16+)	07.00 Где логика? (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.15 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.30 «Бородина против Бузовой». (16+) 12.30 «Спаси свою любовь». (16+) 13.30 «САШАТАНЯ». (16+) 20.00 «ГОД КУЛЬТУРЫ». (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 09.20 «Слепая». (12+) 11.00 «Гадалка». (12+) 12.00 «Не ври мне». (12+) 15.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+) 16.00 «Гадалка». (12+) 17.35 «Слепая». (12+) 18.40 «КАСЛ». (12+)	06.00 «ДИКИЙ». (16+) 06.50 «Слепая». (12+) 07.30 «Гадалка». (12+) 07.50 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+) 08.10 «Гадалка». (12+) 12.00 «Слепая». (12+) 13.00 «КАСЛ». (12+)	06.00 «ДИКИЙ». (16+) 06.45 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 07.05 «Дорожные войны». (16+) 07.10 «Дорожные войны». (16+) 07.30 «Дорожные войны». (16+) 09.00 «Решала». (16+) 12.00 «Идеальный ужин». (16+) 13.00 «ДИКИЙ». (16+) 15.00 «КВН». (16+) 20.00 «Дорожные войны». (16+) 22.00 «Решала». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 00.30 «Дорожные войны. Лучшее». (16+) 01.20 «КРАСНЫЕ ОГНИ». (16+)	06.00 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Фристайл. Пр.тр. 06.45 «Команда мечты». (12+) 07.05 «Удачная покупка». (16+) 07.10 13.10, 16.00, 01.50 Все на Матч! 09.00 «Наши победы. XXII Олимпийские зимние игры. Биатлон. Мужчины. Эстафета. (0+)	06.30 18.00 00.00 05.50 «6 кадров». (16+) 06.50 «Удачная покупка». (16+) 07.00 12.20 02.15 «Понять. Простить». (16+) 07.30 «По делам несовершеннолетних». (16+) 09.25 «Давай разведёмся!» (16+) 10.30 03.25 «Тест на отцовство». (16+) 11.30 02.45 «Реальная мистика». (16+) 13.25 «НАЙТИ МУЖА В БОЛЬШОМ ГОРОДЕ». (16+) 17.55 «Спросите повара». (16+) 19.00 «ОДНА НА ДВОИХ». (16+)	США 2013 г. Боевик. Дензел Вашингтон, Марк Уолберг. Это история двух грабителей, которые на самом деле не те, кем кажутся. Один из них – агент из управления по борьбе с наркотиками... «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+)
США 2013 г. Боевик. Дензел Вашингтон, Марк Уолберг. Это история двух грабителей, которые на самом деле не те, кем кажутся. Один из них – агент из управления по борьбе с наркотиками... «Смотреть всем!» (16+) 00.30 «КРАСНАЯ ШАПОЧКА». (16+)	22.00 Импровизация. (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 «Бородина против Бузовой». (16+) 02.00 ТНТ-Club. (16+) 02.05 Открытый микрофон. (16+) 03.00 «ХОР». (16+) 04.20 «Stand Up. Дайджест». (16+) 05.10 Импровизация. (16+)	США, 1997 г. Боевик. Стивен Сигал, Марг Хельгенбергер, Стивен Лэнг. Из захолустного городка в Американской глубинке начинают поступать анонимные сигналы о захоронении ядовитых отходов. «C.S.I. МЕСТО ПРЕСТУПЛЕНИЯ». (16+) 01.00 05.30 «СТРАННЫЕ ЯВЛЕНИЯ». (12+)	03.15 «ГОРОД БОГА». (16+) 05.15 «ДИКИЙ». (16+)	03.15 «ГОРОД БОГА». (16+) 05.15 «ДИКИЙ». (16+)	02.25 Конькобежный спорт. Чемпионат мира на отдельных дистанциях. (0+) 02.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. (0+) 04.55 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Пр.тр.	23.05 «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+) 00.30 «ЖЕНА ОФИЦЕРА». (16+) 04.15 «Сдаётся! С ремонтом». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (16+)	Украина, 2018 г. Мелодрама. Александр Ратников, Алина Сергеева. Ровесники и соседи Оля и Петя вместе росли... «ЖЕНСКИЙ ДОКТОР-2». (16+) 00.30 «ЖЕНА ОФИЦЕРА». (16+) 04.15 «Сдаётся! С ремонтом». (16+) 06.00 «Домашняя кухня». (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 невозможного...

— 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 осилил 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

Дайте жизнь суставам! Что делать с нестерпимой болью?

медикаментозное лечение, физиотерапия, 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 артрозов является улучшение кровоснабжения всех тканей сустава. ДЕЛЬТА без боли проникает непосредственно в сустав, улучшает кровообращение, помогает восстановлению хрящей 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, артrite, 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 и приходит ДЕЛЬТА.

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

— Мы уже говорили об артrite 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, заболеваниях 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-тrophicеские 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 наущенной проблемой и окажут помощь.

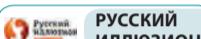
— Можно ли найти лечению ДЕЛЬТОЙ замену?

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

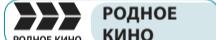
ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМО ОЗНАКОМИТЬСЯ С ИНСТРУКЦИЕЙ

КИНО И СЕРИАЛЫ

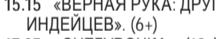
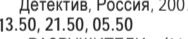
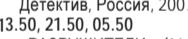
TV 1000	TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
08.10 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)	06.20 «ТЁМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)	08.20 «ДЕТКИ НА ПРОКАТ».	06.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	06.00, 17.20 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
10.45 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)	10.10 «БАБЛО». (16+)	12.00 «ПОБЕГ». (16+)	10.00 «ТРАКТИР НА ПЯТНИЦКОЙ». (12+)	06.50, 07.20, 07.45, 08.15, 08.40, 18.10, 18.35, 19.05, 19.30, 05.30
13.00 «ПРЕДЧУВСТВИЕ». (16+)	14.25 «ТАЙНА ЧЕТЫРЁХ ПРИНЦЕСС». (0+)	16.20, 17.10 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (12+)	11.40 «ЧАСТНЫЙ ДЕТЕКТИВ, ИЛИ ОПЕРАЦИЯ «КООПЕРАЦИЯ». (12+)	09.10, 09.55, 20.00, 20.45, 00.20, 01.05
14.55 «ЭД ИЗ ТЕЛЕВИЗОРА». (12+)	18.15 «САМЫЙ ЛУЧШИЙ ДЕНЬ». (16+)	20.20 «ТРУДНО БЫТЬ МАЧО». (16+)	13.25 «ЛАРец МАРИИ МЕДИЧИ». (12+)	10.40, 21.30, 01.50 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)
17.20 «КОД ДА ВИНЧИ». (16+)	20.20 «ТАЙНА «ЧЁРНЫХ ДРОЗДОВ». (12+)	Россия, 2008 г. В ролях: Александр Лыков, Виктория Исакова, Игорь Ботвин	16.55 «БЕЛЫЙ ТИГР». (16+)	11.30 Правила моей кухни. (16+)
20.10 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)	22.25 «КЛУШИ». (16+)	Виталий Кищенко, Александра Вертоков, Владимир Ильин, Александр Вахов, Виталий Дорджеев	12.30, 22.20, 02.40 «АББАСТОВ ДАУНТОН». (16+)	12.30, 22.20, 02.40 «АББАСТОВ ДАУНТОН». (16+)
США, 2009 г. В ролях: Рэйчел МакАдамс, Эрик Бана, Алисс Ховард, Рон Ливингстон, Стивен Тоболовски	00.30 «КАМЕННАЯ БАШКА». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	13.45 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)	13.45 «ЛИЦО ЛЮБВИ». (16+)
22.20 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)	02.20 «СТАРЫЕ КЛЯЧИ». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	14.10, 02.00 Дела семейные. (16+)	14.10, 02.00 Дела семейные. (16+)
00.15 «МОЛОДЁЖЬ». (16+)	04.35, 05.20 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (12+)	02.30 «БОЙ С ТЕНЬЮ-2: РЕВАНШ». (16+)	15.05, 16.25, 03.40, 04.35 «ИБЕЛЬ ИМПЕРИИ». (16+)	15.05, 16.25, 03.40, 04.35 «ИБЕЛЬ ИМПЕРИИ». (16+)
02.15 «БЕРЛИНСКИЙ СИНДРОМ». (18+)		04.45 «СЭР». (16+)	19.00 «ВЕРСАЛЬ». (16+)	19.00 «ВЕРСАЛЬ». (16+)
04.10 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)				



01.20 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)
02.50 «ДОСТОИНСТВО». (16+)
04.05 «СЕМЬЯНИН». (12+)
06.10 «ГЕРЮГИНИЯ». (16+)
07.55 «КОСМОПОЛИС». (16+)
09.45 «АЛАРТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ». (16+)
11.15 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)
12.50 «ДОСТОИНСТВО». (16+)
14.10 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)
15.40 «ПУЛИ НАД БРОДВЕМ». (16+)
17.15 «ЗАПОВЕДНАЯ ДОРОГА». (16+)
18.55 «В ИЗГИНАНИИ». (16+)
20.30 «ЗОЛОТО». (16+)
Драма, вестерн, приключения, Германия, 2013 г.
22.10 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)



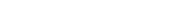
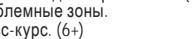
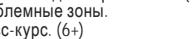
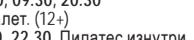
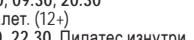
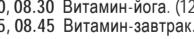
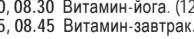
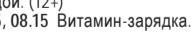
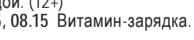
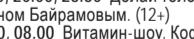
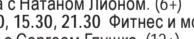
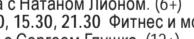
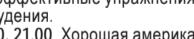
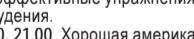
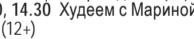
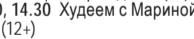
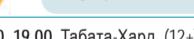
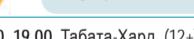
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СВОЙ ВРЕМЯ». (16+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОСТРОВ НЕДОУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)
Сериал. Мелодрама, Россия, 2007 г.
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА». (16+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+)



08.20 Букварь дачника. (12+)
08.40, 12.45, 16.50, 21.00 Лавки чудес. (12+)
09.10 Безопасность. (12+)
09.40 Кухня народов СССР. (12+)
10.00 Урожай на столе. (12+)
10.35 История усадеб. (12+)
11.00, 15.05 Огород круглый год. (12+)
11.30 Лучшие дома. (12+)
12.00, 20.10 Сам себе дизайнер. (12+)
12.15 Домашняя косметика! (12+)
12.25 Баня - женского рода. (12+)
13.15 Сравнительный анализ. (16+)
13.45 Чужеземцы. (12+)
14.05 Садовые истории с Оливией Андриако. (12+)
14.35 Усадьбы будущего. (12+)
15.35 Дачный эксклюзив. (16+)
16.05 Топ-10. (12+)
16.35 Приглашайтесь в гости. (12+)
17.20 Да здравствует мыло душистое! (12+)
17.35 Травовед. (12+)
17.50 Вокруг сырья. (12+)
18.10 Дачная энциклопедия. (12+)
18.45 Легендарные братья-пекари. (16+)
19.45 Школа дизайна. (12+)
20.30 Сад своими руками. (12+)
21.30, 21.45 Чай вдоем. (12+)
22.00 Пастицы. (12+)
22.20 Милости просим. (12+)
22.50 101 ответ о садоводстве. (12+)
23.15 Дизайн своими руками. (12+)
23.45 Мастер. (12+)



07.55 Секреты «трудных» водоемов. (12+)
08.30 Тропа рыбака. (12+)
09.00, 12.05 Кулинарное путешествие с Глембом Астафьевым. (16+)
09.35, 12.35 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)
09.45, 12.50 Дело вкуса. (12+)
10.05, 15.55 Оружейные дома Европы. (16+)
10.35, 16.25 Оружие для охоты. (16+)
11.05, 22.30 Охотничьи собаки. (16+)
11.35 Две на одного. Оружие. (16+)
11.50 Две на одного. Снаряжение. (16+)
13.05 Рыбалка на малых реках Удмуртии. (16+)
13.35 Сезон охоты. (16+)
14.05 Егерский кордон. (16+)
14.35 Смертельный улов. (16+)
15.25 Рыбалка сегодня XL. (16+)
16.55 Под водой с ружьем. (16+)
17.25 Спиннинг на камских просторах. (12+)
17.55 Клуб горных охотников. (16+)
18.30 Охота по-фински. (12+)
19.00 На зарубежных водоемах. (12+)
19.30 Охота и рыбалка в... (12+)
20.00 Кодекс охотника. (16+)
20.20 На рыбалку с охотой. (12+)
21.00 Планета охотника. (16+)
21.30 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)
22.00 Нахлы на разных широтах. (12+)
22.55 Мастер-класс. (16+)
23.15 Карпфишинг. (12+)
23.45 Технология зимнего клева. (12+)



ИНФОРМАЦИОННО-РАЗВЛЕКАТЕЛЬНЫЕ

МИР	ПЯТНИЦА	Ю	РЕТРО
06.00 Держись, шоубиз! (16+)	05.00 Мультифильмы тридцать плюс. (16+)	05.00 Супермодель тридцать плюс. (16+)	00.00, 16.30 Иход. (12+)

СПОРТ

- | | | |
|--------------|------------------|--------------------|
| МАТЧ! | НАШ СПОРТ | EUROSPORT 1 |
|--------------|------------------|--------------------|
- 06.00 Скейтбординг. Кубок мира. (0+)
 - 06.55 Вид сверху. (0+)
 - 07.25, 18.55 Баскетбол. Евролига. Женщины. УГМК (Россия) - «Бурж Баскет» (Франция). (0+)
 - 09.00, 17.45, 22.55 Новости. (0+)
 - 09.05, 02.10 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. «Цедевита» (Хорватия) - «Зенит» (Санкт-Петербург). (0+)
 - 11.00 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Зенит-Казань». (0+)
 - 12.55, 14.55, 04.05 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
 - 16.55 Десятка! (16+)
 - 17.15, 23.00 Мир бильярда. (0+)
 - 17.50 Парусный спорт. Национальная парусная лига 2018. V этап. (0+)
 - 20.30 Самые сильные. (12+)
 - 20.55 Баскетбол. Евролига. Мужчины. «Будущность» (Черногория) - «Химки» (Россия). Прямая трансляция
 - 23.30 Лёгкая атлетика. «Русская зима - 2019». (0+)

МУЗЫКА

- | | |
|---------------|--|
| MUZ-TV | |
|---------------|--|
- 05.00, 22.45 Сделано в 90-х. (16+)
 - 06.05, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
 - 06.20, 12.05, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 09.00 Русский чарт. (16+)
 - 10.00 Победитель «битвы фанклубов». (16+)
 - 10.35 Хиты планеты. Топ 5. (16+)
 - 11.00 Ждите ответа. (16+)

- 13.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
- 14.00 R'n'B чарт. (16+)
- 15.00 Битва фанклубов. (16+)
- 16.00, 01.00 Караокинг. (16+)
- Настоящий караоке-клуб у вас дома!
- 18.15 Русские хиты. Чемпионы четверга. (16+)
- 19.00 Топ чарт Европы плюс. (16+)
- 20.00 Филипп Киркоров. Шоу «Я». (16+)
- 00.00 10 sexy. (16+)
- 03.00 Наше. (16+)
- 04.00 Love Hits. (16+)

ЦВЕТОВОДСТВО

Пока за окном снег и холод, в ожидании весны можно порадовать себя зеленью.

Причем она может расти прямо на вашем подоконнике.

Лук

Это, пожалуй, самый быстрый товарищ с неприхотливым характером. Достаточно взять луковицу (лучше ту, у которой уже пророс зеленый «хвостик»), емкость с горлышком меньше диаметра луковицы (чтобы она не проваливалась) или горшок с землей. Луковица должна быть гладкой на ощупь, твердой, без следов гнили, с блестящими чешуйками – от этого зависит качество нашего урожая. Если луковица без зеленого росточка, можно надрезать головку луковицы параллельно корневому донцу. Далее луковицу помещаем в емкость с водой или высаживаем в горшок. В горшке, кстати, можно высадить несколько луковиц и не сильно церемониться с плотностью посадки. Причем желательно не выставлять его сразу же на подоконник, а на недельку поместить в прохладное затененное место, чтобы интенсивнее сформировалась корневая система. После чего выставить на свет.

Буйство зелени зимой...



Мелисса

Ее можно выращивать как из семян, так и из черенков. Из черенков урожай будет быстрее, но для этого нужен полноценный куст. Семена же всегда под рукой. Перед посадкой семена замочите на пару часов, затем посадите в грунт и накройте пленкой до появления всходов. Высаживаются семена на расстоянии 10 см друг от друга на глубину 0,5 см. Земля желательна рыхлая, с добавлением песка.



Базилик

Неприхотливая «зеленушка». И чтобы он не доставил хлопот и быстрее вырос, отдавайте предпочтение низкорослым зеленым сортам. Семена замочите на пару дней, подсушите и посейте, слегка присыпав землей. Можно накрыть пленкой. Когда появятся побеги, проредите базилик, оставив расстояние около 10 см между кустиками. Не отщипывайте листья снизу базилика, иначе он будет расти в высоту, а не вширь и «производительность» листьев будет меньше. После того, как он обрастет 2-3 парами листьев, можно сверху прищипнуть.

На рынке продавец и покупатель.

– Мужчина, вы забыли купить лук!
– Так у меня лук не записан.
– Так давайте я вам допишу!



Петрушка

Кстати, вырастить петрушку дома можно из семян или с помощью корнеплодов. Из корней петрушку вырастет быстрее, но этот вариант подойдет в теплое время года, когда петрушку можно пересадить с огорода. Но и с семенами несложно. Самое главное здесь – выбрать раннеспелые сорта петрушки. Кудрявую или с плоскими листьями – не имеет значения. Предварительно замочите семена на два-три дня во влажной марле. После чего посейте семена, слегка присыпав их землей. Можно накрыть пленкой, чтобы создать тепличку (не забывайте ее проветривать). А можно не накрывать. При появлении всходов проредите их, чтобы расстояние между ними было не менее 5 см. Когда петрушку уже достаточно подрастет, ее можно срезать. Гурманы считают, что оптимальная зрелость – веточки высотой 10-12 см.

КСТАТИ

Свежая зелень делает любое блюдо и аппетитней, и полезней. Острая же и пряная пища заставляет организм вырабатывать эндорфины. Кроме этого, выделяется еще и серотонин (гормон радости!), хотя и в малом количестве.

Ольга БЕЛЬСКАЯ

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬТ

- 02.00, 05.00, 08.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. (0+)
- 02.45 Велоспорт. «Вэльзта Валенсия». 1-й этап. (0+)
- 03.30, 06.30, 10.30 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. (0+)
- 06.00, 09.30, 19.30 Биатлон. Чемпионат мира среди юниоров. (0+)
- 10.00 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Клиенталь. Гонка преследования. (0+)
- 11.45 «VIP-ложа». (0+)
- 12.15, 14.00 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Прямая трансляция. (0+)
- 16.00 Велоспорт. «Вэльзта Валенсия». 2-й этап. Прямая трансляция. (0+)
- 17.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Оберстдорф. HS 225. (0+)
- 20.00, 23.45 Биатлон. Кубок мира. Кэнмор. Мужчины. Женщины. Индивидуальная гонка. Прямая трансляция. (0+)
- 22.00 Олимпийские игры. «Мы едины». (0+)
- 23.30 Тележурнал Wafts. (0+)

КАНАЛ DISNEY

- 08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 08.25, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)
- 08.55, 17.50 «Котики, вперед!». (0+)
- 09.00, 15.00 «Джинглики». (0+)
- 09.40, 17.00 Друзья на все времена. (0+)
- 10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
- 10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
- 11.00 «Ангел Бэби». (0+)
- 11.25, 19.25 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
- 12.00 «Машины сказки», «Осенние корабли». (0+)
- 12.15, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 13.00, 21.00 «Барbosины». (0+)
- 13.35, 21.30 «Четверо в кубе». (0+)
- 14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
- 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
- 15.35, 23.30 «Лягушка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
- 16.00 «Тима и Тома». (0+)
- 18.00 «Консуня. Чудеса каждый день». (0+)
- 18.15 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
- 19.00 «Деревяшки». (0+)
- 20.00 Сказка на ночь. (0+)
- 23.00 «Гора Самоцветов». (0+)

КАРУСЕЛЬ

- 05.00, 07.45, 12.00 «Пес Пэт». (6+)
- 05.30 «Жукики». (6+)
- 05.55 «Мини-Магнеты». (0+)
- 06.20, 10.35 «Дружные мопсы». (0+)
- 06.45 «Зак Штор - Суперпират». (6+)
- 08.10, 11.05 «Герой в масках». (0+)
- 08.40, 11.35 «Удивительная Ви». (6+)
- 09.05 «София Прекрасная». (0+)
- 09.35 «Елена - принцесса Авала». (0+)
- 10.05 «Хранитель Лев». (0+)
- 12.50, 18.10 «Леди Баг и Супер-Кот». (6+)
- 13.50 «Новая школа императора». (0+)
- 15.00 «Город героев: Новая история». (6+)
- 17.20 «Гравити Фолз». (12+)
- 19.05 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
- 19.30 «В гости к Робинсонам». (0+)
- 21.30 «Семейка Грин в городе». (12+)
- 22.15 «ВОЛШЕБНИКИ ИЗ ВЭЙВЕРЛИ ПЛЭЙС». (6+)
- 22.50 «Правила стиля». (6+)
- 23.15 «Мистители: миссия Чёрной Пантеры». (12+)
- 00.10 «ЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)
- 01.05 «СКОЛЬЗЯЩИЕ ПО НЕБУ». (6+)

ДЕТСКИЙ

O!

- 05.00 «Новаторы». (6+)
- 07.00 «ТриО!». (0+)
- 07.15 «Бин». (0+)
- 08.05 «Даша - путешественница». (0+)
- 08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
- 09.00 O! Музыка. (0+)
- Лучшие песни из любимых мультфильмов!
- 09.35 «Дикое счастье». (0+)
- 10.10 «Роботы». (0+)
- 10.15 «Смешарики. Гин-код». (6+)
- 12.00 «ТриО!». (0+)
- 12.20 «Свинка Пеппа». (0+)
- 13.55 «Пластилиники». (0+)
- 14.00 O! Музыка. (0+)
- 14.40 «Йоко». (0+)
- 16.55 «Доктор Малышкина». (0+)
- 17.00 O! Музыка. (0+)
- 17.35 «Свинка Пеппа»
- 19.00 «ТриО!». (0+)
- 19.25 «Лягушка 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 Шарло». (6+)
- 01.05 «Кольбелевые миры». (0+)
- 01.10 «СамСам». (6+)
- 02.15 «Боб-строитель». (0+)
- 03.45 «Паровозик Тишка». (0+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

- 15.00 Бутовский полигон. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 15.30 Претерпевшие до конца. (0+)
- 16.05 Святой Стефан Суровский. Цикл: День Ангела. (0+)
- 16.15, 17.10, 22.30, 23.20 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». (0+)
- 18.00 Завет. (0+)
- 19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
- 20.00, 03.40 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
- 21.30, 02.45 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
- 00.10 День Патриарха. (0+)
- 00.25 Завет. (0+)
- 01.20 Бутовский полигон. Цикл: Русские праведники. (0+)
- 01.50 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)

Православный календарь

7 февраля

Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Свт. Григория Богослова, архиеп. Константинопольского.

Прп. Анатolia Оптинского, Старшего. Сщмч. Владимира, митр. Киевского и Галицкого. Мц. Филиппаты и сыновей ее: Ианнуария, Феликса, Филиппа, Сильвана, Александра, Виталия и Марциала. Прп. Поплия Сирийского. Прп. Мары певца. Свт. Моисея, архиеп. Новгородского. Сщмч. Петра, архиеп. Воронежского. Сщмч. Василия, еп. Прилуцкого. Сщмч. Стефана пресвитера. Мч. Бориса. Иконы Божией Матери, именуемой «Утоли моя печали».

Поста нет.

Кто ожидает старости, чтобы посвятить себя Богу, тот ясно показывает, что он хочет сберечь для добродетели только такое время, которого он не может употребить ни на что более».

Прот. И. Толмачев

Christine Bird/Shutterstock.com



ПЕРВЫЙ

РОССИЯ 1

РОССИЯ

ТВЦ

ТВЦ



НТВ

РОССИЯ К

Культура

СТС

СТС

- 05.00 Телеканал «Доброе утро»
09.00 Новости «Сегодня 8 февраля. День начинается». (6+)
09.25 «Модный приговор». (6+)
10.55 «Жить здорово!». (16+)
12.00 Новости с субтитрами «Время покажет». (16+)
12.15 Премьера. «Наши люди» с Юлией Меньшовой. (16+)
15.00 Новости с субтитрами «Давай поженимся!». (16+)
16.00 «Мужское / Женское». (16+)
17.00 «Время покажет». (16+)
18.00 Вечерние новости с субтитрами «Время покажет». (16+)
18.25 «Человек и закон» с Алексеем Пимановым. (16+)
19.55 «Поле чудес». (16+)
21.00 Время
21.30 «ЛАНЦЕТ». (12+)



Проанализировав дневник жены Ладынина, Ольга приходит к выводу, что он состоит из склеенных текстов, взятых из разных источников.
23.30 «Вечерний Ургант». (16+)
00.25 «ЕВА». (18+)
Франция-Бельгия, 2018. В ролях: Изабель Юппер, Гаспар Ульель.
02.20 «Модный приговор». (6+)
03.15 «Мужское / Женское». (16+)
04.10 «Давай поженимся!». (16+)
05.00 Контрольная закупка. (6+)

- 05.00 Утро России
09.00 Вести
09.25 Утро России
09.55 «О самом главном». (12+)
11.00 Вести
11.25 Вести. Местное время
11.40 «Судьба человека с Борисом Корчевниковым». (12+)
12.50 «60 минут». (12+)
14.00 Вести
14.25 Вести. Местное время
14.40 «Кто против?». (12+)
«Кто против?» - дискуссия в прямом эфире с гостями в студии. В обсуждении принимают участие специально приглашенные эксперты, а также зрители, которые являются полноценными участниками процесса.
17.00 Вести.
Местное время
17.25 «Андрей Малахов. Прямой эфир». (16+)
18.50 «60 минут». (12+)
20.00 Вести
20.45 Вести.
Местное время
21.00 «Юморина». (16+)
23.20 «Выход в люди». (12+)
00.40 «НЕЛЮБИМАЯ». (12+)

Россия, 2013 г. Мелодрама. В ролях: Дмитрий Пчела, Надежда Михалкова. Аня, перспективная студентка столичного медицинского института, вынуждена бросить учебу и вернуться домой, чтобы позаботиться о своей семье: пьющем отце и маленьком брате Ване. Героиня не подозревает, что дома ее ждут более серьезные перемены.
04.00 «СВАТЫ». (12+)
В семью Будько приходит известие о грядущем сокращении на хлебозаводе.

- 06.00 «Настроение»
07.55 «КАРНАВАЛ». (0+)
10.55 Большое кино. (12+)
11.30 События
11.50 «КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ». (12+)
Россия, 2016 г. Лирическая комедия. В ролях: Алла Юганова, Владимир Селезнев. Тридцатипятилетняя Даша Романова живет с отцом. Тот держит дочь в строгости - не дай Бог, станет такой же вертихвосткой, как родная мать.
14.30 События
Город новостей
15.05 «КЛЮЧ К ЕГО СЕРДЦУ». (12+)

16.25 «Один + Один». (12+)
17.30 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРЕСТУПНИК». (0+)
19.25 Петровка, 38. (16+)
19.40 События
20.05 «СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ». (12+)
Россия, 2018 г. Детектив. В ролях: Ирина Горячева, Анна Дулова. Популярный автор детективов Агата Север, переживающая творческий кризис, отправляется вместе со своим агентом-помощницей Марусей на маленький остров на Ладожском озере.
22.00 «В центре событий» с Анной Прохоровой
23.10 «Жена. История любви». (16+)
00.40 «НЕВЕЗУЧИЕ». (12+)
02.30 «В СТРАНЕ ЖЕНЩИН». (16+)
04.20 «Заговор послов». (12+)

- 05.00 «ЛЕСНИК». (16+)
06.00 Сегодня
06.05 «ЛЕСНИК». (16+)
07.00 Сегодня
07.05 «ЛЕСНИК». (16+)
08.00 Сегодня
08.05 «ЛЕСНИК». (16+)
09.00 «МУХТАР. НОВЫЙ СЛЕД». (16+)
10.00 Сегодня
10.20 «МОРСКИЕ ДЬЯВОЛЫ». (16+)
Батя знакомится с экскурсоводом Мариной Сергеевой и приходит в музей на свидание. Сюда для показа привезли коллекцию из Алмазного фонда.
13.00 Сегодня
13.25 Обзор. Чрезвычайное происшествие
14.00 «Место встречи»
16.00 Сегодня
16.30 «Место встречи»
17.10 «ДНК». (16+)
18.10 «Жди меня». (12+)
19.00 Сегодня

19.40 «ПЯТЬ МИНУТ ТИШИНЫ». (12+)
Компания подростков устраивает вечеринку в заброшенном бункере у реки. Обвал горной породы блокирует вход, ребята оказываются в западне.
21.40 «НЕВСКИЙ. ПРОВЕРКА НА ПРОЧНОСТЬ». (16+)
Аверьянов находит Арсеньева, который прячется за границей, и требует, чтобы тот вернулся в Питер, иначе пострадают его жена и сын.
23.50 ЧП. Расследование. (16+)
00.30 «Захар Прилепин. Уроки русского». (12+)
00.55 «Мы и наука. Наука и мы». (12+)
01.55 «Место встречи». (16+)
03.50 «Поедем, поедим!». (0+)
04.10 «МОСКВА. ТРИ ВОЗАЛА». (16+)

- 06.30 Новости культуры
«Пешком...»
06.35 Новости культуры
«Правила жизни»
07.00 Новости культуры
«Театральная летопись»
07.05 Новости культуры
«СИТА И РАМА»
08.00 Сегодня
08.50 «ИДИОТ». (12+)
10.00 Новости культуры
«Наблюдатель»
10.15 «КРАЖА». (12+)
13.40 «Уххаламба - Драконовы горы. Там, где живут заклинатели дождей»
14.00 «Какова природа креативности»
15.00 Новости культуры
«Письма из провинции»
15.40 «Черные дыры. Белые пятна»
16.25 «ПОСЛЕДНЕЕ ЛЕТО ДЕТСТВА». (0+)

17.35 «Исторические концерты»
18.25 «Реймский собор. Вера, величие и красота»
18.45 «Царская ложа»
19.30 Новости культуры
«Искатели»
19.45 «Линия жизни»
20.35 «ЭТА ЖЕНЩИНА В ОКНЕ...»
Россия, 1993 г. Мелодрама. Ирина Муравьева, Юрий Беляев. Гуляя по городу с подругами, Евгения увидела афишу цирка с портретом силлча Валерьяна Чернышова. Евгения призналась, что Валерьян отец её ребёнка...
21.30 Новости культуры
«2 Верник 2»
23.00 «РАЗВОД НАДЕРА И СИМИН». (16+)
02.15 «Уххаламба - Драконовы горы. Там, где живут заклинатели дождей»
02.35 «Легенда о Сальери»

- 06.00 Ералаш. (0+)
«Семейка Крудс. Начало». (6+)
07.05 «Команда Турбо». (0+)
07.30 «Три кота». (0+)
07.45 «Приключения Вуди и его друзей». (0+)
08.30 «Том и Джерри». (0+)
09.35 «МСТИТЕЛИ». (12+)
11.25 «ЖЕЛЕЗНЫЙ ЧЕЛОВЕК-3». (12+)
14.00 «КУХНЯ». (12+)
19.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+)
21.00 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+)



Великобритания - Китай - США, 2017 г. Комедийный боевик. Дуэйн Джонсон, Зак Эфрон. Митч Бьюкенен и его команда «Спасатели Малибу» работают на пляже в Эмеральд-Бэй. Митч спас уже более 500 человек, за что он пользуется авторитетом среди отдыхающих. Однажды он обнаруживает на берегу, возле Клуба Хантли, маленький мешочек с наркотиками.

- 23.25 «ЗАГАДОЧНАЯ ИСТОРИЯ БЕНДЖАМИНА БАТTONA». (16+)

США, 2008 г. Фантастическая драма. Брэд Питт, Кейт Бланшетт. Бенджамин Баттон родился с внешностью и здоровьем 80-летнего старика... Но шли годы, он крепчал и молодел, тогда как его близкие постепенно старели и умирали.
02.35 «МСТИТЕЛИ». (12+)
03.55 «СЕТЬ». (16+)
05.40 Музыка на СТС. (16+)



5-Й КАНАЛ

ЗВЕЗДА

ЗВЕЗДА

OTP

OTP

Москва 24

МОСКВА 24

360°

ПОДМОСКОВЬЕ



МОСКВА. ДОВЕРИЕ

- 05.00 «Известия»
05.35 «ЧУЖОЙ». (16+)
09.00 «Известия»
09.25 «ЛУЧШИЕ ВРАГИ». (16+)
11.05 «ЧУЖОЙ». (16+)

13.00 «Известия»
13.25 «ЧУЖОЙ». (16+)
18.55 «СЛЕД». (16+)
Россия, 2007-2018 гг. Остросюжетный сериал. Ольга Колосова, Владимир Ташлыков, Евгений Кулагов, Павел Шувалов. Четверо молодых людей погибли за одну ночь от несчастных случаев. Погибшие были друзьями, и в случайности их одновременной смерти поверить невозможно.
01.20 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+)



- 06.00 «ПРОЩАНИЕ СЛАВЯНКИ». (0+)
08.00 09.15 10.05 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ». (16+)
09.00 13.00 18.00 23.00 Новости дня
10.00 14.00 Военные новости
12.25 13.15 14.05 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+)
14.40 18.40 23.15 «ВОЙНА НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ». (12+)
СССР, 1990 г. Военная драма. В. Степанов, А. Гомиашвили, М. Ульянов. Летом 1941 года полковник Фёдор Чумаков был назначен командующим гарнизона на западной границе СССР. Внезапно началась война, разразились ожесточенные бои, и гарнизон Чумакова оказался в окружении...
01.05 «РОЗЫСКНИК». (16+)
04.35 «Я - ХОРТИЦА». (6+)

- 05.00 11.05 21.05 «За дело!». (12+)
05.55 12.05 22.50 «Большая страна». (12+)
06.25 23.15 «ЛОВУШКА». (16+)
07.55 10.50 16.05 22.00 «Активная среда». (12+)
08.03 «Вспомните всё». (12+)
08.30 15.15 «Календарь». (12+)
09.00 10.05 16.25 17.05 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-5». (16+)
10.00 11.00 12.00 13.00 15.00
16.00 17.00 21.00 22.00 Новости «Гора самоцветов. Однажды». (0+)
10.35 «Сыны России». (12+)
12.30 18.00 00.45 OTражение «Гора самоцветов. Представьте себе». (0+)
13.20 «Гора самоцветов. Про барана и козла». (0+)
15.45 04.50 «Культурный обмен». (12+)
22.05 19.30 22.30 03.30 «Вечер»

- 06.00 07.00 07.30 08.00 08.30
09.00 09.30 Утреннее вещание
06.30 10.30 14.30 15.30 20.30
21.30 23.30 01.30 02.30
04.35 Специальный репортаж. (12+)
07.45 08.45 09.45 01.15 04.15
Сеть. (12+)
10.00 11.00 12.00 13.00 14.00
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 03.00 04.00 05.00
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15
05.15 Московский патруль. (16+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 Спорная территория. (12+)
12.10 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
17.30 «Афиша». (12+)
19.00 Москва сегодня. (12+)
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

- 06.00 «Самое яркое». (16+)
06.30 «Самое вкусное». (12+)
07.00 Новости 360
08.00 «Самое яркое». (16+)
09.00 Новости 360
09.30 «Вкусно 360». (12+)
11.10 «Все просто!». (12+)
11.30 «Зима в Подмосковье». (12+)
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 03.00 04.00 05.00
10.15 12.45 21.15 23.15 02.15
05.15 Московский патруль. (16+)
11.30 13.15 17.15 03.15 «Климат-контроль». (12+)
11.45 19.15 Спорная территория. (12+)
12.10 14.15 16.15 «Прямо и сейчас»
13.30 18.30 00.30 05.30 «Звёздный репортаж». (12+)
17.30 «Афиша». (12+)
19.00 Большие новости 00.30 «Самое яркое». (16+)
19.30 22.30 03.30 «Вечер»

- 06.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
06.50 «Тайны кино». (12+)
07.45 «Вспомни все». (12+)
08.00 «ДВА КАПИТАНА». (6+)
10.35 12.15 «ГOD TELENKA». (12+)
14.55 17.50 20.00 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (12+)
14.55 17.50 20.00 «ДВА КАПИТАНА». (6+)
17.10 19.00 «МИСС МАРПЛ». (12+)
19.30 22.30 03.30 «ГOD TELENKA». (12+)
СССР, 1986 г. Комедия. Молодая энергичная Людмила Петровна Никитина, работавшая дядкой на ферме, решила коренным образом изменить свою жизнь.
21.30 «АРТИСТКА ИЗ ГРИБОВА». (12+)
00.05 «Раскрывая мистические тайны». (12+)
01.00 «МИСС МАРПЛ». (12+)
02.55 «Тайны кино». (12+)
04.35 «Раскрывая тайны звёзд». (12+)
05.25 «Песни нашего кино». (12+)

	РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ3	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ	ДОМАШНИЙ
05.00	02.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+)	07.00 Где логика? (16+)	06.00 «Мультифильмы». (0+)	06.00 «ДИКИЙ». (16+)	06.00 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Пр.тр.	06.30 18.00 00.00 05.15 «6 кадров». (16+)				
06.00	09.00 «Документальный проект». (16+)	09.00 Дом-2. Lite. (16+)	09.20 «Слепая». (12+)	06.50 «Дорожные войны. Лучшее». (16+)	06.20 08.05, 10.10, 12.15, 13.50, 15.35, 17.30, 22.15 Новости	06.50 «Удачная покупка». (16+)				
07.00	09.00 «С бодрым утром!» (16+)	10.15 Дом-2. Остров любви. (16+)	11.00 «Гадалка». (12+)	07.30 «Дорожные войны». (16+)	06.25, 12.20, 17.35, 00.25 Все на Матч!	07.00 12.35 04.00 «Понять. Простить». (16+)				
08.30	12.30 16.30 19.30 «Новости». (16+)	11.30 «Бородина против Бузовой». (16+)	12.00 «Не ври мне». (12+)	08.10 «Удачная покупка». (16+)	08.10 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Женщины. (0+)	09.30 10.35 11.35 13.40 17.55 19.00				
12.00	16.00 19.00 «Информационная программа 112». (16+)	12.30 «Спаси свою любовь». (16+)	15.00 «Мистические истории. Знаки судьбы». (16+)	10.00 «Дорожные войны». (16+)	10.15 Биатлон. Кубок мира. Индивидуальная гонка. Мужчины. (0+)	«Давай разведёмся!». (16+)				
13.00	«Загадки человечества с Олегом Шишкиным». (16+)	13.30 «САШАТАНЯ». (16+)	16.00 «Гадалка». (12+)	13.00 «АГЕНТЫ СПРАВЕДЛИВОСТИ». (16+)	14.00 «Идеальный ужин». (16+)	«Тест на отцовство». (16+)				
14.00	«Засекреченные спиксики». (16+)	20.00 Comedy Woman. (16+)	17.30 «Слепая». (12+)	14.00 «Решала». (16+)	15.50 «Утилизатор». (16+)	04.30 «Реальная мистика». (16+)				
17.00	«Тайны Чапман». (16+)	21.00 Комеди Клаб. (16+)	18.30 «Очень странные дела». (16+)	19.30 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ». (0+)	19.30 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ-2». (0+)	«ОДНА НА ДВОИХ». (16+)				
18.00	«Самые шокирующие гипотезы». (16+)	Comedy Club для российского телевидения - как Хью Хеффнер для Playboy, как серфинг для Гонолулу, как бриллианты для Рублевки, как «наташи» для Шарм Эль-Шейха... Без него уже никак!	19.45 «ЭВЕРЕСТ». (12+)	21.15 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ-2». (0+)	22.25 Футбол. «Кьево» - «Рома». Чемпионат Италии. Пр.тр.	«КОГДА НА ЮГ УЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ...» (16+)				
20.00	21.00 Документальный спецпроект. (16+)	Comedy Battl. (16+)	22.00 «ПИК ДАНТЕ». (12+)	23.00 «ВЫШИБАЛЫ». (12+)	01.00 Конькобежный спорт. Чемпионат мира на отдельных дистанциях. (0+)					
23.00	«ШАНХАЙСКИЙ ПЕРЕВОЗЧИК». (16+)	Дом-2. Город любви. (16+)	00.00 «АНАКОНДА: ОХОТА ЗА ПРОКЛЯТОЙ ОРХИДЕЕЙ». (12+)	00.50 «НАЙТИ УБИЙЦУ». (18+)	01.30 Профессиональный бокс. (16+)					
01.00		Дом-2. После заката. (16+)	01.15 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)	04.00 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (16+)	03.30 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. (0+)					
01.40	Китай - США, 2017 г. Боевик. Орландо Блум, Уэйд Симон Ям. Дэнни Стрэттон - частный агент безопасности, который в профессиональных кругах известен тем, что он выполняет задачи любой сложности. «МЕРЦАЮЩИЙ». (16+)	01.40 «Такое кино!» (16+)	02.00 «ХОР». (16+)	04.15 «ГОРЕЦ-2: ОЖИВЛЕНИЕ». (16+)						
03.20		03.20 «500 ДНЕЙ ЛЕТА». (16+)	04.45 «Stand Up». (16+)							
04.45		05.10 Импровизация. (16+)	05.10 Импровизация. (16+)							

СЕРДЦЕ И СОСУДЫ ЧУВСТВУЮТ ПОГОДУ!



Сердечно-сосудистая система в наши дни напоминает о себе даже здоровым людям. Резкие климатические изменения, температурные перепады и непредсказуемые скачки атмосферного давления напоминают человеку о том, что заботиться о состоянии сосудов, сердца и капилляров необходимо ежедневно и здравоумно, не дожидаясь каких-либо критический последствий.

Наша сердечно-сосудистая система обеспечивает циркуляцию крови в организме и доставляет кислород и питательные вещества к органам и тканям тела, в том числе и к головному мозгу. Активность мозга человека напрямую зависит от состояния капилляров головного мозга и скорости доставки кислорода и питательных веществ к нейронам.

КАРДАТЕРОН – активный продукт в виде жидкого раствора для первичного приема, способствующий активной поддержке всех сосудов и капилляров.

КАРДАТЕРОН способствует поддержке жизнедеятельности сердца, сосудов и капилляров мозга при систематическом применении. В его составе 8 активных компонентов, которые могут бережно позаботиться о благополучии вашей здоровой сердечно-сосудистой системы и способствовать поддержанию в норме артериального давления.

Сегодня применение средства **КАРДАТЕРОН** актуально, как никогда, и может оказать пользу даже самым смелым надеждам и ожиданиям.

Хотите получить больше информации о средстве Кардатерон?

Звоните на бесплатную горячую линию

8 (800) 333-47-79

или по телефону в Москве 8 (495) 966-20-67

000 «МАКРОБИОЛайн», 109548, г. Москва, ул. Шоссейная, д. 1, корп. 2, ОГРН 117746679439. Реклама. БАД.

OOO «ИД «КАРДОС» 16+ Реклама

ПЛАНЕТА ЗДОРОВЬЯ

ИНДЕКС: №05005.11-18 от 12.11.2018

ПИСЬМА
КОНСУЛЬТАЦИИ
ВРАЧЕЙ
НАРОДНЫЕ
РЕЦЕПТЫ

ЗДОРОВЫ ЛИ ВАШИ СУСТАВЫ?
ТЕСТ ЗА 5 МИНУТ!

ЧЕМ ПОЛЕЗНЫ
ЛИСТЬЯ
БРУСНИКИ

10 ПРИЧИН
ПОЛЮБИТЬ
ПЕРЛОВКУ

КАК ВОССТАНОВИТЬСЯ
ПОСЛЕ ИНСУЛЬТА:
УПРАЖНЕНИЯ, МАССАЖ, ДИЕТА

ЭКОНОМИКИ
НА ПЕЛЕНКАХ:
ОБЗОР ЦЕН

КАЛЕНДАРЬ МАГНИТНЫХ БУРЬ

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

**Будьте здоровы с «ПЛАНЕТОЙ ЗДОРОВЬЯ»!
Номер уже в продаже!
ЖУРНАЛ ВЫХОДИТ 2 РАЗА В МЕСЯЦ
СПРАШИВАЙТЕ В КИОСКАХ,
СУПЕРМАРКЕТАХ И ПОЧТОВЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

ПОДПИСНОЙ ИНДЕКС В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ» П2961

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	TV1000 РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ОРБИТА 9». (16+)	06.20 «КЛУШИ». (16+)	08.30 «ТРУДНО БЫТЬ МАЧО». (16+)	10.00 «ОНИ СРАЖАЛИСЬ ЗА РОДИНУ». (6+)	06.00, 17.20 «БЕДНАЯ НАСТЯ». (12+)
08.10 «ТРЕВОЖНЫЙ ВЫЗОВ». (16+)	10.40 «ЁЛКИ-5». (12+)	12.35 «ПАССАЖИРКА». (16+)	12.55 «СИРОТА КАЗАНСКАЯ». (12+)	06.50, 07.15, 07.40, 08.10, 08.35, 18.10, 18.35, 19.05, 19.30, 05.30 «КУХНЯ». (16+)
10.10 «МОЛОДЁЖЬ». (16+)	14.35 «САМКА». (16+)	16.20, 17.10 «ИЗ СИБИРИ С ЛЮБОВЬЮ». (12+)	14.30 «ДАМЫ ПРИГЛАШАЮТ КАВАЛЕРОВ». (12+)	09.00, 09.45 «ОТЧАЙНЫЕ ДОМОХОЗЯЙКИ». (16+)
12.10 «Хранитель Луны». Мультфильм. (0+)	18.15 «БЛИНДАЖ». (16+)	18.20, 19.10 «ОДНОКЛАССНИКИ». (16+)	10.30 «ЧАСТНЫЕ СЫЩИКИ». (16+)	10.00 «НОВОСТИ
14.00 «ЖЕНА ПУТЕШЕСТВЕННИКА ВО ВРЕМЕНИ». (16+)	20.20 «ОДНОКЛАССНИКИ». (16+)	Россия, 2016 г. В ролях: Светлана Ходченкова, Екатерина Вилкова, Валентина Мазунина	Марина Неёлова, Татьяна Божок, Леонид Курлев, Николай Карапенцов	11.20 Правила моей кухни. (16+)
16.10 «ИМУЩЕСТВО С ХВОСТОМ». (12+)	21.55 «ДАМА ПИК». (16+)	Россия, 2016 г. В ролях: Алексей Баталов, Борис Иванов, Георгий Тараторкин, Иван Янковский, Мария Курденевич	15.55 «ЧИСТО АНГЛИЙСКОЕ УБИЙСТВО». (12+)	12.20 «АББАТСТВО ДАУНТОН». (16+)
18.10 «ОРБИТА 9». (16+)	19.00 «УБОЙНАЯ СИЛА». (16+)	США, 2012 г. В ролях: Джозеф Гарднер-Левитт, Майкл Шаннен, Дания Рамires, Шон Кеннеди, Ким Перфетто	СССР, 1980 г. В ролях: Алексей Баталов, Борис Иванов, Георгий Тараторкин, Иван Янковский, Мария Курденевич	13.15 «РАЗУМ И ЧУВСТВА». (16+)
20.10 «СРОЧНАЯ ДОСТАВКА». (16+)	23.00 «УЛИЦЫ РАЗБИТЫХ ФОНАРЕЙ». (16+)	21.55 «ДАМА ПИК». (16+)	15.30, 16.25, 02.40, 03.35, 04.30 «ГИБЕЛЬ ИМПЕРИИ». (16+)	14.00 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ»
США, 2012 г. В ролях: Джозеф Гарднер-Левитт, Майкл Шаннен, Дания Рамires, Шон Кеннеди, Ким Перфетто	02.30 «Я ТОЖЕ ХОЧУ». (18+)	Россия, 2016 г. В ролях: Ксения Раппопорт, Иван Янковский, Мария Курденевич	20.00 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (16+)	14.10 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ»
22.10 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)	03.55 «ТРЯСИНА». (12+)	02.30 «Я ТОЖЕ ХОЧУ». (18+)	21.45 «БЛИЗОСТЬ». (16+)	15.05 «ДЕЛА СЕМЕЙНЫЕ»
00.10 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)		03.55 «ТРЯСИНА». (12+)	23.30 «ВСЕ ГОВОРЯТ, ЧТО Я ЛЮБЛЮ ТЕБЯ». (16+)	16.00 «НОВОСТИ»
02.20 «ШПИОН ПО СОСЕДСТВУ». (12+)			01.10 «ИРОНИЯ ЛЮБВИ». (16+)	16.15 «ВСЕМИРНЫЕ ИГРЫ РАЗУМА». (0+)
03.55 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)				17.00 «ВОЗВРАЩЕНИЕ МУХТАРА-2». (16+)

Иллюзион	ИЛЛЮЗИОН	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOXlife FOX LIFE
00.00 «СЕМЬЯНИН». (12+)	00.30, 01.25, 02.20, 03.15 «Я НЕ Я». (16+)	04.05 «НЕБЕСА ОБЕТОВАННЫЕ». (16+)	01.00 «СЛУЧАЙНЫЙ МУЖ». (16+)	08.00, 18.10, 18.55, 07.15 «СКОРПИОН». (16+)
02.20 «ГЕРДОГИНИЯ». (16+)		06.10 «ДОЙТИ ДО РУЧКИ». (16+)	02.40 «РЫЦАРИ КОРОЛЕВСТВА КРУТИЗНЫ». (18+)	08.40, 09.15, 14.30, 15.15, 00.25, 01.05 «АНАТОМИЯ СТРАСТИ». (16+)
04.10 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)		07.50 «БОГИНЯ. КАК Я ПОЛЮБИЛА». (16+)	04.15 «НАША RUSSIA. ЯЙЦА СУДЬБЫ». (16+)	10.00, 10.20, 05.45, 06.05 «МИК». (16+)
05.40 «ПУЛИ НАД БРОДВЕЕМ». (16+)		09.45, 10.35 «АКАДЕМИЯ». (16+)	08.05 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (16+)	10.45, 11.10 Вкусно и недорого. (12+)
07.20 «ЗАПОВЕДНАЯ ДОРОГА». (16+)		11.30 «СОВРЕМЬШ-УМРЕШЬ». (16+)	10.10 «КУХНЯ. ПОСЛЕДНЯЯ БИТВА». (12+)	11.35, 23.10, 03.15 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)
09.00 «В ИЗГНЯНИИ». (16+)		13.35 «УБИЙСТВО ДЕПУТАТА». (16+)	12.20 «М+Ж». (16+)	12.15, 17.20 «НОМЕР 309». (16+)
10.40 «ЗОЛОТО». (16+)		15.30 «СТАРУХИ». (12+)	14.00 «ШЕФ». (12+)	13.05, 13.50, 19.35, 20.15, 06.30 «КАСП». (16+)
12.15 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)		19.05, 19.55 «АКАДЕМИЯ». (16+)	15.40 «БОЛЬШЕ, ЧЕМ ДРУГ». (16+)	15.55, 16.40, 01.50, 02.35 «БЕЛЫЙ ВОРОТНИЧОК». (16+)
14.10 «КОСМОПОЛИС». (16+)		20.50 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЫГА СУДЬБЫ». (16+)	21.00, 23.55 «ОДИНОКИЕ РОДИТЕЛИ». (16+)	21.00, 22.20 «ФИЛАРМОНИЯ». (16+)
15.55 «АТЛАНТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ». (16+)		22.15 «ОЛИГАРХ». (16+)	21.40 «ЗАЩИТИГЕ». (16+)	04.00 «ФЕТЕ». (16+)
17.30 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)			23.35 «ЖЕНИХ». (12+)	Германия, 2010 г.
19.05 «ДОСТОИНСТВО». (16+)				
20.30 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА». (16+)				
Драма, триллер, криминал, мелодрама, Германия, США, 2005 г.				
22.15 «БУНРАКУ». (16+)				

ФЕНИКС+ КИНО	ТВ XXI ВЕК	РОДНОЕ КИНО	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СВОЙ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЗНАКОМСТВО ПО БРАЧНОМУ ОБЪЯВЛЕНИЮ». (16+)	03.15 «НА ДЕРИБАСОВСКОЙ ХОРОШАЯ ПОГОДА, ИЛИ НА БРАЙТОН БИЧ ОПЯТЬ ИДУТ ДОЖДИ». (16+)	00.00, 01.05, 02.05, 08.35, 09.40 «СМЕРТЬ В РАЮ». (16+)	08.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
09.00, 10.00, 17.00, 18.00, 01.00 «ОСТРОВ НЕИЗУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	11.30, 19.30, 03.30 «Я ЗНАЮ, ЧТО ТЫ ЗНАЕШЬ». (16+)	05.10 «ДЕРЕВЕНСКИЙ ДЕТЕКТИВ». (12+)	03.10, 04.00, 10.40, 11.40 «СТОВОР». (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	12.55, 20.55, 04.55 «ЭМАНУЭЛЬ И ПРАВДА О РЫБАХ». (16+)	06.50 «ВИННЕТУ: СЫН ИНЧУ-ЧУНА». (0+)	04.55, 05.50, 14.30, 15.25, 16.15, 17.10 «РИВЬЕРА». (16+)	01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)	13.05 «ДНЕВНОЙ ПОЕЗД». (16+)	08.40 «ЗОЛОТО АПАЧЕЙ». (0+)	06.45, 07.40, 12.40, 13.35, 18.05, 19.05 «ЗЫБЬ». (16+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Мариной Корпан. (12+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА». (16+)	15.05 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (0+)	10.40 «БРАТ-2». (16+)	20.00 «ЧЕТВЕРЬ ПРОТИВ БАНКА». (16+)	02.00, 21.35 Родовые проклятья. (12+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+)	17.00 «ТАРПЮФ». (6+)	13.05 «ДОЧКИ-МАТЕРИ». (0+)	21.00 Тайная Франция. (12+)	02.30, 23.35 Вторая мировая в цвете. (12+)
02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)	19.00 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (0+)	17.10 «Под водой с ружьем». (16+)	22.00 Вторая мировая в цвете. (12+)	02.40, 24.40 Суперсооружения древности. (16+)
	21.50, 22.35, 06.35 «КЛЯТВА». (18+)	13.40 «Спиннинг на камских просторах». (12+)	02.40, 24.40 Суперсооружения древности. (16+)	22.50 Столкновение континентов. (16+)
	16.20, 00.20, 08.20 «КОРОЛЕВЫ РИНГА». (16+)	14.15 Клуб горных охотников. (16+)	03.00, 16.00, 22.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)	19.35 Короли шахт. (16+)

УВЛЕЧЕНИЯ

Усадьба	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
09.15 Сравнительный анализ. (16+)	07.55 Смертельный улов. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
09.45 Чужеземцы. (12+)	08.45 Охотниче оружие. Вопросы эксперту. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
10.00 Садовые истории с Оливиией Андриако. (12+)	09.05, 12.10 Кулинарное путешествие с Глебом Астафьевым. (16+)	01.00, 16.30 Танцы. Стрит-джаз. (6+)
10.35 Усадьбы будущего. (12+)	09.35, 12.40 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Наталион Лионом. (6+)
11.00, 14.05, 19.05 Огород круглый год. (12+)	10.05, 12.55 Дело вкуса. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
11.30 Дачный эксклюзив. (16+)	10.05, 16.10 Оружейные дома Европы. (16+)	Для того чтобы всегда оставаться молодым и здоровым, необходимо постоянно работать над собой.
12.00 Топ-10. (12+)	10.35, 16.40 Оружие для охоты. (16+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
12.25 Приглашайте в гости. (12+)	11.05, 22.35 Охотничьи собаки. (16+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.30 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
12.45, 16.45, 20.50 Лавки чудес. (12+)	11.40 Рыбалка сегодня XL. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
13.15 Да здравствует мыло душистое! (12+)	12.10 Под водой с ружьем. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
13.30 Травоед. (12+)	13.10 Спиннинг на льда. (16+)	04.30 Гигиена охотника. (16+)
13.45 Вокруг сырья. (12+)	13.40 Гимнастика для беременных. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
14.35 Легендарные братья-лекари. (16+)	14.35 Зимняя рыбалка в Удмуртии. (16+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
15.30 Школа диз		

СПОРТ

- | | |
|------------------------|--------------------|
| МАТЧ! НАШ СПОРТ | EUROSPORT 1 |
|------------------------|--------------------|
- 06.00, 18.55 Вид сверху. (0+)
 - 06.30, 15.25 Мир бильярда. (0+)
 - 07.00 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. «Белогорье» (Белгород) - «Зенит-Казань». (0+)
 - 09.00, 17.55, 23.00 Новости. (0+)
 - 09.05 Бильярд. Пул. Евротур. Мужчины. 1/2 финала. (0+)
 - 10.40 Лёгкая атлетика. «Русская зима - 2019». (0+)
 - 13.25 Баскетбол. Кубок Европы. Мужчины. (0+)
 - 15.55, 19.25 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». 1/2 финала. Прямая трансляция
 - 18.00 Скейтбординг. Кубок мира. (0+)
 - 21.25 Вольная борьба. «Гран-при Ивана Ярыгина». (0+)
 - 23.05 Первые Международные спортивные зимние игры «Дети Азии». (0+)
 - 23.20, 01.20 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». 1/2 финала. (0+)
 - 03.25 Автоспорт. «Рождественская гонка чемпионов-2019». (0+)
 - 05.30 Самые сильные. (12+)

МУЗЫКА

- | |
|---------------|
| МУЗ-ТВ |
|---------------|
- 05.00 Сделано в 00-х. (16+)
 - 06.05, 08.40, 13.40, 18.00 PRO-новости. (16+)
 - 06.20, 10.30, 17.05 10 самых горячих клипов дня. (16+)
 - 07.00 Каждое утро. (16+)
 - 09.00 Золотая дюжина. (16+)
 - 10.00 Победитель «Битвы фанклубов». (16+)
 - 11.20 Отпуск без путевки. Рига. (16+)
 - 12.15 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+)
- 14.00 МУЗ-ТВ чарт. (16+) Главный чарт канала МУЗ-ТВ.
 - 15.00 Битва фанклубов. (16+)
 - 16.00 Засеки звезды. (16+)
 - 16.10 Русские хиты. Чемпионы пятницы. (16+)
 - 18.15 Золотая лихорадка. (16+)
 - 19.00 Русский чарт. (16+)
 - 20.00 Праздник для всех влюбленных на МУЗ-ТВ в Кремле-2018. (16+)
 - 23.00 Танцпол. (16+)
 - 00.00 Несприннер. (16+)
 - 02.00 Сделано в 90-х. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

- | | |
|--------------|---------------------|
| МУЛЬТ | КАНАЛ DISNEY |
|--------------|---------------------|
- 01.45 Тележурнал Watts. (0+)
 - 02.00, 05.00, 05.45, 08.30, 09.30 Биатлон. Кубок мира. Кэнмор. (0+)
 - 02.45 Велоспорт. «Вуэльта Валенсии». 2-й этап. (0+)
 - 03.30, 06.30, 10.30 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. 1/4 финала. (0+)
 - 12.00, 16.00, 19.15 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. (0+)
 - 12.45, 18.00 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Женщины. Комбинация. Прямая трансляция. (0+)
 - 14.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. Скоростной спуск. Тренировка. Прямая трансляция. (0+)
 - 16.30 Велоспорт. «Вуэльта Валенсии». 3-й этап. Прямая трансляция. (0+)
 - 19.45 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахти. Мужчины. Квалификация. Прямая трансляция. (0+)
 - 21.00 Хоккей. НХЛ. Регулярный сезон. «Вашингтон» - «Колорадо». (0+)
 - 21.55 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. 1/2 финала. Прямая трансляция. (0+)
 - 08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
 - 08.25, 16.20 «Лео и Тиг». (0+)
 - 08.55, 17.50 «Котики, вперед!». (0+)
 - 09.00, 15.00 «Джинглики». (0+)
 - 09.40, 17.00 Друзья на все времена. (0+)
 - 10.00, 17.15 «Фиксики». (0+)
 - 10.30, 18.25 «Лунтик и его друзья». (0+)
 - 11.00 «Ангел Бэби». (0+)
 - 11.25, 19.30 «Ми-Ми-Мишки». (0+)
 - 12.00 «Машины сказки», «Удивительная бочка». (0+)
 - 12.10, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
 - 13.00, 21.00 «Барbosины». (0+)
 - 13.35, 21.30 «Четверо в кубе». (0+)
 - 14.00, 22.00 «Бумажки». (0+)
 - 14.30, 22.25 «Смешарики». (0+)
 - 15.30, 23.30 «Барбосы и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
 - 16.00 «Тима и Тома». (0+)
 - 18.00 «Консунчи. Чудеса каждый день». (0+)
 - 18.15 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
 - 19.00 «Деревяшки». (0+)
 - 20.00 «Сказка на ночь». (0+)
 - 23.00 «Гора Самоцветов». (0+)
 - 05.00, 07.45 «Пёс Пэт». (6+)
 - 05.30 «Жукики». (6+)
 - 05.55 «Мини-Малпеты». (0+)
 - 06.20, 10.35 «Дружные мопсы». (0+)
 - 06.45 «Зак Штор - Суперприят». (6+)
 - 08.10, 11.05 «Герои в масках». (0+)
 - 08.40, 11.35 «Удивительная Виз». (6+)
 - 09.05 «София Прекрасная». (0+)
 - 09.35 «Елена - принцесса Авала». (0+)
 - 10.05 «Хранитель Лев». (0+)
 - 12.00 «Шахерезада. Нерассказанные истории». (6+)
 - 14.00 «Рапунцель: Новая история». (6+)
 - 17.40 «Планета сокровищ». (0+)
 - 19.30 «Робинзон Крузо: Очень обитаемый остров». (6+)
 - Когда молодой картограф Робинсон Крузо поднимался на борт своего корабля, он и представить не мог, что через несколько дней окажется на ... очень обитаемом острове!
 - 21.25 «Ведьмина служба доставки». (6+)
 - 23.40 «ЛЕГЕНДА ОБ ИСКАТЕЛЕ». (16+)
 - 02.10 «Гравити Фолз». (12+)
 - 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

ДЕТСКИЙ

О!

- 06.01, 13.22 Готовим с папой. (6+)
- 06.20, 10.00 «КОСМО». (6+)
- 06.47, 10.27, 14.13 «Смурфики». (0+)
- 07.10, 10.53, 14.39, 18.15 «Раскраска». (0+)
- 07.25, 11.03, 14.46, 18.29 «ПАРК «ГАЛАКТИКА». (12+)
- 07.56 «Машкины одежки». (6+)
- 08.07 «4 машиники». (0+)
- 08.16 «Облачата». (0+)
- 08.30, 09.47, 15.17, 15.57, 16.42, 20.51, 21.54 Мультфильмы. (6+)
- 09.37 «Ну, погоди!». (12+)
- 11.32, 20.22, 23.04 «Йоко». (6+)
- 11.58, 17.01, 22.43 «Смешарики». (0+)
- 12.24, 18.58, 23.33 «Почемучка». (6+)
- 12.38, 19.12, 23.47 «Почемучка. Астрономия». (6+)
- 12.54, 19.29 Girls only. (6+)
- 13.43, 17.25 «Белка и Стрелка. Озорная семейства». (0+)
- 15.47, 16.33 Мультфильмы. (0+)
- 17.52 «Смурфики». (0+)
- 20.00 «Кондитер Сладкоежкина». (6+)
- 21.11 «Высокая горка». (0+)
- 21.31 «Веселая карусель». (6+)
- 21.44 «Как стать большим». (0+)
- 05.00 «Йоко». (0+)
- 07.00 «Животные - мои друзья». (0+)
- 07.15 «Бинго». (0+)
- 08.05 «Даша - путешественница». (0+)
- 08.55 «Весёлый алфавит». (0+)
- 09.00 «О! Музыка». (0+)
- 09.35 «Диколесье». (0+)
- 10.10 «Роботы». (0+)
- 10.15 «Царевны». (0+)
- 12.00 «Давайте рисовать!». (0+)
- 12.30 «Свинка Пеппа». (0+)
- 17.00 «О! Музыка». (0+)
- 17.35 «Свинка Пеппа». (0+)
- 19.25 «Летающие звери». (0+)
- 21.45 «Пластилиники». (0+)
- 21.50 «Новаторы». (0+)
- 22.30 «Давайте рисовать!». (0+)
- 23.00 «Новаторы». (6+)
- 00.20 «Алиса знает, что делать!». (6+)
- 02.15 «Magic English». (0+)
- 02.35 «Смешарики. Пин-код». (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

- | |
|-------------|
| СПАС |
|-------------|
- 14.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 15.00 Корона под молотом. (0+)
 - 16.20, 17.10 «СПАС ПОД БЕРЕЗАМИ». 11 и 12 серии. (0+)
 - 18.00 Завет. (0+)
 - 19.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+)
 - 08.00 До самой сути. С Еленой Жосул. (0+)
 - 09.00, 09.30 Монастырская кухня. (0+)
 - 10.00 Мультифильмы на СПАСЕ. (0+)
 - 10.30 Я хочу ребенка. (0+)
 - 11.00 Романовы. Царское дело. Последний император. Русский урок. (0+)
 - 12.00 Бутовский полигон. Цикл: Русские праведники. (0+)
 - 12.30 Как я стал монахом. (0+)
 - 13.00 Прямая линия. Ответ священника. (0+)
 - 14.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

8 февраля

Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Прпп. Ксенофонта, супруги его Марии и сыновей их Аркадия и Иоанна.

Мчч. Анании пресвитера, Петра, темничного стражи, и с ними 7 воинов. Прп. Симеона Ветхого. Свт. Иосифа Студита, архиеп. Солунского. Перенесение мощей прп. Феодора, игумена Студийского. Блгв. Давида III Возобновителя, царя Иверии и Абхазии (Груз.). Прп. Ксенофона Робейского. Мч. Иоанна.

Постный день. Разрешается рыба.

Покров и Промысел Божий объемлет всех людей, а открывается только очистившим себя от грехов.

Св. Исаак Сирин

СОВЕТЫ ОТ ЗВЕЗДОЧЁТА НАДЕЖДЫ СОЛНЕЧНОЙ С 4 ПО 10 ФЕВРАЛЯ

Рыбы 19.02 – 20.03

Рыbam стоит поменьше торопиться, а вот к поступкам людей и к изменению ситуации присматриваться внимательнее. Работать придется немало, но постараитесь выкроить время на семью и друзей, а главное, на личную жизнь.

Рак 22.06 – 22.07

Сложная в эмоциональном плане неделя ожидает Раков. За живое могут задеть чужие слова и поступки. Гасите все свои отрицательные эмоции. Да и вообще, стоит попробовать отрешиться от переживаний, занявшихся любимым хобби, отдохнуть.

Скорпион 24.10 – 22.11

Скорпионам не стоит откладывать в долгий ящик важные дела. Чтобы достичь желаемого, придется попотеть. И старайтесь поменьше скориться с окружающими, тратя на это драгоценное время и силы. Есть опасность заскучать по прежней любви и сно-ва наступить на старые грабли.

Козерог 22.12 – 20.01

Неожиданные решения и эксперименты могут ускорить взлет Козерогов в любой сфере. Умейте удивлять и импровизировать, и люди увидят в вас лидера, за которым можно идти. В любви, правда, могут возникнуть некоторые сложности. Обращайте внимание на поступки, а не на слова любимого, сказанные в сердцах.

Овен 21.03 – 20.04

Овнам звезды советуют проявлять максимум активности при достижении своих целей. Лениться и отдавать инициативу в руки конкурентов и завистников не стоит точно. Иначе все достигнутые ранее результаты попросту сойдут на нет.

Лев 23.07 – 22.08

У Львов наступает весьма перспективный период. Возможно даже, вы откроете в себе новые способности, которые помогут вам достичь вожделенной цели. Однако не стоит зазнаваться и задирать нос. Особенно в общении с близкими людьми.

Телец 21.04 – 21.05

Очень деятельная неделя впереди у Тельцов. Вы будете востребованы не только в профессиональной сфере, но и родственники будут нуждаться в вашей компании, помощи, совете и поддержке. Вы будете вдохновлены и полны сил, а потому вам удастся все задуманное.

Дева 23.08 – 23.09

Неделя может показаться Девам излишне спокойной. И все же звезды советуют не торопить события и еще немного подождать. Удача уже совсем рядом. Но и сидеть сложа руки не стоит, трудитесь. Помните, что в любовных отношениях скрытности и тайнам не место.

Близнецы 22.05 – 21.06

У Близнецов впереди неделя монотонного, напряженного труда. Но вы всей душой будете стремиться к переменам и не успокояитесь, пока дела не сдвинутся с мертвой точки. В отношениях с любимым человеком пострайтесь почтче вспоминать о компромиссах.

Весы 24.09 – 23.10

Весам звезды настоятельно советуют разобраться в своих желаниях и только после этого начинать активные действия. Без четкого плана есть риск распылиться на мелочи. Возможно, придется пожертвовать менее значимыми желаниями ради высоких целей.

Стрелец 23.11 – 21.12

Стрельцов обещает посетить вдохновение, которое поможет расширить горизонты в жизни, и в частности в профессиональной сфере. Страйтесь только избегать стереотипных, шаблонных решений, новаторствуйте. Не стоит слишком капризничать в отношениях с родственниками.

Водолей 21.01 – 18.02

Интересная неделя, обещающая сделать жизнь Водолеев лучше. Впереди череда увлекательных событий и личных побед. А если станете правильно на них реагировать, сумеете обернуть любую ситуацию себе на пользу. Избегайте чрезмерной расчетливости в делах любви.

Иногда мамы ведут себя, как гопники-майдодыры: «Есть чего светлого постигать? А если найду?»

Сначала я ищу логику в своих поступках, а потом вспоминаю, что я творческая личность, и вопрос отпадает сам собой.

Девиз некоторых дизайнеров: «Что получилось, то и модно!»

Нет смысла откладывать на завтра то, что вы не хотите делать в этой жизни.

Грабитель ночью останавливает прохожего. – Деньги есть?



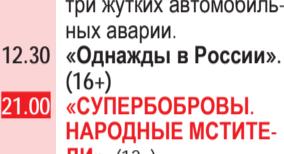
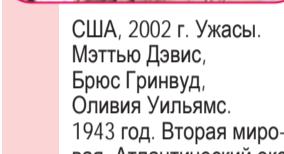
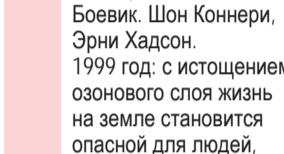
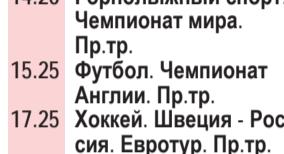
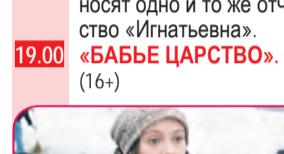
- Нет!
- А если найду?
- Буду вам признателен!

Мужчина прыгнул с парашютом. Спускается к земле. Мимо летит орёл:
- Привет танцорам!
- Я не танцор, я парашютист!
- Дружище, там внизу такие кактусы!
Способности придут мгновенно.

- Мне предложили выйти замуж.
- Кто?
- Родители.

Жена спрашивает мужа:
- Любимый, скажи, я красивая?
- Да.
- А поподробнее?
- Да, красивая.

1	ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ К	РОССИЯ Культура	СТС	СТС
05.40 «Я ЛЮБЛЮ СВОЕГО МУЖА». (12+) 06.00 Новости 06.10 «Я ЛЮБЛЮ СВОЕГО МУЖА». (12+) 07.55 «Играй, гармонь любимиая!» (12+) 08.45 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 09.00 Умницы и умники. (12+) 09.45 «Слово пастыря». (0+) 10.00 Новости с субтитрами 10.15 Премьера. «Больше солнца, меньше грусти». К юбилею Ирины Муравьевской. (12+) 11.20 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+) СССР, 1985. Комедия.. 12.00 Новости с субтитрами 12.15 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+) Премьера. «Живая жизнь». (12+) 13.15 «Кто хочет стать миллионером?» с Дмитрием Дибровым. (12+) 17.45 «Эксклюзив» с Дмитрием Борисовым. (16+) 19.30 «Сегодня вечером». (16+) 21.00 Время 21.20 «Сегодня вечером». (16+) 23.00 «САМАЯ ОБАЯТЕЛЬНАЯ И ПРИВЛЕКАТЕЛЬНАЯ». (12+)	05.00 Утро России. Суббота Местное время. Суббота. (12+) 08.40 «Пятеро на одного» 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 11.25 Вести. Местное время 11.45 «БРАЧНЫЕ ИГРЫ». (12+) Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Софья Шуткина, Артем Осипов. Красавица Маша живет с приемной матерью в маленьком селе в Киргизии. Маша учится на врача и помогает всем нуждающимся. «Пригласите на свадьбу!» (12+) «Пригласите на свадьбу!» - первое в мире талант-шоу свадебных ведущих и артистов! Впервые жених, невеста их родные и друзья вместе решают, какую будет их свадьба. Но на это раз они выбирают не только платье, торт или зал для торжества. Они выбирают того, кто сделает из их свадьбы самый лучший день и настоящее шоу! «Привет, Андрей!» (12+) 20.00 Вести в субботу 20.45 «Один в один. Народный сезон». (12+) 23.15 «ВЕРА». (12+) Россия, 2017 г. Мелодрама. В ролях: Людмила Свитова, Александр Давыдов. Вера - самая обыкновенная девушка. Живет в коммунальной квартире вместе с тетей, которая ее вырастила. За Верой начинает ухаживать красивый и обеспеченный мужчина Олег Белов. «Выход в люди». (12+)	05.25 Марш-брюсок. (12+) 05.50 АБВГДейка. (0+) 06.20 «ЖИЗНЬ И УДИВИТЕЛЬНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ РОБИНЗОНА КРУЗО». (0+) 08.10 Православная энциклопедия. (6+) 08.40 «Светлана Крючкова. Никогда не говори «никогда». (12+) 09.35 «СЕМЕЙНЫЕ РАДОСТИ АННЫ». (12+) 11.30 События 11.45 «На двух стульях». (12+) 12.45 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА». (16+)	05.00 ЧП. Расследование. (16+) 05.35 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+) 07.25 Смотр. (0+) 08.00 Сегодня 08.20 «Зарядись удачей!» (12+) 09.25 Готовим с Алексеем Зимним. (0+) 10.00 Сегодня 10.20 Главная дорога. (16+) 11.00 «Еда живая и мертвавая». (12+) 12.00 Квартирный вопрос. (0+) С тех пор, как наши герои переехали в эту квартиру, детей у них стало в три раза больше. А комнат, увы, не прибавилось. 13.00 «НашПотребНадзор». (16+) 14.00 «Поедем, поедим!» (0+) Россия, 2013 г. Детектив. В ролях: Ан. Чернышов, С. Низовская. Мир Алексея Плетнева рухнул в одночасье. События 14.45 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА». (16+)	05.30 ЧП. Расследование. (16+) 05.35 «ОСЕННИЙ МАРАФОН». (12+) 07.25 Смотр. (0+) 08.00 Сегодня 08.20 «Зарядись удачей!» (12+) 09.25 Готовим с Алексеем Зимним. (0+) 10.00 Сегодня 10.20 Главная дорога. (16+) 11.00 «Еда живая и мертвавая». (12+) 12.00 Квартирный вопрос. (0+) С тех пор, как наши герои переехали в эту квартиру, детей у них стало в три раза больше. А комнат, увы, не прибавилось. 13.00 «НашПотребНадзор». (16+) 14.00 «Поедем, поедим!» (0+) Россия, 2013 г. Детектив. В ролях: Ан. Чернышов, С. Низовская. Мир Алексея Плетнева рухнул в одночасье. События 14.45 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА». (16+)	06.30 Библейский сюжет «Мультифильмы» 07.05 «СИТА И РАМА» 07.50 «Судьбы скрещенъя» 09.20 Телескоп 09.50 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (6+) 10.15 СССР, 1966 г. Татьяна Доронина, Михаил Жаров. Сестры Лida и Надя живут на попечении дяди, который взял их из детского дома. Девушки посмеиваются над его простой житейской философией, но уважают дядю и часто, напрекор собственным желаниям, следят его советам. Так отказывается от своей мечты стать актрисой старшая сестра Надя. «Больше, чем любовь» 11.55 «Холод Антарктиды» 12.35 «ЭТА ЖЕНЩИНА В ОКНЕ...» 13.20 «ЭТА ЖЕНЩИНА В ОКНЕ...» 14.45 «Энигма» 15.25 «Мути дирижирует Верди» 17.10 «Семья. Быть или не быть?» 17.50 «МАРГАРИТКИ» 19.00 «Центральное телевидение» с Вадимом Такменевым 20.40 «Звезды сошлись». (16+) 21.15 Ты не поверишь! (16+) 23.20 «Международная пилорама» с Тиграном Косяном. (18+)	06.00 Ералаш. (0+) 06.30 «Приключения Кота в сапогах». (6+) 07.40 «Три кота». (0+) 08.05 «Том и Джерри». (0+) 08.30 «Шоу «Уральских пельменей». (16+) 09.30 «ПроСТО кухня». (12+) 10.30 «Рогов. Студия 24». (16+) 11.30 «ДОМ ВВЕРХ ДНОМ». (12+) США, 2003 г. Романтическая комедия. Стив Мартин, Күнн Латифа. Немолодой одинокий мужчина знакомится в интернете с девушкой...	13.40 «СПАСАТЕЛИ МАЛИБУ». (16+) 16.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+) 17.30 Впервые на СТС! «Ледниковый период». (0+) 19.05 Впервые на СТС! «Ледниковый период-3: Эра динозавров». (0+) 21.00 ВПЕРВЫЕ НА СТС! «НОЧЬ В МУЗЕЕ-2». (12+)	США, 2009 г. Фантастическая комедия. Бен Стиллер, Эми Адамс. Ларри Дэйли, бывший охранник, стал преуспевающим бизнесменом. У него своя фирма, производящая и продающая необычные бытовые приборы.	
00.35 «ДА ЗДРАВСТВУЕТ ЦЕЗАРЬ!» (16+) 02.30 «Модный приговор». (6+) 03.30 «Мужское / Женское». (16+) 04.25 «Давай поженимся!» (16+)	03.20 «ЗАЙЧИК». (0+) 07.25 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ...» (0+) 09.00 13.00 18.00 Новости дня «Легенды музыки». (6+) 09.15 «Последний день». (12+) 10.30 «Не факт!» (6+) 11.00 «Улица из прошлого». (16+) 11.50 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+) 12.35 14.55 «Специальный репортаж». (12+) 13.15 «Секретная папка». (12+) 14.00 «Десять фотографий». (6+) 15.15 18.25 «НАСТОЯЩИЕ». (16+)	05.40 00.40 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+) 07.15 12.00 «Золотое Кольцо - в поисках настоящей России». (6+) 08.00 «Служку отчилине». (12+) 08.30 «От прав к возможностям» 08.55 «За дело!» (12+) 09.50 03.20 «Сказки старого пианино». (6+) 10.45 «Домашние животные» 11.15 19.20 «Культурный обмен» 12.45 «Большая страна». (12+) 13.00 15.05 «ГЛАВНЫЙ КАЛИБР». (16+) 13.05 «...и поведет нас Ангел по Земле». (0+) 16.20 «Новости Совета Федерации». (12+) 17.00 «Дом «Э». (12+) 17.15 02.10 «КОМЕНДАНТ ПУШКИН». (6+) 20.05 «ВАТЕЛЬ». (12+) 22.05 04.45 «Звук». Группа «Воскресение». (12+) 23.10 «КРИЗИС СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА». (16+) 04.15 «Моя история». (12+)	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 Новости 06.15 08.15 11.15 14.15 17.15 22.15 01.15 03.15 05.15 07.15 15.30 19.30 «Афиша». (12+) 20.15 00.15 «Климат-контроль». (12+) 07.30 16.30 20.30 01.30 03.30 «Наизнанку». (12+) 08.30 13.30 18.30 22.30 04.30 «Познавательный фильм». (12+) 09.15 09.30 10.15 11.30 12.30 13.15 15.15 16.15 19.15 21.15 23.15 02.15 05.30 Специальный репортаж. 10.30 23.30 Сделано в Москве. 12.15 18.15 04.15 Простые решения. (12+) 14.30 02.30 Фаниманн. (12+) 17.30 00.30 «ТОП-Сеть». (12+) 21.30 00.30 «ТОП-Сеть». (12+)	06.00 «Самое яркое». (16+) 08.00 Будни 09.00 Новости 360 09.30 «Вкусно 360». (12+) 12.00 Новости 360 12.30 «Зима в Подмосковье». (12+) 13.00 «Все просто!» (12+) 13.30 «Индизайн». (12+) 14.00 Будни 15.00 Новости 360 15.30 «Самое яркое». (16+) 15.50 «АКАДЕМИЯ». (12+) 20.00 Новости 360 20.30 «Самое яркое». (16+) 23.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ В ФОКУСЕ». (16+)	06.00 «Мультиуро». (0+) 09.30 «Вера. Надежда. Любовь». (6+) 10.00 «ТРАКТОРИСТЫ». (6+) 11.35 «За кулисами славы». (12+) 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+) 16.45 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (12+) 19.20 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+) СССР, 1985 г. Машинист Моргунов ждет своего помощника, чтобы отогнать состав из 2-х тепловозов, платформы и вагона в ремонт.	20.50 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+) 00.45 «МИСС МАРПЛ». (12+) 02.50 «Звёзды советского экрана». (12+) 03.15 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 04.10 «Тайны кино». (12+) 05.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 05.45 «Вспомнить все». (12+)	США, 2014 г. Детектив. «Отдых 360». (12+) «Самое яркое». (16+)		
05.00 «ДЕТЕКТИВЫ». (16+) 10.55 «СЛЕД». (16+) 00.00 Известия. Главное 00.55 «СЕДЬМАЯ РУНА». (16+)	05.45 «ЗАЙЧИК». (0+) 07.25 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ...» (0+) 09.00 13.00 18.00 Новости дня «Легенды музыки». (6+) 09.15 «Последний день». (12+) 10.30 «Не факт!» (6+) 11.00 «Улица из прошлого». (16+) 11.50 «Загадки века с Сергеем Медведевым». (12+) 12.35 14.55 «Специальный репортаж». (12+) 13.15 «Секретная папка». (12+) 14.00 «Десять фотографий». (6+) 15.15 18.25 «НАСТОЯЩИЕ». (16+)	05.40 00.40 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+) 07.15 12.00 «Золотое Кольцо - в поисках настоящей России». (6+) 08.00 «Служку отчилине». (12+) 08.30 «От прав к возможностям» 08.55 «За дело!» (12+) 09.50 03.20 «Сказки старого пианино». (6+) 10.45 «Домашние животные» 11.15 19.20 «Культурный обмен» 12.45 «Большая страна». (12+) 13.00 15.05 «ГЛАВНЫЙ КАЛИБР». (16+) 13.05 «...и поведет нас Ангел по Земле». (0+) 16.20 «Новости Совета Федерации». (12+) 17.00 «Дом «Э». (12+) 17.15 02.10 «КОМЕНДАНТ ПУШКИН». (6+) 20.05 «ВАТЕЛЬ». (12+) 22.05 04.45 «Звук». Группа «Воскресение». (12+) 23.10 «КРИЗИС СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА». (16+) 04.15 «Моя история». (12+)	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 Новости 06.15 08.15 11.15 14.15 17.15 22.15 01.15 03.15 05.15 07.15 15.30 19.30 «Афиша». (12+) 20.15 00.15 «Климат-контроль». (12+) 07.30 16.30 20.30 01.30 03.30 «Наизнанку». (12+) 08.30 13.30 18.30 22.30 04.30 «Познавательный фильм». (12+) 09.15 09.30 10.15 11.30 12.30 13.15 15.15 16.15 19.15 21.15 23.15 02.15 05.30 Специальный репортаж. 10.30 23.30 Сделано в Москве. 12.15 18.15 04.15 Простые решения. (12+) 14.30 02.30 Фаниманн. (12+) 17.30 00.30 «ТОП-Сеть». (12+) 21.30 00.30 «ТОП-Сеть». (12+)	06.00 «Самое яркое». (16+) 08.00 Будни 09.00 Новости 360 09.30 «Вкусно 360». (12+) 12.00 Новости 360 12.30 «Зима в Подмосковье». (12+) 13.00 «Все просто!» (12+) 13.30 «Индизайн». (12+) 14.00 Будни 15.00 Новости 360 15.30 «Самое яркое». (16+) 15.50 «АКАДЕМИЯ». (12+) 20.00 Новости 360 20.30 «Самое яркое». (16+) 23.00 «ПРЕСТУПЛЕНИЕ В ФОКУСЕ». (16+)	06.00 «Мультиуро». (0+) 09.30 «Вера. Надежда. Любовь». (6+) 10.00 «ТРАКТОРИСТЫ». (6+) 11.35 «За кулисами славы». (12+) 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+) 16.45 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (12+) 19.20 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+) СССР, 1985 г. Машинист Моргунов ждет своего помощника, чтобы отогнать состав из 2-х тепловозов, платформы и вагона в ремонт.	20.50 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+) 00.45 «МИСС МАРПЛ». (12+) 02.50 «Звёзды советского экрана». (12+) 03.15 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 04.10 «Тайны кино». (12+) 05.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 05.45 «Вспомнить все». (12+)	Украина, 2014 г. Детектив. «Отдых 360». (12+) «Самое яркое». (16+)		
Россия, 2014 г. Детектив. В городе Н-ск при загадочных обстоятельствах погибает дочь губернатора. Для выяснения обстоятельств её смерти в город Н-ск из Москвы приезжает следователь Олег Нестеров. В том месте, где нашли тело девушки, проходила ролевая игра по карело-финскому эпосу «Калевала», и председатель ролевиков Вера параллельно начинает свое расследование.	00.10 «ВОЙНА НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ». (12+)	05.45 «ЗАЙЧИК». (0+) 07.25 «ПОСЛЕ ДОЖДИЧКА, В ЧЕТВЕРГ...» (0+) 09.00 13.00 18.00 Новости дня «Л							

РЕН	ТНТ	ТВ3	ЧЕ	МАТЧ!	ДОМАШНИЙ
05.00 16.20 03.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 07.10 «ОТПЕТЬТЕ МОШЕННИКИ». (16+) 09.15 «Минтранс». (16+) 10.15 «Самая полезная программа». (16+) 11.15 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+) 18.30 «Засекреченные списки». (16+) 20.40 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+)	07.00 Где логика? (16+) ТНТ Music. (16+) 08.30 Импровизация. (16+) Дом-2. Lite. (16+) 10.00 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.00 «Экстрасенсы. Битва сильнейших». (16+) Александр Шепс и Зулия Раджабова отправляются в Тульскую область, чтобы выяснить, почему на ровном и коротком отрезке дороги за 9 дней произошло три жутких автомобильных аварии. «Однажды в России». (16+) «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)	06.00 «Мультифильмы». (0+) 10.15 «ПОЛЕТ ФЕНИКСА». (12+) 12.30 «АНАКОНДА: ОХОТА ЗА ПРОКЛЯТОЙ ОРХИДЕЕЙ». (12+) 14.30 «ЭВЕРЕСТ». (12+) 16.45 «ПИК ДАНТЕ». (12+) 19.00 «ГЛУБИНА». (16+)	06.00 «МЫ БЫЛИ СОЛДАТЫ». (16+) 08.30 «КВН на бис». (16+) 09.25 «Каламбур». (0+) 11.00 «ГОРЕЦ-2: ОЖИВЛЕНИЕ». (16+)	06.00 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Фристайл. Могул. Пр.тр. 08.05 «ШАОЛИНЬ». (16+) 10.00 «БЫЛА ТЕБЕ ЛЮБИМАЯ». (16+) 14.00 «ДОМ СПЯЩИХ КРАСАВИЦ». (16+)	06.30 18.00 22.50 05.20 «6 кадров». (16+) 08.05 «НА ВСЮ ЖИЗНЬ». (16+) 10.00 «БЫЛА ТЕБЕ ЛЮБИМАЯ». (16+) 14.00 «ДОМ СПЯЩИХ КРАСАВИЦ». (16+)
 США, 2017 г. Приключенческий боевик. Дуэйн Джонсон, Кевин Харт. Четверо подростков оказываются внутри игры «Джуманджи». Их ждет схватка с носорогами, черными мамбами, а на каждом шагу будет подстерегать бесконечная череда ловушек и головоломок.	 Россия, 2018 г. Семейная комедия. Павел Деревянко, Роман Мадянов. Сиквел семейного блокбастера. Вкусив тайских прелестей, Бобровы вернулись на Родину новыми людьми. Теперь их цель – борьба с коррупцией.	 США, 2002 г. Ужасы. Мэттью Дэвис, Брюс Гринвуд, Оливия Уильямс. 1943 год. Вторая мировая. Атлантический океан. Американская подводная лодка под названием «Тигровая акула», затонув немецкий корабль направляется далее по своему курсу. «Годзилла». (12+)	 Франция, Великобритания, Аргентина, 1990 г. Боевик. Шон Коннери, Энри Хадсон. 1999 год: с истощением озонового слоя жизнь на земле становится опасной для людей, и Коннор Маклауд возглавляет строительство гигантского энергетического щита для защиты земного шара.	 13.15 «ГОРЕЦ-3: ПОСЛЕДНЕЕ ИЗМЕРЕНИЕ». (0+) 15.05 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ». (0+) 17.00 «ДОКТОР ДУЛИТТЛ-2». (0+)	 Россия, 2012 г. Мелодрама. О. Ломоносова, О. Масленников-Войтов. Оксана - успешная молодая женщина, директор крупного рекламного агентства Москвы.
23.00 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНИКИ». (16+) США, 2003 г.	23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+)	21.00 «ГОДЗИЛЛА». (12+) 01.30 «АНАКОНДА: ЦЕНА ЭКСПЕРИМЕНТА». (16+) 03.15 «АНАКОНДА: КРОВАВЫЙ СЛЕД». (16+) 05.00 «ОСЛЕПЛЕННЫЙ ЖЕЛАНИЯМИ». (12+)	20.15 «Утилизатор». (16+) 23.00 «+100500». (18+) 23.30 «ПОБЕГ». (16+) 04.15 «ГОРЕЦ-3: ПОСЛЕДНЕЕ ИЗМЕРЕНИЕ». (0+)	00.35 «Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины». Пр.тр. 02.15 «Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Женщины». Пр.тр. 03.00 Смешанные единоборства. Bellator. Пр.тр. 03.30 «Шорт-трек. Кубок мира». (0+) 03.55 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. (0+)	00.30 «ЧЁРТОВО КОЛЕСО». (16+) 02.05 «Предсказания: 2019». (16+) 02.55 «Сдаётся! С ремонтом». (16+) 05.35 «Домашняя кухня». (16+)
01.00 «РАЗБОРКИ В СТИЛЕ КУНГ-ФУ». (16+) 02.40 «Самые шокирующие гипотезы». (16+)	01.05 «27 СВАДЕБ». (16+) 03.10 THT Music. (16+) 03.35 «Stand Up». (16+) 05.10 Импровизация. (16+)	05.45 «Мультифильмы». (0+)	05.40 «Улетное видео». (16+)		

Судоку

Заполните пустые клетки цифрами от 1 до 9 так, чтобы в каждом столбце, каждой строке и каждом блоке 3x3 цифры не повторялись. Для примера приводим одно задание и его решение.

Ответы

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

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

СТОМАТОЛОГИЯ «ДЕНТО ЛЮКС» www.dento-lux.ru

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.

ПРЕДЪЯВИТЕЛЮ СКИДКА*

25% на лечение **11% на протезирование**

РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ!
Скидки действуют при оплате наличными!

помощь
подарочные сертификаты
скидка 10%

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

Нам 14 лет

000 «Денто-Люкс» Лиц. № ЛО-77-01-013323; № ЛО-77-01-005014. Реклама

ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ У СПЕЦИАЛИСТА О ПРОТИВОПОКАЗАНИЯХ

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

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

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

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

КИНО И СЕРИАЛЫ

TV 1000	TV 1000	РУССКОЕ КИНО	ДОМ КИНО	SONY CHANNEL
06.10 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	06.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ». (16+)	07.55 «ДАМА ПИК». (16+)	10.20 «ТАЙНА ЧЕТЫРЕХ ПРИНЦЕСС». (0+)	06.05 «ЧЕСТНЫЙ, УМНЫЙ, НЕЖЕНЧАТЫЙ...» (0+)
08.30 «ДЬЯВОЛ И ДЭНИЭЛ УЭБСТЕР». (16+)	12.10 Старое доброе кино.	10.20 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» (0+)	10.10 «В БОЙ ИДУТ ОДНИ «СТАРИКИ». (12+)	07.20 «АХ, ВОДЕВИЛЬ, ВОДЕВИЛЬ...» (0+)
10.35 «БЕЗ ИЗЪЯНА». (12+)	13.45 «ЧАСТНОЕ ПИОНЕРСКОЕ». (6+)	15.50 «МОРОЗКО». (0+)	11.50 «ДАЛЬНОНОБОЙЩИКИ-2». (16+)	08.35 «МОРОЗКО». (0+)
13.05 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+)	15.50 «ТЕМНЫЙ МИР». (16+)	17.55 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	19.00 «НЕУПОВIMИЕ МСТИТЕЛИ». (6+)	15.50 «МОРОЗКО». (0+)
15.35 «ШПИОН ПО СОСДЕСТВУ». (12+)	17.55 «ПОСЛЕ ТЕБЯ». (16+)	20.20 «ОДНОКЛАССНИЦЫ: НОВЫЙ ПОВОРОТ». (16+)	20.30 Вечер вместе. «ДЕЛО БЫЛО В ПЕНЬКОВЕ». (12+)	06.00, 06.30, 10.30, 11.00,
17.35 «ИЛЛЮЗИЯ ОБМАНА». (12+)	21.50 «ВОЛКОДАВ ИЗ РОДА СЕРЫХ ПСОВ». (16+)	Светлана Ходченкова, Екатерина Вилкова, Ольга Кузьмина, Валентина Мазунина	Светлана Ходченкова, Екатерина Вилкова, Ольга Кузьмина, Валентина Мазунина	11.30, 11.55, 12.25, 12.50,
20.10 «АГЕНТ ДЖОННИ ИНГЛИШ: ПЕРЕЗАГРУЗКА». (12+)	00.35 «РАССКАЗЫ». (18+)	22.15 «ПАУТИНА ЛЖИ». (16+)	13.20, 13.45, 14.15, 14.45,	13.20, 13.45, 14.15, 14.45,
США, Франция, Великобритания, 2011 г. В ролях: Роуз Эткинсон, Джильян Андерсон, Доминик Уэст, Розамунд Пайк	02.40 «ТЕМНЫЙ МИР: РАВНОВЕСИЕ». (12+)	22.15 «ПАУТИНА ЛЖИ». (16+)	15.15, 15.40, 16.10, 16.40,	15.15, 15.40, 16.10, 16.40,
22.15 «ПАУТИНА ЛЖИ». (16+)	04.30 «ДЕТКИ НАПРОКАТ». (12+)	20.30 Вечер вместе. «ДЕТИ ДОН КИХОТА». (6+)	17.10, 17.35, 18.05, 18.35,	17.10, 17.35, 18.05, 18.35,
00.55 «SUPERПЕРЦЫ». (16+)		23.50 «РОЗЫГРЫШ». (12+)	19.00, 19.30	19.00, 19.30
03.15 «МРАЧНЫЕ ТЕНИ». (16+)		01.40 «АНКОР, ЕЩЕ АНКОР!». (16+)	«КУХНЯ». (16+)	«КУХНЯ». (16+)
05.30 «ЛУЧШЕ НЕ БЫВАЕТ». (12+)		03.20 «ЛЮБОВЬ С ПРИВИЛЕГИЯМИ». (16+)	06.55, 23.55 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (16+)	06.55, 23.55 «МИЛЛИОНЕР ПОНЕВОЛЕ». (16+)

ИЛЛЮЗИОН	РУССКИЙ ИЛЛЮЗИОН	КИНОКОМЕДИЯ	FOXlife FOX LIFE
00.25 «ДЕЖУРНЫЙ ПАПА». (12+)	00.25 «ПОБЕГ». (16+)	01.05 «РИМСКИЕ СВИДАНИЯ». (16+)	08.00, 08.20 «ОДИНОКИ ВМЕСТЕ». (16+)
01.55 «ПУЛИ НАД БРОДВЕЕМ». (16+)	02.30 «ОХОТНИК». (16+)	02.45, 03.40, 04.35, 05.30 «МАРАФОН ДЛЯ ТРЕХ ГРАЦИЙ». (12+)	08.35, 09.00, 09.20 «ММК». (16+)
03.30 «КОСМОПОЛИС». (16+)	04.30 «ВОРОШИЛОВСКИЙ СТРЕЛОК». (16+)	06.10 «ПРОДАЕТСЯ ДАЧА». (16+)	09.40, 10.10, 10.30, 10.55 Вкусно и недорого. (12+)
05.15 «АЛАНТ РАСПРАВИЛ ПЛЕЧИ». (16+)	07.55 «БОГИНЯ. КАК Я ПОЛЮБИЛА». (16+)	07.55 «СУПЕРГЕРОЙСКОЕ КИНО». (16+)	11.20 Американско путешествие Джейми. (12+)
06.50 «УКРАДИ МОЮ ЖЕНУ». (16+)	09.45 «СОВРЕМЬШ - УМРЕШ». (16+)	08.00 «ИДЕАЛЬ». (18+)	12.10, 13.00 Итальянская кухня с Джейми Оливером. (12+)
08.25 «ДОСТОИНСТВО». (16+)	11.55 «УБЫСТВО ДЕПУТАТА». (16+)	09.45 «ДЖЕНТЕЛЬМЕНЫ, УДАЧИ!». (12+)	13.45, 14.30, 15.15, 16.00, 16.45, 23.20, 02.15, 02.55 «КАСЛЬ». (16+)
09.50 «ОДИНОКИЕ СЕРДЦА». (16+)	13.40 «СТАРУХИ». (12+)	11.45 «КУХНЯ В ПАРИЖЕ». (16+)	15.45 «ЭВОЛЮЦИЯ». (12+)
11.35 «БУНРАКУ». (16+)	15.30 «ОКОЛОФУТБОЛА». (16+)	13.50 «РОДИНОКИЕ РОДИТЕЛИ». (16+)	17.35 «ДЖЕЙ И МОЧАЛИВЫЙ БОБ НАНОСЯТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
13.40 «ЗАПОВЕДНАЯ ДОРОГА». (16+)	17.15 «СУПЕРМЕНЕДЖЕР, ИЛИ МОТЬГА СУДЬБЫ». (16+)	17.55, 18.45 «ФИЛАРМОНИЯ». (16+)	19.00 «ДЖЕЙ И МОЧАЛИВЫЙ БОБ НАНОСЯТ ОТВЕТНЫЙ УДАР». (16+)
15.20 «В ИЗГИНАНИИ». (16+)	18.40 «ОЛИГАРХ». (16+)	19.35, 20.15, 20.55 «СКОРПИОН». (16+)	20.50, 21.40 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ». (16+)
17.05 «ЗОЛОТО». (16+)	20.50, 21.40 «МОЖЕТЕ ЗВАТЬ МЕНЯ ПАПОЙ». (16+)	21.40 «ЁТЕ». (16+)	Комедия, США, 2009 г.
18.40 «ЖЕНЩИНЫ». (16+)	22.30 «ТЕРРИТОРИЯ». (16+)	00.00, 00.45, 01.30 «ЗВЕЗДА». (16+)	21.20 «БОЛЬШОЙ СОЛДАТ». (16+)
20.30 «ВСПОМНИТЬ ВСЕ». (16+)		03.35, 04.20, 05.05, 05.50, 06.35 «ГОВОРЯЩАЯ С ПРИЗРАКАМИ». (16+)	23.10 «УЛЬТРААМЕРИКАНЦЫ». (18+)
22.25 «ДОСПЕХИ БОГА: В ПОИСКАХ СОКРОВИЩ». (12+)		23.10 «Историограф». (12+)	

ФЕНИКС+ КИНО	ТВ XXI ВЕК	РОДНОЕ КИНО	КИНОСЕРИЯ
08.00, 16.00, 00.00 «ВОЛЬФ МЕССИНГ: ВИДЕВШИЙ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (16+)	10.00, 18.00, 02.00 «ЖЕНСКИЙ РАЙ». (16+)	01.20 «КРИМИНАЛЬНЫЙ ТАЛАНТ». (12+)	00.30, 01.40, 02.40, 04.00, 04.55, 05.55, 07.00, 08.05 «ВОЕННОПЛЕННЫЕ».
09.00, 17.00 «ОСТРОВ НЕ-НУЖНЫХ ЛЮДЕЙ». (16+)	11.00, 19.00, 03.00 «ИГРА ИХ ЖИЗНИ». (12+)	04.35 «ЧЕРЕЗ ТЕРНИ К ЗВЕЗДАМ». (6+)	09.00, 10.00, 10.55, 11.55, 12.50, 13.45 «Зыбъ». (16+)
10.00, 18.00, 01.00, 02.00 «ОБЩАЯ ТЕРАПИЯ». (16+)	12.45, 20.45, 04.45 «САД». (12+)	07.25 «ПО УЛИЦАМ КОМОД ВОДИЛИ». (6+)	11.20 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИСЯ». (0+)
11.00, 12.00, 19.00, 20.00, 03.00, 04.00 «ТАТЬЯНИН ДЕНЬ». (12+)	14.30, 22.30, 06.30 «БРАВЫЙ СОЛДАТ ШВЕЙК». (12+)	08.40 «ЕСЛИ ВЕРИТЬ ЛОПОТУХИNU». (0+)	14.10 «ОПАСНЫЙ ВОЗРАСТ». (16+)
13.00, 21.00, 05.00 «ЛЮБОВЬ ПО ПРИКАЗУ». (16+)	17.20 «СЛАВЯНСКИЙ САМБАР». (16+)	11.20 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИСЯ». (0+)	16.00 «ЗВЕРОБОЙ». (6+)
14.00, 22.00, 06.00 «ИДЕАЛЬНАЯ ПАРА». (16+)	18.20, 00.20, 08.20 «УБИСТВО В ЛАРОШЕЛИ». (12+)	14.10 «ФАНТОМАС РАЗБУШЕВАЛСЯ». (12+)	19.00 «ФАНТОМАС ПРОТИВ СКОТЛАНД-ЯРДА». (12+)
15.00, 23.00, 07.00 «ЗА ВСЕ ТЕБЯ БЛАГОДАРЮ-2». (12+)	19.20 «ФАНТОМАС». (12+)	21.00 «ФАНТОМАС». (12+)	23.00 «ФАНТОМАС ПРОТИВ СКОТЛАНД-ЯРДА». (12+)

УСАДЬБА	ОХОТА И РЫБАЛКА	ЖИВИ!
00.10 Страйпплощадка. (12+)	04.50 Охотниче оружие. Вопросы эксперту. (16+)	00.00, 13.00, 19.00 Табата-Хард. (12+)
00.40 Букварь дачника. (12+)	05.05 Кулинарное путешествие с Глембом Астафьевым. (16+)	00.30, 13.30, 19.30 Дыхание стретчинга. (12+)
00.55, 04.50 Лавки чудес. (12+)	05.30 Кухня с Сережем Марковичем. (12+)	01.00, 16.30 Танцы. Страт-джаз. (6+)
01.25 Безопасность. (12+)	05.45 Дело вкуса. (12+)	01.30, 11.30, 14.30 Худеем с Марией Корпан. (12+)
01.50 Кухня народов СССР. (12+)	06.00, 22.35 Рыбалка сегодня XL. (16+)	02.00, 15.00, 21.00 Хорошая американская еда с Натаном Лионом. (6+)
02.05 Клумба на крыше. (12+)	06.30, 23.05 Научи меня рыбачить. (12+)	02.30, 10.00, 15.30, 21.30 Фитнес и мотивация с Сергеем Глушко. (12+)
02.15 Урожай на столе. (12+)	07.00, 12.15, 18.10 Поймай монстра. (12+)	03.00, 16.00, 22.00 Первоклассный фитнес. (6+)
02.50 История усадеб. (12+)	07.45 Охотничьи традиции и этика. (16+)	Мы подготовили для вас эффективный комплекс, направленный на проработку различных групп мышц.
03.15 Старинные русские усадьбы. (12+)	08.05, 19.30 Рыбалка-шоу ТВ. (12+)	03.30, 14.00, 20.00, 23.00 Делай тело с Русланом Байрамовым. (12+)
03.40 Лучшие дома. (12+)	08.35, 20.00 Ружейная охота. Первые шаги. (16+)	04.00, 06.00, 08.00 Витамин-шоу. Кофе со звездой. (12+)
04.10 Сам себе дизайнер. (12+)	09.05, 15.35, 20.30 Зов предков. (16+)	04.15, 06.15, 08.15 Витамин-зарядка. (12+)
04.25 Домашняя косметика! (12+)	09.35 На рыбалку с ходят. (12+)	04.30, 06.30, 08.30 Витамин-йога. (12+)
04.40 Баня - женского рода. (12+)	10.10, 21.30 Рыбалка сегодня. (16+)	04.45, 06.45, 08.45 Витамин-завтрак. (12+)
05.20 Сравнительный анализ. (16+)	10.20, 21.45 Универсальный фидер. (12+)	05.00, 07.00, 09.00, 18.00 Йога Reflex с Ириной Нельсон. (12+)
05.45 Чужеземцы. (12+)	11.10, 17.35 Африканское сафари. (16+)	05.30, 07.30, 09.30, 20.30 Боди-балет. (12+)
06.00, 10.10, 14.05, 18.05, 22.20 Большие идеи для маленьких садов. (16+)	11.40, 19.00 В поисках хорошего клева. (12+)	10.30, 17.00, 22.30 Пилатес изнутри. (6+)
07.05, 15.05, 19.05, 23.25 Варенье. (12+)	12.35 На охотничий тропе с Сергеем Астаховым. (16+)	12.00 Fit BO. (6+)
07.15, 11.40, 15.25, 19.25, 23.45 Дизайн своими руками. (12+)	17.05 Охота в Белоруссию. (16+)	18.30 Гимнастика для беременных. (6+)
07.45, 12.10, 15.55, 19.55 Ремонт для начинающих. (16+)	22.15 Первый лед - последний лед. (12+)	18.45 Проблемные зоны. (6+)
08.15, 12.40, 16.25, 20.25 Старые дачи. (12+)	23.35 Егерский кордон. (16+)	Экспресс-курс. (6+)
08.50, 21.00 Сельсовет. (12+)		
09.05, 17.00, 21.15 Народные умельцы. (1		

СПОРТ

МАТЧ!
НАШ СПОРТ

06.00 Спортивные танцы. «Осенняя Москва-2018». Часть 1-я. (0+) 07.00, 14.55 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». 1/2 финала. (0+) 09.00, 23.00 Новости. (0+) 09.05, 23.05 Первые Международные спортивные зимние игры «Дети Азии». (0+) 09.20 Бильярд. Пул. Евротур. Мужчины. Финал. (0+) 10.55 «Русский бильярд». Итоги 2018 года. (0+) 11.50, 21.10 Футбол. Кубок ФНЛ - 2019. (0+) 12.00 Скейбординг. Кубок мира. (0+) 12.55, 01.20 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+) 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. Прямая трансляция 18.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция 20.55 Точка на карте. (12+) 21.20 Вольная борьба. «Гран-при Ивана Ярыгина». (0+) 23.20 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+) 03.20 Лёгкая атлетика. «Русская зима - 2019». (0+)

EUROSPORT 1

01.30, 06.00, 09.30, 10.00, 12.45, 21.15 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. (0+) 02.00, 05.00, 08.30, 12.00 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахти. Мужчины. Квалификация. (0+) 02.45 Велоспорт. «Вуэльта Валенсия». 3-й этап. (0+) 03.30, 06.30, 10.30 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. 1/2 финала. (0+) 13.15, 18.15 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахти. Прямая трансляция. (0+) 14.30 Горные лыжи. Чемпионат мира. Оре. Мужчины. Скоростной спуск. Прямая трансляция. (0+) 16.00 Велоспорт. «Вуэльта Валенсия». 4-й этап. Прямая трансляция. (0+) 17.30 Лыжное двоеборье. Кубок мира. Лахти. Командный спринт. Прямая трансляция. (0+) 20.20, 20.45 Санный спорт. Кубок мира. Оберхоф. (0+) 22.15 Биатлон. Кубок мира. Кэнмор. Мужчины. Эстафета. Прямая трансляция. (0+)

МУЗЫКА

МУЗ-ТВ

05.00, 08.45 PRO-новости. (16+) 05.15, 12.55 Топ 30 - Русский кругляк недели. (16+) 07.20 Засеки звезды. (16+) 07.30 Караокинг. (16+) 09.00 Золото. (16+) 10.20 Тор чарт Европы плюс. (16+) 11.20 PRO-обзор. (16+) 12.00 Check-IN на МУЗ-ТВ. (16+) Интерактивная программа по заявкам.

15.30 Рождество на «Роза Хутор»-2019. (16+) Большой праздничный концерт. 17.25, 22.55 Золотая лихорадка. (16+) 19.00 Супердискотека 90-х. Радио Рекорд-2018. (16+) Мега-дэнс-марафон от суперзвёзд девяностых! Русские и зарубежные хиты того времени заставят ваши ноги пуститься в пляс! Равнодушных не будет! Включите МУЗ-ТВ и делай громче! 00.00 Несинхрон. (16+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ

МУЛЬ

06.00 «Машины сказки», «Приключения поросенка Фунтика». (0+) 06.30, 20.20 «Маша и Медведь». (0+) 07.00 «Дракоша Тоша». (0+) 07.25 «Домики». (0+) 08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+) 08.30, 21.30 «Четверо в кубе». (0+) 12.10 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+) 13.40 Друзья на все времена. «Чертепок с пушистым хвостом». (0+) 14.00, 22.00 МУЛЬТсюрприз. (0+) 18.00 «Консучи. Чудеса каждый день». (0+) 18.15 «Лунтик и его друзья». (0+) 19.00 МУЛЬТпремьера «Лунтик. Говорящий пёс», «Дервишки: Полёт, Снеговики», «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь. Забота», «Четверо в кубе. Блогер Страшнислав», «Мими-Миши. Чья вина?». (0+) 19.40 «Ми-Мишики». (0+) 20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Подарок для слона», «Кольбелевые миры». (0+) 21.00 «Барбоскины». (0+)

МУЛЬ

05.00 «Пёс Пэт». (6+) 05.30 «Жукики». (6+) 05.55, 07.45 «Мини-Магнеты». (0+) 06.20, 11.00 «Хранитель Лев». (0+) 06.45, 09.05 «Микки и весёлые гонки». (0+) 07.15, 09.35 «Дружные мопсы». (0+) 08.10 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». (0+) 08.40 «Герои в масках». (0+) 10.05 «София Прекрасная». (0+) 10.35 «Елена - принцесса Авала». (0+) 11.35 «Удивительная Ви». (6+) 12.00 «Ходи, Единорог!». (6+) 12.35 «Алиса знает, что делать!». (6+) 14.10 «Утиные истории». (6+) 15.50 «В гости к Робинсонам». (0+) 17.40 «Валл-И». (0+) 19.30 «Ральф». (6+) 21.30 «Я - ЧЕТВЕРТЫЙ!». (16+) 23.40 «Ведьмина служба доставки». (6+) 01.45 «РОБОСАПИЕН». (12+) 03.10 «Семейка Грин в городе». (12+) 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)

КАНАЛ DISNEY

КАНАЛ DISNEY

05.00 «Заботливые мишки. Страна Добра». (0+) 06.45 «Приключения Ам Няма». (0+) 06.55 «Плас-класс». (0+) 07.00 «С добрым утром, малышы!». (0+) 07.30 «Глэс-класс». (0+) 07.40 «Дуда и Дада». (0+) 09.00 «Завтрак на ура!». (0+) 09.20 «Летающие звери». (0+) 10.40 «Пластилиники». (0+) 10.45 «Король караоке». (0+) 11.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 12.30 «Большие праздники!». (0+) 13.00 «Домики». (0+) Действие мультсериала происходит в мире домиков, где все строения могут разговаривать, и у них есть глазки. Домики обычно стоят на месте, но есть и такие, которые умеют передвигаться, например, Гриша - домик-на-колесах. 14.00 «Полли Покет». (0+) 14.50 «Джинглики». (0+) Эта увлекательная история о волшебной стране под названием Хэппилэнд, которая находится где-то выше облаков и даже звёзд. Там живут маленькие человечки - Джинглики, весёлые и звонкие, словно колокольчики. А так как они не любят сидеть на месте, то по всему Хэппилэнду разносится радостный звон и смех.

15.00 «Лунтик и его друзья». (0+) 18.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+) Робокар Поли научит маленьких зрителей основным правилам безопасности на дорогах и в городской среде. 19.10 «Томас и его друзья». (0+) 19.30 «Малышарики». (0+) Малышарики - это ожившие игрушки, обаятельные и невероятно трогательные! 20.25 «Пластилиники». (0+) 20.30 «Спокойной ночи, малышы!». (0+) 20.45 «Барбоскины». (0+) 22.30 «Дикие скричеры!». (6+) 22.55 «Трансформеры. Кибервселенная». (6+) 23.20 «С.О.Б.Е.З.». (6+) 01.05 «Кольбелевые миры». (0+) 01.10 «СамСам». (6+) 02.15 «Боб-строитель». (0+) 03.45 «Паровозик Тишка». (0+)

КАРУСЕЛЬ

05.00 «Летающие звери». (0+) 10.40 «Пластилиники». (0+) 10.45 «Король караоке». (0+) 11.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+) 12.30 «Большие праздники!». (0+) 13.00 «Домики». (0+) Действие мультсериала происходит в мире домиков, где все строения могут разговаривать, и у них есть глазки. Домики обычно стоят на месте, но есть и такие, которые умеют передвигаться, например, Гриша - домик-на-колесах. 14.00 «Полли Покет». (0+) 14.50 «Джинглики». (0+) Эта увлекательная история о волшебной стране под названием Хэппилэнд, которая находится где-то выше облаков и даже звёзд. Там живут маленькие человечки - Джинглики, весёлые и звонкие, словно колокольчики. А так как они не любят сидеть на месте, то по всему Хэппилэнду разносится радостный звон и смех.

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ

СПАС

05.00 Новый день. Новости на СПАСЕ. (0+) 05.55, 06.55 «НАЗНАЧАЕШЬСЯ ВНУЧКОЙ!». (0-) 08.15 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (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 Светлая память. (0+) 15.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+) 16.00 Я тебя люблю. (0+) 17.00 Архимандрит Сергий. (0+) 04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

9 февраля

Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 3. Перенесение мощей свт. Иоанна Златоуста.



Поста нет.

Кто из нас решился бы бросить драгоценную одежду в грязный и гнилой ручей? Осмелитесь ли вы принять драгоценную Кровь Спасителя в сердце, исполненное грехов?»

Блаж. Августин

СОЛНЦЕ (ВОСХОД/ЗАХОД) ФАЗЫ ЛУНЫ

4 февраля	Восход: 8 ч. 17 м. Заход: 17 ч. 09 м. Долгота дня: 8 ч. 52 мин.
Убывающая Луна в знаке Водолея	
5 февраля	Восход: 8 ч. 15 м. Заход: 17 ч. 11 м. Долгота дня: 8 ч. 56 мин.
Новолуние в знаке Водолея	
6 февраля	Восход: 8 ч. 13 м. Заход: 17 ч. 14 м. Долгота дня: 9 ч. 00 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
7 февраля	Восход: 8 ч. 11 м. Заход: 17 ч. 16 м. Долгота дня: 9 ч. 05 мин.
Растущая Луна в знаке Рыб	
8 февраля	Восход: 8 ч. 08 м. Заход: 17 ч. 18 м. Долгота дня: 9 ч. 09 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	
9 февраля	Восход: 8 ч. 06 м. Заход: 17 ч. 20 м. Долгота дня: 9 ч. 13 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	
10 февраля	Восход: 8 ч. 04 м. Заход: 17 ч. 22 м. Долгота дня: 9 ч. 18 мин.
Растущая Луна в знаке Овна	

НАШ КАЛЕНДАРЬ С 4 ПО 10 ФЕВРАЛЯ

ЭТОДЕНЬ В ИСТОРИИ

4 ФЕВРАЛЯ



В 1856 году были обнаружены останки «неандертальца». В 1720 году Петром I издан указ о сооружении в Петербурге шлагбаумов.

5 ФЕВРАЛЯ

В 1912 году открылась первая выставка Общества художников-авангардистов «Бубновый валет». **6 ФЕВРАЛЯ**

В 1930 году был открыт Центральный академический театр Советской Армии. **7 ФЕВРАЛЯ**

В 1857 году по указу Александра II учреждено Главное общество российских железнодорог.

8 ФЕВРАЛЯ

В 1724 году по указу Петра I образована Российская Академия наук и

художеств. В 1937 году был создан Государственный ансамбль танца СССР под руководством И. Моисеева.

ИМЕНИННИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ПОЗДРАВИТЬ

4 ФЕВРАЛЯ Георгий, Гавриил, Ефим, Макар, Тимофей, Юрий.

5 ФЕВРАЛЯ Агафья, Геннадий, Екатерина, Елизавета.

6 ФЕВРАЛЯ Герасим, Денис, Ксения, Николай, Оксана, Павел.

7 ФЕВРАЛЯ Александр, Анатолий, Борис, Виталий, Владимир, Григорий.

8 ФЕВРАЛЯ Аркадий, Давид, Мария, Павел, Семён, Фёдор.

9 ФЕВРАЛЯ Дмитрий, Иван, Пётр.

10 ФЕВРАЛЯ Акулина, Ефрем, Ираклий, Ольга.

ПРАЗДНИКИ

НЕ ЗАБУДЬ ОТМЕТИТЬ

4 ФЕВРАЛЯ Всемирный день борьбы с раковыми заболеваниями

8 ФЕВРАЛЯ День российской науки

9 ФЕВРАЛЯ День гражданской авиации России

■ День зимних видов спорта в России

10 ФЕВРАЛЯ День памяти Александра Сергеевича Пушкина

НАРОДНЫЕ ПРИМЕТЫ

Тимофеевский мороз ползмы с собой унёс

4 февраля в народном календаре – день Тимофея-полузимника.

Тим

ПЕРВЫЙ	РОССИЯ 1	РОССИЯ	ТВЦ	НТВ	РОССИЯ Культура	СТС	
<p>05.10 «Я ЛЮБЛЮ СВОЕГО МУЖА». (12+) Новости 06.10 «Я ЛЮБЛЮ СВОЕГО МУЖА». (12+) 07.30 «Смешарики. Пинкод». (0+) 07.45 «Часовой». (12+) 08.15 «Здоровье». (16+) 09.20 «Непутевые заметки» с Дмитрием Крыловым. (12+) 10.00 Новости с субтитрами «О чем молчал Вячеслав Тихонов». (12+) 11.10 «Наедине со всеми». (16+) 12.00 Новости с субтитрами «Наедине со всеми». (16+) 13.00 «Жаркие. Зимние. Твои». К 5-летию Открытия сочинской Олимпиады. (12+) 14.15 «Три аккорда». (16+) 16.15 «Александр Михайлов. Только главные роли». (16+) 17.15 «МУЖИКИ!...» (12+)</p> 	<p>04.35 «СВАТЫ». (12+) 06.35 «Сам себе режиссёр» 07.30 «Смехопанорама» Евгения Петросяна 08.00 Утренняя почта 08.40 Местное время. Воскресенье 09.20 «Когда все дома с Тимуром Кизяковым» 10.10 Сто к одному 11.00 Вести 11.25 «Далекие близкие» с Борисом Корчевниковым. (12+) 13.00 «Юмор! Юмор! Юмор!!!» (16+) 16.00 «ЦВЕТОЧНОЕ ТАНГО». (12+) Россия, 2018 г. Мелодрама. В ролях: Алена Константинова, Денис Васильев.</p> 	<p>05.50 «ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ». (12+) 07.40 «Фактор жизни». (12+) 08.15 Большое кино. 08.50 «НЕВЕЗУЧИЕ». (12+) 10.40 «Спасите, я не умею готовить!» (12+) 11.30 События 11.45 «ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПРЕСТУПНИК». (0+) СССР, 1964 г. Детектив. В ролях: Александр Демьяненко, Алина Покровская. 13.35 «Смех с доставкой на дом». (12+) 14.30 Московская неделя 15.00 «Хроники московского быта. Наследники звёзд». (12+) 15.55 «Хроники московского быта. Предчувствие смерти». (12+) 16.40 «Прощение. Анна Сахомина». (16+) 17.35 «МОЙ ЛУЧШИЙ ВРАГ». (12+)</p>	<p>04.50 «Звезды сошлись». (16+) 06.20 «Центральное телевидение». (16+) 08.00 Сегодня 08.20 Их нравы. (0+) 08.35 «Кто в доме хозяин?» (12+) 09.25 Едим дома. (0+) 10.00 Сегодня 10.20 Первая передача. (16+) 11.00 Чудо техники. (12+) В новом выпуске программы «Чудо техники» Сергей Малозёмов расскажет о пирсинге: «тоннели», драгоценные камни в глазном яблоке и серёжки в веке - кто решается на такие трансформации с собственным телом и что об этом думают психологи. 11.55 Дачный ответ. (0+) 13.00 «НашПотребНадзор». (16+) 14.00 «У нас выигрывают!» (12+) 15.05 Своя игра. (0+) 16.00 Сегодня 16.20 Следствие вели... (16+) 18.00 Новые русские сенсации. (16+) 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой 20.10 «ПЁС». (16+)</p>	<p>04.50 «Звезды сошлись». (16+) 06.20 «Центральное телевидение». (16+) 08.00 Сегодня 08.20 Их нравы. (0+) 08.35 «Кто в доме хозяин?» (12+) 09.25 Едим дома. (0+) 10.00 Сегодня 10.20 Первая передача. (16+) 11.00 Чудо техники. (12+) В новом выпуске программы «Чудо техники» Сергей Малозёмов расскажет о пирсинге: «тоннели», драгоценные камни в глазном яблоке и серёжки в веке - кто решается на такие трансформации с собственным телом и что об этом думают психологи. 11.55 Дачный ответ. (0+) 13.00 «НашПотребНадзор». (16+) 14.00 «У нас выигрывают!» (12+) 15.05 Своя игра. (0+) 16.00 Сегодня 16.20 Следствие вели... (16+) 18.00 Новые русские сенсации. (16+) 19.00 «Итоги недели» с Ирадой Зейналовой 20.10 «ПЁС». (16+)</p>	<p>06.30 «Сказка о царе Салтане» 07.30 «СИТА И РАМА» «Обыкновенный концерт с Эдуардом Эфировым» «Мы - грамотеи!» «ОТАРОВА ВДОВА» «Письма из провинции» Диалоги о животных «Маленькие секреты великих картин» «РУСЛАН И ЛЮДМИЛА». (0+) 13.00 «Петр Капица. Опыт постижения свободы» Фильм посвящен выдающемуся ученому, лауреату Нобелевской премии по физике Петру Капице. Он не стеснялся лично критиковать Лаврентия Берия, убеждать Сталина в неверности суждений или комментировать решения научной элиты с гневным сарказмом. 14.00 «Пешком...» «Ближний круг Игоря Якуповича» «Романтика романса» Новости культуры с Владиславом Фляровским 20.10 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (6+)</p>	<p>06.00 Ералаш. (0+) «Приключения Кота в сапогах». (6+) 07.40 «Три кота». (0+) 08.05 «Царевны». (0+) 09.00 «Шоу «Уральских пельменей». (16+) 11.35 «УБРАТЬ ПЕРИСКОП». (0+)</p>	
<p>19.15 «Премьера. «Главная роль». (12+) 21.00 «Толстой. Воскресенье» 22.30 «Что? Где? Когда?» Дети ХХI века. (12+) 23.45 «ВЕЛИКОЛЕПНАЯ СЕМЕРКА». (16+) США, 2016. Приключенческий фильм. В ролях: Дензел Вашингтон, Крис Пратт. 02.15 «МОРСКОЙ ПЕХОТИНЕЦ: ТЫЛ». (16+) 03.50 «Давай поженимся!» (16+)</p>	<p>20.00 Вести недели 22.00 Москва. Кремль. Путин 23.00 «Воскресный вечер с Владимиром Соловьевым». (12+) 00.30 «Корона под молотом». (12+) 01.55 «РОМАНОВЫ. ВЕНЧАЮЩАЯ СЕМЬЯ». (12+)</p>	<p>Россия, 2017 г. Детектив. В ролях: Марина Митрофанова, Валентин Томусик. Бизнесмены Игнатьев и Бондарев - не только со-владельцы крупной корпорации, но и лучшие друзья. 21.20 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-4». (12+) 00.10 События 00.30 «ЖЕНЩИНА В БЕДЕ-4». (12+) 01.35 «СРАЗУ ПОСЛЕ СОТВОРЕНИЯ МИРА». (16+)</p>	<p>23.35 «ЛА-ЛА ЛЕНД». (16+) США, 2016 г. Мюзикл. В ролях: Эмма Стоун, Райан Гослинг, Дж.-К. Симmons. История любви двух безнадёжных мечтателей. 02.00 «ШИК». (12+) 04.10 «МОСКВА. ТРИ ВОЗАЛА». (16+)</p>	<p>05.50 Петровка, 38. (16+)</p>	<p>17.10 «Пешком...» 17.40 «Ближний круг Игоря Якуповича» 18.35 «Романтика романса» Новости культуры с Владиславом Фляровским 20.10 «СТАРШАЯ СЕСТРА». (6+)</p>	<p>21.45 «Белая студия» 22.25 «ЕЛЕНА». (18+)</p>	<p>Мальта - США, 2017 г. Драма. Кеннет Брана, Ненелопа Крус. На роскошном поезде под названием «Восточный экспресс» группа из тринадцати пассажиров совершает путешествие по Европе.</p>
<p>05.00 «СЕДЬМАЯ РУНА». (16+) Светская хроника. (16+) «Моя правда». (12+) 10.00 Светская хроника. (16+) «Вся правда об... автомобилиях». (16+) Кто стоит за продуктовым заговором? Как сколачивают миллиарды на нашем здоровье? Учёные бьют тревогу: пища, которую мы едим, меняет состав человеческого тела. Почему батон белого хлеба больше не засыхает? Неспроста. (16+) 13.05 Загадки подсознания. (16+) 14.05 «ДОЗНАВАТЕЛЬ-2». (16+)</p>	<p>06.00 «ВОЙНА НА ЗАПАДНОМ НАПРАВЛЕНИИ». (12+) 09.00 «Новости недели» с Юрием Подкопаевым 09.25 «Служу России» 09.55 «Военная приемка». (6+) 10.45 «Код доступа». (12+) 11.30 «Скрытые угрозы» с Николаем Чиндяйкиным. (12+) 12.35 «Специальный репортаж». (12+) 13.00 Новости дня 13.15 «Легенды госбезопасности». (16+) 14.05 «МАРШ-БРОСОК-2». (16+)</p>	<p>05.50 16.55 «КРИЗИС СРЕДНЕГО ВОЗРАСТА». (16+) 07.20 11.45 01.10 «Эхал грека. Путешествие по настоящей России». (12+) 08.05 23.15 «Нормальные ребята» 08.45 «БАТЕЛЬ». (12+) 10.45 «Домашние животные» 11.15 19.45 «Моя история». (12+) 12.30 «Гамбургский счёт». (12+) 13.00 15.00 Новости 13.05 15.05 «ОБРАТНЫЙ СЧЁТ». (12+) 16.20 «Фигура речи». (12+) 18.30 «Вспомнить всё». (12+) 19.00 ОТражение недели 20.10 «АГЕНТ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ-5». (16+) 21.45 «КИТАЙСКАЯ БАБУШКА». (12+)</p>	<p>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 Новости 06.15 08.15 11.15 14.15 17.15 22.15 01.15 03.15 05.15 Сеть. (12+) 06.30 09.15 10.15 13.15 16.15 17.30 18.30 19.15 19.30 20.15 21.15 21.30 00.30 02.15 02.30 05.30 Специальный репортаж. (12+) 07.15 15.15 23.15 00.15 Простые решения. (12+) 07.30 14.30 20.30 01.30 Сделано в Москве. (12+) 08.30 16.30 03.30 «Познавательный фильм». (12+) 09.30 13.30 22.30 Фанимани. (12+) 10.30 23.30 «Наизнанку». (12+) 11.30 12.15 18.15 04.15 «Климат-контроль». (12+) 12.30 15.30 04.30 «ТОП-Сеть». (12+)</p>	<p>06.00 «Самое яркое». (16+) 08.00 «Зима в Подмосковье». (12+) 08.30 План действий 09.00 Новости 360 09.20 «Вкусно 360». (12+) 11.00 Будни 12.00 Новости 360 12.30 «Агент ЖКХ». (12+) 13.20 «Индизайн». (12+) 14.20 «Все просто!» (12+) 14.30 План действий 15.00 Новости 360 15.20 «АКАДЕМИЯ». (12+) 19.30 «ДоброДел 360». (12+) 20.00 Новости 360 20.30 План действий 21.00 «Самое яркое». (16+) 23.00 «ОСЕННИЕ ЦВЕТЫ». (12+)</p>	<p>06.00 10.00 «Мультиустро». (0+) «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (6+) 11.35 «За кулисами славы». (12+) 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+) 16.35 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+) 20.25 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (12+)</p>	<p>06.00 10.00 «Мультиустро». (0+) «СВИНАРКА И ПАСТУХ». (6+) 11.35 «За кулисами славы». (12+) 12.05 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 13.00 «СЛЕДСТВИЕ ВЕДУТ ЗНАТОКИ». (12+) 16.35 «ЧАСТНОЕ ЛИЦО». (12+) 20.25 «МЫ, НИЖЕПОДПИСАВШИЕСЯ». (12+)</p>	
<p>01.05 «АМЕРИКЕН БОЙ». (16+) «Страх в твоем доме». (16+)</p>	<p>18.00 «Легенды советского сыска». (16+) 23.00 «Фетисов». (12+) 23.45 «ОБРАТНЫЙ ОТСЧЕТ». (16+) 03.20 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+) 04.50 «Города-герои». (12+)</p>	<p>03.20 «СУВЕНИР ДЛЯ ПРОКУРОРА». (12+) 04.50 «Города-герои». (12+)</p>	<p>03.00 «Культурный обмен». (12+) 03.45 «Календарь». (12+)</p>	<p>02.20 «Отдых 360». (12+) 03.00 «Самое яркое». (16+)</p>	<p>03.55 04.45 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+) 05.30 «МИСС МАРПЛ». (12+) 02.30 «Звёзды советского экрана». (12+) 03.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 03.55 «Тайны кино». (12+) 04.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 05.30 «Вспомнить все». (12+)</p>	<p>03.55 04.45 «ПОЕЗД ВНЕ РАСПИСАНИЯ». (12+) 05.30 «МИСС МАРПЛ». (12+) 02.30 «Звёзды советского экрана». (12+) 03.00 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 03.55 «Тайны кино». (12+) 04.45 «Раскрывая тайны звёзд». (12+) 05.30 «Вспомнить все». (12+)</p>	

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

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

РЕН	ТНТ	ТНТ	ТВ3	ТВ-3	ЧЕ	ЧЕ	МАТЧ!	МАТЧ	ДОМАШНИЙ
05.00 04.30 «Территория заблуждений» с Игорем Прокопенко. (16+) 08.10 «МЕРЦАЮЩИЙ». (16+) 10.00 «ДВА СТВОЛА». (16+) 12.00 «ШИРОКО ШАГАЯ». (16+) 13.30 «ДЖУМАНДЖИ». (12+) США, 1995 г. Приключения. Робин Уильямс, Кирстен Данст. Алан Пэрриш случайно обнаруживает настольную игру «Джуманджи»... 15.30 «ДЖУМАНДЖИ: ЗОВ ДЖУНГЛЕЙ». (16+) 18.00 «СОКРОВИЩЕ АМАЗОНКИ». (16+) 20.00 «2012». (16+)	07.00 Где логика? (16+) 09.00 Дом-2. Lite. (16+) 10.00 Дом-2. Остров любви. (16+) 11.00 Перезагрузка. (16+) 12.00 «СУПЕРБОБРОВЫ. НАРОДНЫЕ МСТИТЕЛИ». (12+)	06.00 10.00 «Мультифильмы». (0+) «ЭЛЕМЕНТАРНО». (16+) Брат Шерлока Майкрофт просит помощи в расследовании убийства. В деле замешана Найджелла Мэйсон – бывшая невеста Майкрофта... 14.15 16.15 18.45 «Однажды в России». (16+) «Экстасенсы. Битва сильнейших». (16+) В этом выпуске две истории. В первой Александр Кинжинов и Виктория Райдос познакомятся с 27-летним Женей... 22.00 «Stand Up». (16+) 23.00 Дом-2. Город любви. (16+) 00.00 Дом-2. После заката. (16+) 01.05 01.40 «Такое кино!» (16+) «ЛЮБОВЬ СКВОЗЬ ВРЕМЯ». (12+)	Франция, 2000 г. Триллер. Жан Рено, Венсан Кассель, Надя Фарес. Пьер Ньеман, детектив из Парижа, приезжает в городок Гернон, расположенный во французских Альпах, для расследования убийства. 21.00 «ИМПЕРИЯ ВОЛКОВ». (16+) 23.45 «ПОЛЕТ ФЕНИКСА». (12+) 02.00 «АНАКОНДА: ЦЕНА ЭКСПЕРИМЕНТА». (16+) 03.45 «АНАКОНДА: КРОВАВЫЙ СЛЕД». (16+) 05.00 «Предсказания на 30-ти языках». Эдгар Кейси. (12+) 05.45 «Мультифильмы». (0+)	06.00 06.30 08.30 09.30 11.00 «Мультифильмы». (0+) «БЕЗ ИЗЬЯНА». (16+) «Улетное видео. Лучшее». (16+) «Каламбур». (0+) «ВЫШИБАЛЫ». (12+)	США, Германия, 2004 г. Комедия. Винс Вон, Кристин Тейлор, Рип Торн. Владелец крупной сети фитнес-центров готовит очередное поглощение. На очереди – районный спортзал, принадлежащий группе друзей. Чтобы сохранить зал, друзьям нужно срочно найти 50 тысяч долларов. 13.00 «ВИКИНГИ». (16+) Ирландия, Канада, 2016 г. Историческая драма. Трэвис Фиммел, Клави Стэнден, Кэтрин Уиннек. Сериал рассказывает об отряде викингов Рагнара. Он восстал, чтобы стать королём племён викингов. Норвежская легенда гласит, что он был прямым потомком Одина. 22.35 23.35 04.15 «+100500». (16+) «ПОБЕГ». (16+) «Мультифильмы». (0+)	06.00 Чемпионат мира по сноубордингу и фристайлу. Пр.тр. 06.15 Футбол. «Парма» - «Интер». Чемпионат Италии. (0+) 08.05 09.45 0945 Биатлон. Кубок мира. Эстафета. Мужчины / Женщины. (0+) 11.25 11.35 16.25, 22.10 Новости Футбол. «Атлетико» - «Реал». Чемпионат Испании. (0+) 13.25 16.30, 23.00, 01.10 Все на Матч! 13.55 Хоккей. Россия - Чехия. Евротур. «Шведские игры». Пр.тр. 17.05 Гандбол. Лига чемпионов. Женщины. Пр.тр. 18.55 Футбол. Чемпионат Англии. Пр.тр. 20.55 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Мужчины. Пр.тр. 22.20 Конькобежный спорт. Чемпионат мира на отдельных дистанциях. (0+) 23.40 Биатлон. Кубок мира. Масс-старт. Женщины. Пр.тр. 01.40 Шорт-трек. Кубок мира. Трансляция из Италии. (0+) 02.10 Горнолыжный спорт. Чемпионат мира. (0+) 03.10 03.40 «КиберАрена». (16+) Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. (0+) 05.40 «Десятка!» (16+)	06.30 07.50 09.45 14.00 19.00 18.00 23.00 05.25 «6 кадров». (16+) «ДВА БИЛЕТА В ВЕНЕЦИЮ». (16+) «КОГДА МЫ БЫЛИ СЧАСТЛИВЫ». (16+) Россия, 2009 г. Мелодрама. Светлана Ходченкова, Алексей Зубков, Ольга Машная. Жизнь Глеба катится под откос после предательства друга. Он теряет работу, уходит в запой... «КОГДА НА ЮГ УЛЕТЯТ ЖУРАВЛИ...» (16+) «ПОНАЕХАЛИ ТУТ». (16+)	Россия, 2011 г. Мелодрама. Евгения Кречевская, Мария Голубкина. Когда-то Татьяна приехала из провинциального города в Москву и всего добилась сама благодаря железной хватке и характеру. 00.30 02.15 05.35 «ОДНАЖДЫ В НОВЫЙ ГОД». (16+) «Сдаётся! С ремонтом». (16+) «Домашняя кухня». (16+)	
США, 2009 г. Фантастика. Джон Кьюсак, Аманда Пит, Тэнди Ньютон. Согласно календарю индейцев Майя, в 2012 году планеты солнечной системы окажутся на одной линии друг с другом, что приведет к глобальным природным катаклизмам. 23.00 Добров в эфире. (16+) 00.00 «Военная тайна» с Игорем Прокопенко. (16+)	03.45 THT Music. (16+) 04.15 «Stand Up». (16+) 05.05 Импровизация. (16+)								

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.

Илья Сергеевич шмыгнул носом. Ну что за странная зима? Вчера мороз 16 градусов, сегодня ноль. Все течет, грязь, слякоть. И, как назло, машина маме понадобилась, пришлось на работу общественным транспортом добираться.

Ноги, конечно, промокли, руки без забытых на тумбочке в коридоре перчаток замерзли. Не успел войти, заварить себе чаю, как поступил вызов. Ограблена квартира. И конечно, никого, кроме Ильи Сергеевича, не нашлось, кто бы мог поехать. Снова сунув ноги в мокрые ботинки, намотав на шею потуже теплый шарф, раздосадованный следователь вышел из отделения.

Адрес нашел не сразу. Проехал на маршрутке лишний квартал, а возвращаясь пришлось пешком. Поскользнулся у входа в нужный подъезд, чуть



не упал, выругался. Наконец добрался до искомой квартиры, позвонил... еще раз позвонил, потом еще. Лишь с третьего раза ему соизволили открыть.

Заспанный мужчина внушил вида застыл в дверях, с недоверием изучая невысокого рыжеволосого следователя. Илья Сергеевич нервно слегкнул, ослабил шарф на шее,

миловидная женщина на средних лет встретила виноватой улыбкой:

Я в пансионате несколько дней была. Вернулась и обнаружила пропажу шкатулки с украшениями, денег. Хоть и немноготам было, но все же... И картина пропала. Сурикова. Покойный муж ее очень любил. Витенька, сын, продать ее хотел, но мне она дорога была как память об Алеше.

– Ну и зря что не прошли, – снова зевнул «Витенька». – Теперь вот ни картины, ни денег. На обед у нас чего? – поднял он крышку с кастрюли и заглянул внутрь.

– Виктор, а вы, собственно, где были все те дни, что ваша мама отдыхала в пансионате? – Илья Сергеевич снизу-вверх взглянул на мужчину. Тот снова удивленно посмотрел на следователя и ответил, растигая слова:

– Это правда, правда, – закивала женщина. – Мы созванивались все время. Да вот и сегодня я первая приехала. И лишь когда пропажу обнаружила, Витеньке позвонила.

Угу, – отозвался тот и заглянул в сковороду, громыхнув тяжелой крышкой.

Следователь подошел к окну, выглянул на улицу, постоял в задумчивости. Тронул капли влаги на листьях стоящих на подоконнике пышно цветущих орхидей. Растир между пальцами вязкую жидкость.

– То есть вчера дома никого не было?

– Нет, – хором ответили мать и сын.

– И замки оказались не сломаны, окна не разбиты?

– Нет, – все такой же дружный хор голосов.

Илья Сергеевич задумался.

И что, совсем ничего нельзя сделать? – огорченно спросила женщина. – Даже попытаться как-то это расследовать?

Следователь вздохнул, с тоской посмотрел на Витеньку, таскавшую из сковороды прямо руками бруски жареной картошки и отправлявшую их в рот.

– Ну почему же? Можно, – ответил он. – Только для этого мне придется допросить вашего сына в отделении.

Любовь АНИНА

Почему Илья Сергеевич решил, что ограбить квартиру матери мог Виктор?

Ответ читайте в след. номере «Телека».



Ответ на загадку в № 4: в записке каждая буква алфавита заменена на последующую (например, В на Г). Если подставить все буквы правильно, то получится: «в коробке с красной лентой разгадка дела об угоне грузовика».

СПОРТ



- 06.00 Спортивные танцы. «Осенняя Москва-2018». Часть 2-я. (0+)
- 07.00 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». 1/2 финала. (0+)
- 09.00, 23.00 Новости. (0+)
- 09.05, 23.05 Первые Международные спортивные зимние игры «Дети Азии». (0+)
- 09.20 Волейбол. Чемпионат России. Женщины. (0+)
- 11.15 Вид сверху. (0+)
- 11.45, 21.10 Футбол. Кубок ФНЛ - 2019. (0+)
- 11.55, 14.55 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». Прямая трансляция
- 13.55 Парусный спорт. Национальная парусная лига 2018. V этап. (0+)
- 16.55 Волейбол. Чемпионат России. Мужчины. Прямая трансляция
- 18.55, 03.20 Настольный теннис. Лига европейских чемпионов. (0+)
- 21.20 Вольная борьба. «Гран-при Ивана Ярыгина». (0+)
- 23.20 Баскетбол. Кубок России. Мужчины. «Финал четырех». Финал. (0+)
- 01.20 Волейбол. (0+)
- 05.30 Мир бильярда. (0+)

МУЗЫКА



- 10.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
- 10.55 Русский чарт. (16+)
- 10 самых горячих треков страны, которые каждую неделю выбираешь именно ты!
- 12.00 Премия МУЗ-ТВ 2018. «Трансформация». Режиссёрская версия. (16+)
- 09.00, 17.55 Хиты планеты. Топ 5. (16+)
- Обратный отсчёт самых популярных клипов в одной из стран мира - от Бразилии до Исландии.
- 09.25 PRO-обзор. (16+)
- Важнейшие события мирового шоу-бизнеса за неделю
- 10.00 #ЯНАМУЗ-ТВ. (16+)
- 10.55 Русский чарт. (16+)
- 10 самых горячих треков страны, которые каждую неделю выбираешь именно ты!
- 12.00 Премия МУЗ-ТВ 2018. «Трансформация». Режиссёрская версия. (16+)
- 18.30 Звёздный допрос. Прямой эфир. (16+)
- 19.00 Партийная ZONA. Прямой эфир. (16+)
- 20.45 Топ 30. Крутяк недели. (16+)
- 23.00 10 sexy. (16+)
- 00.00 Несприннер. (16+)

Благодарим
Радио ВЕРА
за помощь
в подготовке
публикации



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



социальная
реклама

(12+)

ДЕТСКИЕ КАНАЛЫ



- 06.00 «Машины сказки», «Приключения поросенка Фунтика». (0+)
- 06.25, 20.20 «Маша и Медведь». (0+)
- 07.00 «Дракоша Тоша». (0+)
- 07.25 «Домики». (0+)
- 08.00 «Робокар Поли и его друзья». (0+)
- 08.30, 21.30 «Катя и Эф. Куда-угодно-дверь». (0+)
- 03.30, 06.30 Снукер. Мировой Гран-при. Престон. 1/2 финала. (0+)
- 05.00, 09.30 Прыжки на лыжах с трамплина. Кубок мира. Лахти. Мужчины. (0+)
- 10.30, 12.00 Санитный спорт. Кубок мира. Оберхоф. (0+)
- 11.00, 12.30 Санитный спорт. Кубок мира. Лахти. Прямая трансляция. (0+)
- 14.15, 20.00 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахти. (0+)
- 15.30 Лыжные гонки. Кубок мира. Лахти. Прямая трансляция. (0+)
- 16.45 Велоспорт. «Вуэльта Валенсии». 5-й этап. Прямая трансляция. (0+)
- 18.00 «Фиксики». (0+)
- 19.00 «МульТремьера! «Боб добр. На испуг», «Домики. Телеграф», «Волшебный фонарь. Гадкий утенок», «Котики, вперед! Сойдёт и так», «Идеальный друг». (0+)
- 19.25 «Ми-Мишики». (0+)
- 20.00 Сказка на ночь. «Машины сказки», «Клад», «Кольбельные миры». (0+)
- 21.00 «Барбоскины». (0+)



- 06.06 «Смешарики». (0+)
- 07.56 «Жила-была царевна». (6+)
- 08.03 «Раскраска». (0+)
- 08.07 «Машинки». (0+)
- 08.15 «Облачата». (0+)
- 08.28, 09.38, 15.35, 15.48, 20.52, 22.12 Мультифильмы. (6+)
- 08.49 «Три лягушонка». (6+)
- 09.19 «Весёлая карусель». (6+)
- 09.29 «Бабушкин зонтик». (0+)
- 09.58, 10.25, 10.55 «Почемучка». (6+)
- 10.11, 10.41, 11.09 Почемучка. Астрономия. (6+)
- 11.26 «Смурфики». (0+)
- 13.56 «Жирафа». (6+)
- 15.15 «Необыкновенный матч». (0+)
- 16.08 «Серый волк & Красная шапочка». (12+)
- 16.37 «Карлик Нос». (6+)
- 17.59 «КАНИКУЛЫ МАЛЕНЬКОГО НИКОЛИ». (6+)
- 19.36 «Новые приключения Бабки Ежки». (6+)
- 22.02 «Ну, погоди!». (12+)
- 22.21 «Крылатый, мохнатый да масляный». (0+)
- 22.33 Girls only. (6+)



- 05.00 «Пёс Пэт». (6+)
- 05.30 «Жукики». (6+)
- 05.55, 07.45 «Мини-Малепты». (0+)
- 06.20, 11.00 «Хранитель Лев». (0+)
- 06.45, 09.05 «Микки и весёлые гонки». (0+)
- 07.15, 09.35 «Дружные мопсы». (0+)
- 08.10 «Доктор Плюшева: Клиника для игрушек». (0+)
- 08.40 «Герой в масках». (0+)
- 10.05 «София Прекрасная». (0+)
- 10.35 «Елена - принцесса Авала». (0+)
- 11.35 «Удивительная Ви». (6+)
- 12.00 «Ходи, Единорог!». (6+)
- 12.35 «Алиса знает, что делать!». (6+)
- 14.10 «Гравити Фолз». (12+)
- 15.40 «Робинзон Крузо: Очень обитаемый остров». (6+)
- 17.35 «Ральф». (6+)
- 19.30 «Валл-И». (0+)
- 21.30 «РОБОСАПИЕН». (12+)
- 23.20 «Я - ЧЕТВЕРТЬНЫЙ». (16+)
- 01.20 «СКОЛЬЗЯЩИЕ ПО НЕБУ». (6+)
- 02.50 «Мой друг - призрак». (12+)
- 04.15 Музыка на Канале Disney. (6+)



- 05.00 «Белка и Стрелка: Озорная семейка». (0+)
- 07.05 «Magic Songs». (0+)
- 07.10, 22.45 «Облачный хлеб». (0+)
- 08.35, 16.35, 22.40 «Играем вместе». (0+)
- 08.40 «Летающие звери». (0+)
- 09.35 «Оранжевая корова». (0+)
- 09.40, 13.20, 01.45 «Три!». (0+)
- 10.00 О! Кино! «Белка и Стрелка. Звёздные собаки». (0+)
- 11.30 «Три кота». (0+)
- 13.35 «Союзмультифильм». (0+)
- 14.25 «Мой музей». (0+)
- 14.30 «Ляпик едет в Окидо». (0+)
- 16.40 «Пег + Кот»
- 17.55 «Magic Songs». (0+)
- 18.00 О! Кино! «Синдбад. Пираты семи штормов». (6+)
- 19.15 «Белка и Стрелка: Озорная семейства». (0+)
- 22.35 «Оранжевая корова». (0+)
- 00.10 «Йоко». (0+)
- 02.00 О! Кино! «Три богатыря и Морской царь». (6+)
- 03.10 «Смешарики. Новые приключения». (0+)
- 22.33 Girls only. (6+)

ПРАВОСЛАВНЫЙ КАНАЛ



- 16.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
- 17.00 Парсуну. С Владимиром Легойдой. (0+)
- 17.55 Святитель Лука (Войно-Ясенецкий). Цикл: День Ангела. (0+)
- 18.15 «УРОКИ ФРАНЦУЗСКОГО». (0+)
- 19.45 Следы Империи. (0+)
- 21.20 Бесогон. Авторская программа Никиты Михалкова. (12+)
- 22.00 Шипков. (0+)
- 22.30 «ПРИЕЗЖАЯ». (0+)
- 08.00, 04.05 Мультфильмы на СПАСЕ. (0+)
- 08.15, 04.30 Тайны сказок с Анной Ковальчук. (0+)
- 08.30 Две сестры. Кулинарная программа. (0+)
- 09.00 Завет. (0+)
- 10.00 Божественная литература. Прямая трансляция. (0+)
- 13.00 Осанна. (0+)
- 14.00 Встреча. (0+)
- 15.00 Святыни России. (0+)
- 16.00 Как я стал монахом. (0+)
- 04.45 День Патриарха. (0+)

Православный календарь

10 февраля

Седмица 37-я по Пятидесятнице. Глас 4. Собор новомучеников и исповедников Церкви Русской.

При. Ефрема Сирина. Прп. Феодосия Тотемского. Прп. Палладия пустынника. Прп. Исаака Сирина, еп. Ниинийского. Прп. Ефрема Новоторжского. Прп. Ефрема Печерского, еп. Переяславского. Св. Феодора исп., пресвитера. Сщмч. Игнатья, еп. Скопинского. Сщмч. Владимира пресвитера и прмч. Варфоломея. Мц. Ольги. Прп. Леонтия исп. Суморинской-Тотемской иконы Божией Матери. Поминование всех усопших, пострадавших в годину гонений за веру Христову.

Поста нет.

«Познавший свой прегрешения имеет силу и над языком своим; а многолаливый еще не познал себя, как должно». Прп. Иоанн Лествичник

ДОРОГА К ХРАМУ

КАК БЫТЬ,
ЕСЛИ НЕ УВЕРЕН,
ЧТО ПОКАЯЛСЯ?

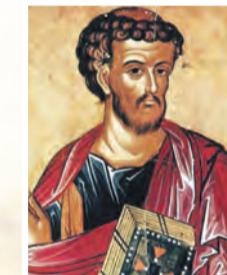
Перед предстоящей исповедью записала все свои грехи на листочек (так мне както проще). На исповеди в храме сильно волновалась. И вот теперь не уверена, что прочла все грехи, которые записала на листок. Вдруг в каком-то грехе не покаялась... Как быть? Татьяна Николаевна

И споведь правильная. На следующей исповеди расскажите о своем затруднении священнику.

КАКИЕ МОЛИТВЫ ЧИТАТЬ НОЧЬЮ?

Я серьёзно заболела, целыми днями лежу в постели, стала очень плохо спать ночью. Никак не могу уснуть и засыпаю под утро, просыпаюсь к обеду. Можно ли читать утренние молитвы ночью? Дарья Владимировна, Новая Москва

Молитвы утренние и вечерние так и называются, потому что первые читаем перед началом нового дня, вечерние – в конце дня. В случае бессонницы можно читать Евангелие, каноны, жития святых, акафисты, псалтыри, просто молиться.



ди скорее, ибо сегодня надоно Мне быть у тебя в доме.

И он поспешно сошел и принял Его с радостью. И все, видя то, начали роптать, и говорили, что Он зашел к грехному человеку; Закхей же, став, сказал Господу: Господи! половину имени моего я отдам нищим, и, если кого чем обидел, воздам вчетверо. Иисус сказал ему: ныне пришло спасение дому сему, потому что и он сын Авраама, ибо Сын Человеческий пришел взыскать и спасти погибшее.

Публикуемый отрывок из Евангелия от Луки будет читаться в православных храмах в воскресенье, 10 февраля.



Комментирует
священник
Дмитрий
Баричкин

У древнего историка Иосифа Флавия есть довольно подробные описания города Иерихона. Через него проходили пути караванов, бойко шла торговля, вращались немалые деньги. Все денежные операции облагались налогами. Налоги собирали мытарии. Мытарей ненавидели. Не только за то, что они работали на захватчиков, но и за то, что свою работу они зачастую исполняли грязно и подло. А Закхей был не просто мытарем. Он был их начальником. Закхей ненавидели не только сограждане, но и его же коллеги, которых он обирали так же, как простых людей. И вот, представьте: из всего огромного города Господь обращается именно к нему! Потому же Господь делает такой выбор?

Давайте представим, как ведет себя человек, который знает, что все окружающие ненавидят его, презирают и боятся? Он везде видит заговор против себя, строит вокруг себя стены, пытается не попадаться на глаза. Закхей же делает все наоборот: идет в толпу, а потом еще у всех на виду забирается на дерево. Для подобной безрассудности необходим очень сильный внутренний импульс. Возможно, Закхею так опроверг его образ жизни, так захотелось что-то изменить, что он и решается на этот совершение отчаянный поступок: хотя бы взглянуть на Того, Кто одним словом может исцелить, выгнать бесов и даже воскресить. «Вот бы Он пришел ко мне и дал силы начать все сначала, по-новому», – думает он. Желание Закхея так сильно, он так исполнен готовности действительно что-то поменять, что Христос обращается именно к нему. Он не только входит под его кров, но в ответ на его решимость дает ему Свое благословение. А то, что слова Закхея не пустышка и не бравадование

перед людьми, говорит церковное предание. Из него мы знаем, что впоследствии он стал преданным последователем Христа и первым епископом Кесарии Палестинской. И ныне Церковь почитает его в лице святых. Каждый из нас, подобно тем жителям Иерихона, желает, чтобы Господь пришел к нему в дом и принес благословение. Не для этого ли мы ходим в храм, исповедуемся и причащаемся? Не для этого ли мы зовем священника, чтобы он благословил детей, окропил машину, освятил квартиру? Однако, несмотря на это, мы не можем увидеть Бога в своей жизни. Ничего не меняется. Сегодняшний эпизод учит нас: для того, чтобы благословение пришло в дом нашей души, мало этого хотеть. Необходима твердая решимость действительно изменить что-то в своей жизни и готовность действовать в соответствии с этим своим желанием. Лишь в этом случае Господь заметит нас и несмотря на нашу греховность придет к нам и даст Свою благодать.

Все объявления на правах рекламы

ОКНА, ОСТЕКЛЕНИЕ

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,
балконы. Замена механизма,
разбитых стекол, регулировка,
утепление, покраска.

ОКНА ПВХ

ОСТЕКЛЕНИЕ БАЛКОНОВ
«ПОД КЛЮЧ»

ВЫНОС • ШКАФЫ
КРЫШИ • ОТДЕЛКА

БЕЗ ПРЕДОПЛАТЫ Пенсионерам – скидки
www.lineokna.ru

8(495)649-97-67, 8(499)394-31-94

от производителя ООО «ЛайнОкна»

от 6 000 р. от 9 000 р. от 10 000 р.

brusbox RENAU

+ + + +

от 18 000 р. + ПОДАРОК

БЕЗ ВЫХОДНЫХ

РЕМОНТ пластиковых алюминиевых деревянных **ОКОН**

любой сложности

- 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

10 лет на рынке

Бесплатная консультация! Осталось лишь позвонить!

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

ЗАВОД

ОКНА ОСТЕКЛЕНИЕ ПВХ, ЕВРОДЕРЕВО ПВХ, АЛ., ДЕРЕВО

Ремонт окон, жалюзи

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

● По доступным ценам!
● Собственное производство!
● Замер, доставка – бесплатно!
● Уборка, демонтаж в подарок!
● Пенсионерам льготы!
● Москитная сетка в подарок!

БАЛКОН от 2000 руб.

RENAU Немецкий профиль + фурнитура «Премиум-класса»

СКИДКА до 57%

8(495) 745-29-54, 8-915-320-75-66

БалконДизайнПроект

до 28 февраля

САМЫЕ БОЛЬШИЕ СКИДКИ!

ЗАВОДСКОЕ ОСТЕКЛЕНИЕ

БАЛКОНОВ И ПОДКЛЮЧЕНИЙ (АЛ., РРОВЕДАЛ., ДЕРЕВО, ПВХ)

Шкаф в подарок

настоящее качество немецкое

Отделка: пластик, дерево, крыши, шкафы, кладка

БЕЗ ВЫХОДНЫХ ПРЕДОПЛАТЫ

ГАРАНТИЙНОЕ ОБСЛУЖИВАНИЕ

8 (495) 664-63-99

МЕБЕЛЬ

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

■ 8 (495) 410-19-77 Обивка и ремонт мягкой мебели. Выбор ткани, кожи. Наличный и безналичный расчет. Вызов мастера бесплатно. www.ovivkameb.ru, 8 (495) 410-19-77

■ 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, кушеток, стульев. Изменение дизайна и формы изделия. БЕСПЛАТНО вывезем изделие в мастерские и привезем, также ремонт на дому. Гарантия 12 месяцев. Договор. Оценка по Ватсон, Вайбер. Огромный выбор материала. Тел. 8-926-795-35-17 мастер Оксана А.

■ 8 (495) 740-79-43 Ремонт и перетяжка диванов, кресел, стульев на дому. Недорого. Тел. 8 (495) 740-79-43

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

БЕСПЛАТНО
■ ВЫЕЗД
■ ДИЗАЙНЕРА
■ ДОСТАВКА
■ ПОДЪЕМ

www.mir-mebely.su

■ 8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25 подушки для софы. Матрасы ортопедические, пружинные, беспружинные. Замена раскладушек в диване. Профессиональная ОБИВКА МЕБЕЛИ. Большой выбор мебельных тканей. Гарантия. Доставка бесплатно. svk-mebel.ru, svkmatras.ru. Тел.: 8 (495) 585-45-12, 8 (495) 585-45-25

АВТО

■ 8 (495) 664-65-88, 8-926-313-90-00 АВТОВЫКУП МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО!!! Аварийные, битые, подержанные, автомобили всех марок купим ДОРОГО в день обращения. Выезд, оценка, снятие с 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, переформирование 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

■ 8 (495) 664-45-62, 8-916-043-44-44 АВТОВЫКУП ДОРОГО, НАДЕЖНО, ЧЕСТНО! Любых моделей и состояний: ПОДДЕРЖАННЫЕ АВАРИЙНЫЕ, НЕИСПРАВНЫЕ, а также ГРУЗОВЫЕ и кредитные! В день обращения. ВЫЕЗД, ОЦЕНКА, ОФОРМЛЕНИЕ БЕСПЛАТНО! Покупаем МАКСИМАЛЬНО ДОРОГО! Гарантия БЕЗОПАСНОЙ СДЕЛКИ! РУССКИЕ ОЦЕНЩИКИ! ДЕНЬГИ НА МЕСТЕ! 8 (495) 664-45-62, 8-916-043-44-44

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, значки, монеты, банкноты, золото, коронки, серебро, бронзу, статуэтки СССР, фарфор, бронзу, картины, книги, фото, открытки, АВТОГРАФЫ, янтарь, шкатулки, дом. архив и т. д. куплю дорого. Выезд-24. Тел. 8-903-666-33-55

■ 8-926-705-30-59 Куплю чугунные, бронзовые, фарфоровые статуэтки ЛФЗ, Гарднера, Кузнецова, самовар, подстаканники, предметы старины до 1960г, 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

■ 8-967-273-29-40 Иконы, серебро 875, 84, 916, 88 пробы, коронки, монеты юбилейные, золото, медаль 1961-93, фарфор, чугунные статуэтки, Касли, Будда, знаки, медали, значки, фото, открытки, книги, янтарь, мельхиор, подстаканник, портсигар, самовар и др КУПЛЮ ДОРОГО Выезд-24. 8-967-273-29-40 Дмитрий, Ирина

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

■ 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 дефектом). Иконы, картины. Янтарь. Значки, награды. Часы. Архивы, грамоты, открытки. Военная форма. 8-916-359-05-00, 8-916-158-60-66 Галина, Сергей

■ 8-916-359-05-00 в КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО: иконы, картины. Значки, награды. Китай до 1970 года: статуэтки, вазы, будды, кость, мебель, панно и др. Янтарь. Фарфор Кузнецова, Гарднера. Статуэтки из фарфора, чугуна, бронзы. Сервизы. Документы, грамоты, открытки. Любую старицу. Выезд. Оценка. 8-916-359-05-00 Галина, Сергей

■ 8-903-544-38-10 Коллекцию монет, значков, марок, фарфор, чугун, статуэтки, Будды, нагрудные знаки, янтарь, подстаканник, портсигар, 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 Наталья, Сергей

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

■ 8 (495) 508-53-59 Модели Авто, железная дорога, старые фото, военную форму, фарфор, хрусталь, подстаканники, самовар, монеты, книги, иконы, янтарь, статуэтки, картины, патефон, фотоаппараты, хронометр, игрушки и духи СССР, киндеры, солдатики, куклы, часы, марки, открытки, документы, значки, грамоты, этикетки, радиоаппаратуру. 8 (495) 508-53-59

■ 8(495)691-75-09, 8(495)690-54-13 Антикварная лавка купит/примет на реализацию книги до 1945 года. Выезд. Тел.: 8(495) 691-75-09, 8 (495) 690-54-13

КУПЛЮ КНИГИ ДОРОГО!

в КОЛЛЕКЦИЮ

Дореволюционные и до 1965 г.

А также

по истории, архитектуре, философии, приключениям, кулинарии, детские книги.

Старые фото, открытки и т.д.

ДОРОГО!

тел. 8-968-868-24-49

В КОЛЛЕКЦИЮ ДОРОГО Награды, Ведомственные Знаки, Значки, Медали, Монеты, Грамоты, Банкноты, Подстаканники, Портсигары, Подсвечники, Статуэтки Фарфор, Касли, Сервизы, Столовое серебро, Иконы, Игрушки СССР и ГДР, Открытки, Часы, Архивы, Военную Форму ВОВ, Кортики ОПЛАТА СРАЗУ. 8-985-179-79-30 ВЛАДИМИР

■ 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 р/гр, фотоаппарат, открытки, фото, фарфор статуэтки, самовар. КУПЛЮ ДОРОГО, ВЫЕЗД КАТАЛОГОВ. 8-963-921-08-38 Дмитрий

■ 8-903-777-32-88 Куплю советские календарики, фантики от конфет и шоколада, жвачку, старые духи, открытки, ёлочные игрушки, плюшевые медведи, детские книги до 60 года, фарфор, фотографии, предметы советского быта. Тел. 8-903-777-32-88

Библиотеку домашнюю: собрание сочинений русских и зарубежных авторов, любую научную и техническую литературу, библиотеки, архивы, фарфор, статуэтки, самовар, бронзу, стариинную мебель и игрушки, старые фотографии, модели машинок, значки, открытки, картины, иудаику. Выезд. Оценка бесплатно. Перевозки. Тел. 8 (495) 585-40-56

■ 8-916-886-29-93 Куплю еловые игрушки. Бижутерию – можно лом.

Старинные предметы для рукоделия.

Пуговицы. Ткани. Изделия из бисера.

Парфюмерные флаконы. Духи. Очки,

оправы, шляпы, чулки до 50-го года.

Футляры. Посуду и предметы интерьера из фарфора и стекла. Изделия из кости. Шкатулки. Диапроектор. Тел. 8-916-886-29-93

■ 8 (495) 585-40-56 Покупаем доро-

го антиквариат, книги, книжные полки,

техническую литературу, библиотеки, ар-

хивы, фарфор, статуэтки, самовар, брон-

зу, стариинную мебель и игрушки, старые

фотографии, модели машинок, значки,

открытки, картины, иудаику. Выезд.

Оценка бесплатна. Перевозки. Тел. 8 (495) 585-40-56

■ 8-916-428-41-93 СТАТУЭТКИ ФАРФО-

РЫЕ, ЗНАЧКИ, ЕЛОЧНЫЕ ИГРУШКИ,

хрусталь, цветное стекло, столовые

приборы, остатки сервисов, чайные па-

ры, часы, зеркала, бижутерию, НАГРАДЫ,

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
- Доставка материалов

20% 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

ЭМАЛИРОВКА ВАНН
8-964-778-72-77

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

РЕМОНТ КВАРТИР КАЧЕСТВЕННО
8(495)922-77-25
ДОСТАВКА МАТЕРИАЛОВ
ГАРАНТИЯ

ТРАНСПОРТНЫЕ УСЛУГИ

■ 8 (495) 970-37-07 АВТО ГРУЗОВЫЕ ВСЕХ ВИДОВ. Газели от 2-х часов. Срочно! Недорого! Профессиональные грузчики! 8 (495) 970-37-07

■ 8 (495) 015-35-12, 8-905-541-22-85
Грузоперевозки, Переезды: Квартирные, Офисные, Дачные, мебельные фургоны, Специалисты (проффгрузчики), разборка/сборка, Упаковка, под ключ, Разумные цены! 8 (495) 015-35-12, 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 (499) 390-62-65 Недорогой переезд любой сложности. Москва, область, регионы. Квартирные и дачные. В наличии грузовой, грузопассажирский и легковой автотранспорт. Сборка, разборка, перевстановка, упаковка, утилизация. Грузчики профессионалы. Славяне. Вежливо и аккуратно. Без выходных. Пенсионерам скидка! 8 (499) 390-62-65

ЗАМКИ
ВРЕЗКА • ЗАМЕНА
РЕМОНТ • ГАРАНТИЯ
(495) 969-11-92

ЗАМКИ
замена, врезка
Установка броненакладок.
Обивка и ремонт дверей.
8-495-772-92-00

ПРОФРЕМОНТ КВАРТИР:
Ремонт ПОЛОВ
Ремонт СТЕН ЦИКЛЕВА
Ремонт ПОТОЛКОВ
Ремонт ВАННЫХ
комнат. Электрика.
НОВОСЁЛАМ, ПЕНСИОНЕРАМ
8(962) 9-0000-91
ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА-БЕСПЛАТНО
• ДОСТАВИМ МАТЕРИАЛЫ ПЕРЕД ВИНОМ МЕБЕЛЬ.
УСТРАИМ НЕРОВНОСТИ. ВЫВЕЗЕМ МУСОР.

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

■ 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) 407-60-41, 8-965-16-17-485 КОСМЕТИЧЕСКИЙ РЕМОНТ КВАРТИР. СЕМЕЙНАЯ ПАРА. Поклейка обоев любых видов и сложности за 1 день. Возможно недорогая оклейка стен под сдачу. Маларка. Покраска. Ламинат. Линолеум. Ванна под ключ. Натяжные потолки. Пенсионерам скидки. 8 (495) 407-60-41, 8-965-16-17-485

■ 8-977-987-15-20 Красивый и недорогой ремонт. Аккуратно наклею обои. Подготовлю стены. Сделаю красивым потолок. Порядочный, без вредных привычек. Всё делаю хорошо! Как для себя! 8-977-987-15-20

■ 8-905-557-77-37 Капитальный и косметический ремонт квартир – выгодно для Вас! Квалифицированные мастера – без предоплаты. Доставка материалов. Обои – kleim комнату за 1 день, плитка, электрика, покраска, штукатурка. Хотите качественный ремонт недорого? Как изменить интерьер дешево и качественно во время кризиса? Я знаю! Вячеслав, тел. 8-905-557-77-37

■ 8-925-892-01-68 Капитальный ремонт квартир, утепление балконов, остекление лоджий, внутренние отделочные работы, сантехнические работы, замена трубопроводов, ванная комната под ключ, замена электропроводки. Гарантия. 8-925-892-01-68 Сергей

БЫТОВАЯ ТЕХНИКА

■ 8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54 РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ, РЕМОНТ СТИРДАЛЬНЫХ МАШИН на дому, недорого, с гарантией. Москва и Подмосковье. Выезд на ремонт бесплатно. СКИДКИ! 8 (495) 991-32-90, 8-925-840-44-54

■ 8(495)542-68-90, 8-916-750-77-73 РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ – Сервисный центр МОСРЕМБЫХОЛОД производит ремонт (в том числе дверей) холодильников ВЕСТФРОСТ, ЭЛЕКТРОЛЮКС, АТЛАНТ, МИНСК, ИНДЕЗИТ, ЗИЛ, САРАТОВ, СТИНОЛ и др. Вызов БЕСПЛАТНЫЙ. Пенсионерам СКИДКА до 30%. Выезд в день обращения. РАБОТАЕМ БЕЗ ВЫХОДНЫХ. 8 (495) 542-68-90, 8-916-750-77-73

■ 8(495)796-14-08, 8-903-790-17-82 Срочный Профессиональный РЕМОНТ Холодильников всех моделей, Электрических плит, Антенного кабеля, Телевизоров, Стиральных машин, Швейных машин, Газовых плит, Кофемашин. соц. скидки, гарантия до 1 года, квитанция. Выезд во все районы Москвы. 8 (495) 796-14-08, 8-903-790-17-82

СРОЧНЫЙ РЕМОНТ ХОЛОДИЛЬНИКОВ. Замена уплотнительной резины. 8-926-701-02-02, 8 (495) 713-15-40

СРОЧНЫЙ ремонт стиральных машин и кондиционеров любой сложности. Любая работа – 500 руб. Выезд, диагностика БЕСПЛАТНО. Гарантия до 3-х л. Скидки пенсионерам! Тел.: 8 (495) 545-15-79, www.mosrem24.ru

■ 8 (495) 142-20-58 Ремонт швейных машин всех типов на дому у заказчика. Качество гарантировано. Тел. 8 (495) 142-20-58

НЕДВИЖИМОСТЬ

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

■ 8-905-676-76-73 Мастер на час. Все виды мелкого ремонта по квартире, дому. Сантехника, электрика. Обивка, ремонт дверей; замков (вскрытие и установка); сборка и ремонт мебели и др. Без выходных. Тел.: 8-905-175-34-17, 8-968-468-69-07, Александр <http://masteralex.msk.ru/> Только Москва и МО

■ 8-905-676-76-73 Мастер на час. Все виды мелкого ремонта по квартире, дому. Сантехника, водоснабжение. Так же оказываем услуги по сварочным работам, монтажу металлоконструкций – заборы, гаражи и т.д. Работы по электрике. Выезд к клиенту 24 часа в сутки! 8-905-676-76-73

■ 8 (495) 723-87-03 Укладка ламината, паркетной доски, линолиума. Установка дверей. Обшивка балкона (дерево, пластик). Сборка мебели, навес карнизов, люстр, полок, картин и многое другое. Возможна доставка материалов. 8 (495) 723-87-03

■ 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, навес карнизов и люстр, сборка мебели и многое др. Наш инструмент. Возможна закупка и доставка материала. Славяне. Без выходных. ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКИ! 8 (499) 390-38-78

■ 8-916-471-14-83 Частный мастер по ремонту квартир. Выполняю все виды работ: штукатурка, кладка, стяжка, сантехника, электрика, плитка, выравнивание стен и потолков под покраску, малярка, поклейка обоев выравнивание пола. Укладка ламината, паркетная доска. 8-916-471-14-83

■ 8 (495) 902-77-12, 8-966-099-99-53 Профессиональная клейка всех видов обоев, ремонт частично и под ключ. Мы из Химки, работаем по всей Москве и области. Меня зовут Александр занимаюсь ремонтом квартир 12 лет, работаю как один так и с напарниками. Поэтому дешевле на все виды работ. Помощь в доставке материалов. 8 (495) 902-77-12, 8-966-099-99-53

■ 8 (495) 233-03-38 Юристы и Адвокаты «Моя Защита» ЗАЩИТИМ В СУДЕ, ВЕРНЁМ ИМУЩЕСТВО, ОТМЕНЕМ ДОГОВОРЫ Регулярные Акции и Скидки до 80% БЕСПЛАТНЫЕ Консультации без обеда и выходных 8 (495) 233-03-38

■ 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 расслужим квартиру. Вышли из квартир. Наследство. Семейные споры. Автодела. Банкротство физлиц. www.socuristy.ru. 8 (499) 409-91-42

■ 8 (495) 920-76-96 Оплата по результату! Юридическая помощь гражданам: жилищные, семейные трудовые, наследственные, пенсионные, земельные споры, взыскание долгов, расторжение договоров, работа против коллекторов, взыскание с недобросовестных юристов. Помощь людям оказавшимся в трудной жизненной ситуации. 8 (495) 920-76-96

■ 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

■ 8-926-736-79-05 Даём займ наличными до 70 000 руб. от 0,6 % Возраст до 80 лет. Без залога и поручителей. Пенсионерам особые условия!

Честно! Быстро! Доступно! м. Пл. Ильинская / м. Римская: 8-925-063-49-19 или м. Алтуфьево: 8-926-736-79-05. ООО МКК «Благодетель», рег. 1703046008545, ОГРН 1175024022172, СРО «Мир» рег. 50000935

■ 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 (499) 703-41-94 Ремонт: Телевизоров! Холодильников! Компьютеров! Швейных машин и оверлоков! Ремонт и подключение: Стиральных и посудомоечных машин! Электро и газовых плит! 8 (499) 703-41-94

■ 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-88-58, 916-363-21-18 МАГАЗИН ЗАПЧАСТЕЙ для холодильников и бытовой техники. Ул. Автозаводская, д. 17, корпус 3, этаж 2-ой, офис 102. РЕМОНТ бытовой техники, стиральных машин, холодильников. Замена резины на все модели. 8 (495) 675-88-58, 8-929-675-88-58, 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%. Без выходных. Гарантия. Опыт работы 20 лет. Тел.: 8-926-601-56-70, 8 (499) 259-60-28

■ 8 (495) 142-20-58 Ремонт швейных машин всех типов на дому у заказчика. Качество гарантировано. Тел. 8 (495) 142-20-58

■ 8 (495) 999-28-82, 8-909-698-83-64 Агентство недвижимости «Риэлтико» оказывает профессиональные услуги по продаже, покупке, найму квартир. Оперативно, качественно, конфиденциально! Разумный размер комиссииного вознаграждения! Оплата услуг – по факту выполнения работ. 8 (495) 999-28-82, 8-909-698-83-64

■ 8-985-295-04-04 Супруги средних лет из г. Серпухова снимут квартиру в Москве. Ответственны и финансово стабильны. 8-985-295-04-04

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

ЮРИДИЧЕСКИЕ УСЛУГИ

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 (495) 205-92-69 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) 10

ДВЕРИ

ЗАВОД МЕТАЛЛОКОНСТРУКЦИЙ от 3450 ₽
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



ГАРАНТИЯ 10 лет

* ЗИМНИЕ СКИДКИ * пенсионерам до 15% *

ДВЕРИ 8-499-341-19-15
 8-925-501-17-41
 Цены действуют до 28/02/2019 *

* от производителя * ЗАМЕР* ДОСТАВКА* УСТАНОВКА

от 2490р комплект	от 4490р комплект	от 4890р комплект	от 6490р комплект
ламинат	ПВХ/эмаль	экошпон/шпон	стальные

ДЕРЕВООБРАБАТЫВАЮЩИЙ КОМБИНАТ
ДВЕРИ от 1200 руб.
 • ДЕРЕВЯННЫЕ
 • СТАЛЬНЫЕ
 • МЕЖКОМНАТНЫЕ
 • ВХОДНЫЕ
 Сервисное (обивка дверей, замена замков) и гарантийное обслуживание.

ПЕНСИОНЕРАМ СКИДКА!
 www.dveri-irbis.ru
 8 (499) 408-40-71
 ЗАМЕР, ДОСТАВКА - БЕСПЛАТНО. УСТАНОВКА.

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

■ 8-985-979-56-09 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

ЗДОРОВЬЕ

■ 8 (495) 728-79-66 Наркологическая помощь 24 часа. Запой, алкоголизм, наркомания. Психиатрия, психотерапия. БЫСТРО, АНОНИМНО, КВАЛИФИЦИРОВАННО, КАЧЕСТВЕННО, НЕДОРОГО! Круглосуточно! Предъявите объявления скидки! WWW.DOCTOR-KASHIN.RU. Лиц. №ЛО-77-01-001220 имеются противопоказания, проконсультируйтесь со специалистом

8 (495) 734-99-37

НАРКОЛОГИЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Неврозы, Депрессии, Бессонница
 МОСКВА и МО БЫСТРАЯ ПОМОЩЬ АНОНИМНО
 24 ч

ТОЛЬКО ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВРАЧИ
 Имеются противопоказания. Проконсультируйтесь со специалистом

НАРКОЛОГ НА ДОМ

24 ч Психотерапия

ГИППОКРАТ www.hippocrat.info

ЗАПОЙ, КОД, АНОНИМНО

8 (495) 223-23-63

возможны противопоказания, проконсультируйтесь с врачом

по-77-01-005432 от 02.11.2012

Ликвидатор

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, порталы, шкафы, антресоли. СТАЛЬНЫЕ ДВЕРИ: квартиренные, тамбурные, парадные, противопожарные, решетки, козырьки, ворота, ограды, заборы и т. п.

ЗАМЕНА ЗАМКОВ

Более 500 моделей от простых до элитных возможно изготовление дверей по индивидуальному проекту

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

ДВЕРИ от производителя

ВХОДНЫЕ МЕЖКОМНАТНЫЕ ДЛЯ КУХНИ ВАННОЙ И ТУАЛЕТА ШКАФЫ-КУПЕ ОКНА ПВХ

распродажа по низким оптовым ценам более 1000 моделей скидка 15%*

до 28/02/2019 БЕСПЛАТНО: ЗАМЕР+ДОСТАВКА www.zakaz-dverey.ru Телефон: 8(495) 151-10-04

ЗНАКОМСТВА

■ 8-903-977-07-99 Создам семью с симпатичной, худенькой (размер 44-46) женщины 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) 772-19-81 Агентство знакомств для встречи и брака! Недорого. 8 (495) 772-19-81

■ 8-985-985-60-25 Абсолютно надежно!!! Профессиональная сваха. Знакомства серьезные. Гарантированно! Достойный выбор. До 85 лет. Строго для славян. Тел. 8-985-985-60-25

ВЕТЕРИНАРНАЯ ПОМОЩЬ



ВЕТКЛИНИКА
 Выезд ветврача 24 часа (Срочный)
 Все виды услуг. Стрижка. УЗИ. ЭКГ
 БЕЗОЛЕЗНЕННОЕ УСЫПЛЕНИЕ
 ВЕТРИУДАЛ
 Mosvetribolit24.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. Гуммированное усыпление. Кремация. Москва и Московская область. Лицензия. Тел. 8 (495) 585-79-76

УНИЧТОЖЕНИЕ НАСЕКОМЫХ

■ 8-800-100-45-22, 8 (495) 978-60-06, 8-916-073-75-80 УНИЧТОЖИМ КЛОПОВ, ТАРАКАНОВ И ГРЫЗУНОВ. Обработка препаратами только 4 и 5 поколения. Защищает от проникновения (БАРЬЕР) входит в стоимость. Договорная с клиентом цена фиксированная и в процессе обработки не поднимается. Договор. Гарантия. Без выходных. Бесплатный номер 8-800-100-45-22. 8 (495) 978-60-06, 8-916-073-75-80. Наш сайт wwwсанитарыстылицы.рф

ЛОМБАРДЫ

■ 8-903-792-42-77 Комиссионный магазин принимает на хранение и покупает изд. из золота, серебра, стол. серебро, зол. коронки. Ноутбуки, планшеты, сот. телефоны, норковые шубы. Значки, монеты, открытики, настенные и настольные часы, статуэтки из бронзы и фарфора, проигрыватели и др. 8-903-792-42-77

БЫТОВЫЕ УСЛУГИ

■ 8-910-420-37-76, 8 (499) 137-36-04 Пошив 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

ПРИЕМ РЕКЛАМЫ В РУБРИКУ «ВСЁ ОБО ВСЁМ» ПРОИЗВОДИТСЯ ПО АДРЕСАМ:

ОТДЕЛ РЕКЛАМЫ ГАЗЕТЫ «ТЕЛЕК»

8 (495) 792-47-73,

м. «Кожуховская»

РА «МАНГО АДВ»

8 (495) 646-03-83, м. «Преображенская площадь»,

выезд менеджера бесплатно

РА «МИР РЕКЛАМЫ»

8 (495) 228-06-30,

м. «ВДНХ», выезд курьера бесплатно

РА «ИМЕДИАКОМ»

8 (495) 933-44-48, м. «Румянцево»

РА «СОЛИДАРНОСТЬ-ПАБЛИШЕР»

8 (499) 530-29-07, 8 (499) 530-24-73,

м. «Аэропорт, курьер бесплатно

ООО «АРТ КОРУНА»

8 (495) 944-30-07, 8 (495) 944-22-07,

м. «Гагаринская», дизайн-макет БЕСПЛАТНО

РА «ВАРИАНТ +»

8-901-517-33-81,

м. «Текстильщики», курьер БЕСПЛАТНО

STROKI.INFO (ООО «МАГАЗИН РЕКЛАМЫ»)

8 (495) 669-31-55, 8 (495) 778-12-38,

м. «Шоссе Энтузиастов»

ООО «АРТ ФБР МЕДИА»

8 (495) 787-34-65 / 66 / 69, м. «Дмитровская»

ООО «100МЕДИА.РУ»

8 (495) 961-00-97, м. «Арбатская», круглосуточно

РА «ИНФОРМ ЭКСПРЕСС»

8 (495) 543-99-11,

м. «Ленинский проспект»

РА ООО «ГРИН КЛАССИК»

8 (495) 926-38-00, многоканальный,

м. «Семёновская», курьер бесплатно

РА «РЕКЛАМА 21 ВЕК»

8 (495) 724-72-01,

м. «Юго-Западная», курьер бесплатно

ООО «АДАЛИ ГРУПП»

8 (495) 979-39-68, м. «Нагорная»

РА «СПРАВКА»

8-968-863-29-10, м. «Алексеевская»

Ваши лучшие покупки!*

Специальные предложения!

**Массажер -
грелка
«Домашнее тепло»**



3500 руб. 2190 руб.

НОВИНКА

Позволит вам расслабиться, снять усталость и напряжение! Это массажная подушка и одновременно грелка - 2 функции в одном устройстве. Выполнен из мягкого, роскошного плюша и нагревается до 58°. Вибрация и массаж работают как вместе, так и по отдельности. Подходит для использования на любых участках тела: ноги, плечи, бедра, спина, руки, шея. 2 уровня скорости расслабляющего массажа. Автоматическое выключение.

Электропростыня

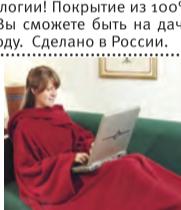
1990 руб. 1790 руб.

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 снастях в постели! Снимает мышечное напряжение, расслабляет организм! Диван станет истощать приятным комфортом тепло, даже когда вы сидите на нем! Вы сможете обогреваться почти даром! (1 коп./час). Позволяет спать в помещении с около 10 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. Уггирайтесь 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 рыбаки. В сложенном виде ее длина достигает всего 20 см. В наборе все необходимое — крючки, грузило, катушка с леской и само удильце, раскладывающееся из небольшого футляра телескопически почти на метр. Метровая длина удильца 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 удильца. Акуратная 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

НОВИНКА

4490 руб.
3990 руб.

Устройство массирует биологически активные точки тела (плечи, живот, спину, 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 30.01.2019 г. по 28.02.2019 г.

*По итогам продаж 2018 г. ООО «Топ-Шоп» ОГРН 11774672913-16. Юридический адрес: 115191, г. Москва, 2-я Рощинская ул., д.4, офис 503. Товары сертифицированы. РЕКЛАМА.

**Ледоходы для обуви -
отличное средство
от скользжения!**



1390 руб. 790 руб.

Ледоходы — легкая и уверенная походка по скользким поверхностям. Они обеспечивают прочное сцепление со льдом и избавляют вас от падений, царапин и ссадин. Легко одеваются на любую обувь размером от 35 до 45. Отличительные черты новой модификации Ледоходов — дополнительный противоскользящий протектор и особо прочных шипов из нержавеющей стали на каждой подошве, т.е. 10 шипов на паре, благодаря которым они максимально надежно держат вас на самом скользком льду. Позаботьтесь о своем здоровье и о безопасности ваших близких!

**Бесконтактный
инфракрасный термометр**



1990 руб.

1290 руб.

Бесконтактный инфракрасный термометр меряет температуру, не прикасаясь к телу. Это удобно, если важно узнать температуру спящего малыша, не потревожив его сон. Измерение достаточно потратить всего несколько секунд. Вы можете с легкостью измерять температуру на любом участке кожи. В инфракрасном градуснике нет стекла или ртути, поэтому им нельзя пораниться или отравиться его содержимым. Также, вы можете измерять не только температуру тела, но и других объектов. Это может быть съемка для кормления или вода в детской ванночке. Не является медицинским прибором.

**Часы -
музыкальный
проектор
звездного неба**



1290 руб.

990 руб.

Календарь до 2019 года показывает полную дату и время, год и день недели. С помощью встроенного в проектор комнатного термометра можно изменять температуру и в Цельсиях, и в Фаренгейтах. Будильник проговаривает 10 мелодий: журчание воды, шум морской волны, шум ветра и классическая музыка. Компактный. Проекция звездного неба. Часы-проектор — отличный подарок детям!

**Говорящий
хомяк
Woody O'time
(Original)**



1790 руб. 1190 руб.

1790 руб. 990 руб.

Уникальные, развивающие игрушки для детей: способны рассмеяться до слез любого, попытавшегося заговорить с ними. Повторят за вами все произнесенные слова и звуки, проинструктируют на любом языке мира, очень забавно получается, когда игрушка повторяет звуки кошек и собак. Когда вы что-то жмете, она жмет с вами и отлично имитирует хохот!!! Эти интерактивные игрушки поднимут вам настроение и помогут развеселить друзей! Надолго покорят сердце ребенка и взрослого с первой минуты знакомства!

Усилитель звука



1790 руб. 1190 руб.

1790 руб. 990 руб.

Одличная слышимость с высоким разрешением. Легкий, мощный и незаметный усилитель звука со звуковым сигналом высокого разрешения. Ни один разговор больше не ускользнет от вас. Регулируемая громкость. Для использования в любом месте: на спортивных состязаниях, за городом, на работе, в школе на праздниках и дома. Не является медицинским прибором.

**Прибор для удаления
волос**



1520 руб. 1190 руб.

1520 руб. 990 руб.

Прибор быстро и безболезненно удалит нежелательные волосы над губой, на щеках, подбородке, в зоне подмышек, на ногах и в зоне бикини. Удаляет волосы на корневом уровне.

Маникюрный набор в подарок!



1500 руб. 790 руб.

1500 руб. 790 руб.

Увеличительные очки-лупа Big Vision (Биг Висион) свободными, они прекрасно подходят для чтения, шитья и выполнения всевозможных работ, требующих большой точности! Не являются медицинским изделием.

**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 позволяет вам вместить все необходимое. Красивый и солидный в вид тканевый чехол и устойчивый, но легкий каркас вместе создают надежную и эстетичную конструкцию. Шкаф устойчив, но при необходимости его можно быстро разобрать и переместить на новое место.

**Матрас Топпер
с анатомическим
эффектом**

90x200 2990 руб.
140x200 3390 руб.
160x200 3690 руб.

Матрас топпер делает спальное место удобным и комфортным. Высокоэластичная пена адаптируется к форме тела, обеспечивая бережную поддержку в области шеи, позвоночника и бедер, создавая условия для расслабления и отдыха. Подходит для обновления старых диванов, кроватей, матрасов — разглаживает ямки, слаживает перепады и обеспечивает поддержку спины. Матрас скручивается в рулон, легко поместится на полку в шкафу.

**Наственный
обогреватель**

1990 руб. 1490 руб.

Гибкий наственный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Обогреватель не сушит воздух и не скигает кислород. Потребляет мало электроэнергии. Постоянная температура 60-70°C. Позволяет быстро прогреть помещение. Сделано в России.

Маша-повторяша



1790 руб. 1190 руб.

1790 руб. 990 руб.

Постоянная слышимость с высоким разрешением. Гибкий, наственный электрообогреватель можно повесить на обоях, стене или на окне. Безопасен в эксплуатации. Обогреватель не сушит воздух и не скигает кислород. Потребляет мало электроэнергии. Постоянная температура 60-70°C. Позволяет быстро прогреть помещение. Сделано в России.

**Бюстгальтер корректирующий
Ах Бра**

1710 руб. 990 руб.

Обеспечивает необходимую поддержку груди и максимальный комфорт без петелек, крючков, швов и косточек; не собирается складками и не сдавливает по бокам; делает декольте соблазнительным, эластичным, не ограничивает движений, удобно заниматься спортом.

Размеры: S 76-81 см, M 86-91 см, L 96-101 см, XL 106-111 см, XXL 106-121 см.

Не является медицинским прибором.

В комплекте 3 бюстгальтера «Ах Бра»

1990 руб. 1190 руб.

В комплекте 3 бюстгальтера «Ах Бра»

**Нервущиеся
японские колготки**

1200 руб. 790 руб.

Благодаря новейшим японским технологиям удалось получить единственный в своем роде продукт — нервущиеся колготки! Колготки представляют собой переплетение миллиона мелких ниток в жгуты, отличаются повышенной эластичностью, это позволяет им быть более устойчивыми к внешним воздействиям. Держат свою форму, не теряют своих качеств даже после 2 тыс. стирок. Благодаря высокой плотности и эластичности, отлично скрывают недостатки фигуры, особенно апельсиновую корку в области ягодиц и галифе. Колготки повышают тонус, защищают ноги от переутомления благодаря специальным вставкам в области носка. Не сковывают движение и не способствуют замедлению кровотока, благодаря компрессионному эффекту защищены вены и сосуды.

**Золушка для
бережной стирки**

1990 руб. 1190 руб.

Сверхминиатюрное ультразвуковое устройство Золушки (поместится на ладони) бережно перстигает горы белья в емкостях любого объема и обеспечивает высокое качество стирки. Сверхэкономична: потребляет электроэнергии менее 20 Вт. Работает бесшумно. Благодаря маленькому, компактному размеру, машинку удобно брать с собой в командировку, на дачу — она легко помещается в обычной сумке. Устройство может постигать крупные вещи, и вам не придется сдавать их в химчистку (одежда, скатерти, гардины, шторы). Производство Россия.

**Новейший
автоматический
венник**

1800 руб. 990 руб.

Прибор, который просто необходим любому хозяйке на каждый день. По бокам прибора размещены щетки, которые врачаются и собирают мусор. Работает без батареек и электричества. Соприкасаясь с поверхностью, щетки начинают двигаться. Боковые щетинки собирают мусор и подметают его к центральному валику. Пыль и грязь попадают в специальный контейнер. Основание ручки врачаются на 360 градусов, что сильно облегчает работу.

**Многофункциональный
парогенератор**



2590 руб. 990 руб.

990 руб.

Прибор сочетает в себе такие функции,